

あなたも地域の認知症サポーターになりませんか —認知症サポーター養成講座—

福岡 裕美子¹⁾

I. はじめに

我が国の高齢化率は、令和4年10月1日現在、29.0%¹⁾に達した。この先は人口が減少していく一方で、後期高齢者人口は増加していくと予測されている。年齢と認知症の発症については関係が深く、加齢に伴い認知症の出現率は高くなっていくと推測される²⁾。認知症は誰にでも起こりうる可能性がある。認知症の発症については今やだれもが心配する、国民的関心と言っても過言ではない。

認知症サポーターは、認知症に対する正しい知識と理解を持ち、地域で認知症の人やその家族に対してできる範囲で手助けすることを目的に養成され、地域住民や金融機関やスーパーマーケットの従業員、小・中・高等学校の生徒など様々な人が受講している³⁾。弘前医療福祉大学保健学部看護学科の授業の中でも養成講座を実施している。

認知症サポーター養成講座は、地域や職域団体、住民講座、ミニ学習会として開催されており、今回は弘前医療福祉大学公開講座として実施した。

II. 認知症サポーター養成講座の内容

令和5年9月30日現在、認知症サポーターは全国に14,822,637人⁴⁾いる。養成講座の構成と時間は、認知症サポーターキャラバンとは(15分)、認知症を理解する(1)(30分)、認知症を理解する(2)(30分)、認知症サポーターとは・認知症サポーターのできること(15分)から構成されている。

認知症サポーターキャラバンについては、認知症サポーターとして、全国で活躍している個人や団体の活動内容、認知症の方へのよい接し方と悪い接し方の例、認知症の人や家族の応援者として活躍してほしいという内容のDVDを視聴する。認知症を理解する(1)(2)は、

テキストに沿って、認知症の症状、認知症の診断・治療、予防についての考え方、接するときの心がまえ、支援、対応ガイドライン、家族の気持ちを理解するという内容の理解を深めるものである。

今回の公開講座では、認知症サポーターキャラバンについては、国からのDVDを視聴してもらった。それ以外の内容は、認知症サポーター養成講座標準教材「認知症を学び地域で支えよう」を使用した。さらに、参加者の交流や意見交換を目的にグループワークを実施した。グループワークの内容は、これまでに「この方もしかしたら認知症かな?」と思った経験について話してもらった。

講座を終了した方には、修了証と認知症サポーターの証となるオレンジリングを配布した。

III. 参加者の概要と反応

1. 参加者の概要

参加者は28名だった。内訳は10歳代14名、30歳代1名、40歳代2名、50歳代3名、60歳代6名、70歳代2名だった。

2. 参加者の反応

参加者の反応についてアンケートの記述から紹介する。

1) 講座の内容について

講座の内容については、認知症の方への対応の理解(6)、認知症の方の考えなどを理解できた、認知症の方の世界に合わせることが大切、声掛けの仕方を学べた、認知症について学ぶよい機会になった、わかっているつもりでいたが新たな考えが身についた、周りの人の協力がとても大切だとわかった、サポーターの役割が理解できた、自分や家族への対応の参考になったということが挙げられていた。

2) 今後の行動への気づき

今後のご自分の行動に活かしたい内容としては、認知

1) 弘前医療福祉大学 保健学部 看護学科 (〒036-8102 青森県弘前市小比内3丁目18-1)
(令和5年10月28日 本学で講演)

症の人がいたらサポートや声をかけてあげるようにしたい、見かけた場合は声をかけるなどしたい、今後もサポートをしていきたい、少しでも認知症の人を助けてあげられたらよいなと思ったということが挙げられていた。さらに、またこういう機会があれば参加したいという感想があった。

3) グループワークについて

グループワークについては、楽しく参加できた、地域の方と実体験のお話ができたと感想があった。

IV. おわりに

これまで認知症サポーター養成を行ってきて、その後のステップアップ講座に参加された方や学生からは、認知症サポーターになっても実際に街中で困っている人に会うことはなかった、困っている人を見かけても声をかけることができなかったという声が聞かれた。認知症サポーターは特別な活動を要求されているのではなく、

困っている方の味方である。そして、オレンジリングはその証である。勇気をもって「何かお困りではありませんか」と声をかけていただくことを願う。

文 献

- 1) 内閣府：令和5年版高齢社会白書. 第1節高齢化の現状. p2-6. 2023.
- 2) 監修 認知症介護研究・研修センター：認知症介護基礎研修標準テキスト. p4. 東京都：株式会社ワールドプランニング. 2019.
- 3) 厚生労働省：認知症サポーター養成. <https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000089508.html> (最終閲覧日：2023.12.06)
- 4) 特定非営利活動法人 地域共生政策自治体連携機構：認知症サポーターキャラバン サポーター養成状況. <https://www.caravanmate.com/result/> (最終閲覧日：2023.12.06)