

輝く介護

第31号

2016年(平成28年)
3月30日発行

特定非営利活動法人 かまくら地域介護支援機構
連絡事務所 〒247-0061 鎌倉市台 2-8-1 台在宅福祉サービスセンター内
TEL0467(46)0788 Fax0467(46)0059
<http://www.kamashien.com> e-mail jimu@kamashien.com

《みんなで支える認知症高齢者》

鎌倉市では高齢化率が30%を超え超高齢社会を迎えています。今回は長年にわたり「認知症を支える家族の会」として活動してきたかまくらりんどうの会をご紹介します。

～かまくらりんどうの会（認知症を支える家族の会）～

かまくらりんどうの会は、旧鎌倉保健所、鎌倉市社会福祉協議会共催、鎌倉市後援の「呆け老人を抱える家族の集い」から平成元年に発足しました。その当時は福祉サービスもほとんどなく、昼夜に分かたぬ介護に介護家族の多くが疲労困憊し、精神的にも孤立している状況でした。そうした中、悩みを聞いてもらい、情報を交わせる人の存在が心の支えになりました。



平成12年には介護保険制度がスタートして、高齢者の社会サービスの提供が始まりました。しかし、家族構成、社会構造が様変わりしてきた今、たとえ認知症になっても住み慣れた街で安心して生活できるようになるには、地域の方々、福祉関係者のご理解とご協力が一層重要になっています。

毎月の活動（場所は鎌倉市福祉センター等）

- ・会報発行
- ・電話相談“りんどうテレフォン”
- ・交流会（ゲームや軽体操等）
- ・認知症介護相談
- ・特養“稲村ヶ崎きしろ”にてコーヒー等のカフェ

その他の活動

- ・日帰りバス旅行
- ・クリスマス会
- ・新年会



いろいろ特技をお持ちの会員は、交流会や新年会などで大活躍。クレイアートを行っている会員から指導を受けて粘土細工をしたり、新年会などでは日本舞踊やコーラスを楽しんだりしています。会は、楽しく活動しなければ長続きしない—を心がけています。15年にわたる介護経験を中心に短歌を詠む96歳の男性会員は毎年句集を出版。最近の歌集は、「心くじけないで」というもの。「鎌倉の観光客に励ましと慈悲をくださる鎌倉大仏」という一首が冒頭を飾っています。

介護経験を踏まえ、明るく前向きに生きる姿は、私たちに力を与えてくれます。

認知症を理解していただきたく2014年には、介護者の悩み、悲しみ、喜びの「介護体験文集」と認知症介護を通じて蓄えた介護の仕方や接し方などの「認知症介護の知恵袋」を刊行いたしました。ご希望の方はご連絡ください。

お問い合わせ先：渡辺 武二 ☎0467-45-6307

地域に作ろうオレンジカフェ

厚生労働省によると、日本の認知症患者数は2012年時点で約462万人、65歳以上の高齢者の約7人に1人と推計されています。

さらに団塊の世代が75歳以上となる2025年には、認知症患者数は700万人前後に達し、65歳以上の高齢者の約5人に1人を占める見込みです。

地域で認知症高齢者を支える仕組みの一つにオレンジカフェがあります。そこで、今号ではオレンジカフェについて取り上げました。

「認知症（オレンジ）カフェ」とは・・・

平成27年1月に公表された「認知症施策推進総合戦略（新オレンジプラン）」で、認知症の方が住み慣れた地域で安心して暮らし続けるために、ご本人や家族への支援の取り組みの一つとして、「認知症カフェ（以下、オレンジカフェ）」の普及が掲げられました。

オレンジカフェとは、認知症の方やその家族をはじめ、誰もが参加でき、認知症のこと、医療や介護のことなどを相談したり、交流を楽しむ場として様々なかたちで行われています。専門職も参加することで、必要な支援につなげたり、地域の人にも開かれることでお互いを理解しあい、地域での見守りや支え合いにつなげることも期待できます。

現在、市内では4か所のオレンジカフェが開催されています。「オレンジカフェ」には主催者や会場、内容について何の決まりもありません。介護事業所、民生委員、地区社会福祉協議会が主体となり、それぞれ工夫しながら、運営しています。また、「オレンジカフェ」と掲げていなくても、認知症のご本人や家族が利用されているサロンもあります。

市内の「オレンジカフェ」では、ご本人は絵を描いたり、お茶を飲みながらおしゃべりをしたり、また、家族は家族同士で話をしたり、専門職へ個別に介護サービス等の相談をしたりして過ごしています。アロマ体験やタッチケア、懐かしい歌を歌ったり・・・と、楽しめる企画もありました。認知症の方も家族も、地域の方も気軽に集えて、参加者の誰もがホッとできて、行ってよかったなと感じられる場となっています。

「ちょっとお茶しておしゃべりしていこうかな」「病院に相談するまでではないけれど、ちょっと認知症が心配」「介護のこと聞いてみたいな」そんなときは、是非、お近くの「オレンジカフェ」にお立ち寄りください！

市内のオレンジカフェ

名称	連絡先	今後の開催予定
今泉台オレンジカフェ	0467-39-5489	奇数月の日曜日、詳細日程は未定
由比ヶ浜オレンジカフェ	0467-39-6087	奇数月、詳細日程は未定
小袋谷オレンジカフェ	0467-53-7025	4月21日、6月19日、8月21日
オレンジカフェだんだん	0467-39-1525	5月15日、7月17日、9月18日

小袋谷オレンジカフェ訪問記

2月なのに暖かさを感じる日曜日の午後、Kさん宅で開かれているオレンジカフェに参加しました。年代物のお雛様が飾ってある玄関に、小さな花卉の桜がたっぷりと活けられていました。10人ほどの方が、楽しそうな笑顔で座っています。やや遅れて参加した私たち2人に早速コーヒーが配られ、皆さんとのお話の輪に加わりました。

ご夫婦で外国に赴任されていた頃の様子を奥様が語られ、隣でご主人がうんうんとうなずいています。藤沢の施設から見学に来た方が、盛んに相槌を打って話を盛り上げていました。

近くに座っている女性に、カフェに参加したいきさつを伺いました。認知症のご主人を数年前に見送られ、そのとき利用していたデイサービスの方からお誘いを受けたそうです。介護を始められたときは、何もわからずお医者様だけが頼りだった、他に相談する所があることも知らず苦勞されたとのこと。たまたま通り合わせた近くの地域包括支援センターの窓口飛び込んでいろいろな話をすることができました。その方は、いまボランティアもされていて、カフェにはPTA時代のお仲間を誘って3人で楽しそうに話をされていました。

ご主人の外出先がわからず、警察の防犯アナウンスを依頼した話があり、「外出される御用があったのでしょうか？」とご主人に話しかけると、そうそうと笑顔で応えて居られます。たまたま携帯電話を持って出られたので、GPS機能で見つけたそうです。他にもKさんから、認知症に関する本を紹介されたり、楽しいお話の中からもいろいろな情報も得られる場となっていることを感じました。最後に「早春賦」など3曲を皆さんで歌ってお開きとなりました。



西鎌倉オレンジカフェ“だんだん”が開設

湘南モノレール西鎌倉駅を降り、江の島に向かって右側の住宅地への坂道を上りかけた所にある中国茶カフェ『茶風』の奥座敷を持主のご好意で提供していただき、奇数月の第3日曜日の午後開かれることとなり、1月17日に第1回を開催しました。

西鎌倉地域のオレンジカフェの名称は“だんだん” 島根地方では【ありがとう】という意味だそうで、“だんだん”良くなる、“だんだん”“元気に、いろいろに繋がる名前だね！”と皆さんで楽しく語り合いました。中国茶カフェ『茶風』にちなみ、中国茶が大評判、その他コーヒー、紅茶、日本茶が用意され、主催する西鎌倉地区社協の役員や地域の民生委員、ボランティア団体、デイサービスの職員、地域包括支援センターも参加しています。センター職員から『何かお困りごとはありませんか』という問いかけに『毎日の介護に追われ、この大変さを誰かに聞いてもらえる、そんな場所が欲しかった』など、地域の方や専門職との会話が弾んでいました。





地域を紡ぐ活動を

地域包括支援センターの機能を強化

地域連携担当者の活動は…

鎌倉市では、地域包括ケアシステムの構築に向け、地域包括支援センターの機能強化に取り組むため、平成 24 年度から地域包括支援センター鎌倉市社会福祉協議会に「地域連携担当者」を専任で配置してきました。そのモデル的な取組みののち、平成 27 年度からは、市内 7 カ所の地域包括支援センターすべてに専任で 1 名ずつ「地域連携担当者」を配置しています。

地域連携担当者の業務は、高齢者が尊厳を持った在宅生活を継続できるように、「ゴミ出しの曜日が分からなくなった A さん」や「重たい物の買い物が辛くなった B さん」など、何らかの支援を必要とする高齢者を見出して、総合相談につなげるとともに、適切な支援、継続的な見守りが地域の中で行えるよう、また、大きな問題の発生を防止するように、地域における様々な関係者のネットワーク構築を図るための取組みを行っています。

その他、担当する地域内の居宅介護支援事業所（ケアマネ事業所）に足を運び、ケアマネジャーと連携しながら、ケアマネジャーが抱える個別の課題について、地域包括支援センターとして包括的な視点からケアマネジャーの後方支援を行っています。

小地域福祉活動の推進も

具体的には、各地域の自治会町内会の会長と、地域の課題について話し合い、その中で取組みに関心のある自治会町内会には、身近な地域での声かけ見守り活動に取り組めるような働きかけを行うなど、専門職のノウハウを提供して活動を支援しています。

地域ケア会議

鎌倉市では「地域ケア会議」として、複数の課題を抱える高齢者を支援するため、また、個別課題の解決から地域課題を発見し、その課題の解決につながるように、鎌倉市作成の「地域ケア会議のガイドライン」に則り、「地域ケア会議」を開催しています。平成 27 年度は 4 月から 12 月までの 9 カ月で、25 ケース 30 回の「地域ケア会議」を実施しました。介護保険のサービスだけでは解決の糸口が見つからないようなケースについても「地域ケア会議」を開催することにより、課題の整理や役割分担の確認などを行うことができ、高齢者が安心して暮らせるような支援につながっていくものと期待されています。

鎌倉市では、今後も身近な地域での小地域福祉活動の推進や「地域ケア会議」の活用により、高齢者が安心して過ごしていかれる鎌倉市を目指して、地域包括支援センターの機能強化に取り組んでいきます。

