

認知症とともに生きるまちづくり



認知症普及啓発イベント「まちだ D サミット」

認知症とは

認知症とは色々な原因で脳の認知機能(物事を記憶する、言葉を使う、計算する、問題を解決するために深く考えるなどの頭の働き)が低下し、生活のしづらさが現れる状態を指します。

認知症はとても身近なもの

町田市では、現在、認知症のある人は約1万6,000人を超えており、2040年には約2万人に増加すると推計されています。これは、市内の高齢者のほぼ7人に1人が認知症になると見込まれるものです。

「新しい認知症観」と「認知症とともに生きるまち」

2024年1月に、「共生社会の実現を推進するための認知症基本法」(以下「認知症基本法」という。)が施行されました。これに基づき、国では認知症施策推進基本計画(以下「基本計画」という。)を策定しました。この基本計画では、「新しい認知症観」に立ち、本人参画で共生社会の実現を図ることが掲げられています。

この「新しい認知症観」とは、認知症になったら何もできなくなるのではなく、認知症になってからも、一人一人が個人としてできること・やりたいことがあり、住み慣れた地域で仲間等とつながりながら、希望を持って自分らしく暮らし続けることができるという考え方です。

町田市ではこのような国の動きや考え方に先立ち、認知症になっても地域の中で自分らしく活躍することができる「認知症とともに生きるまち」を目指し、様々な取組みを実施してきました。

認知症の人やその家族、地域の関係者等とともに市が行う様々な取組みは、認知症の人の声を大切にした事例として、国内外から多くの視察や取材を受けるなど注目されています。

市では、これまでの取組みに加え、認知症の人の社会参加機会の創出や更なる家族介護者支援等を推進し、「認知症とともに生きるまち」の実現を目指します。

町田市認知症施策推進協議会

市では、認知症の人やその家族が住み慣れた地域で共に生活を送ることができるよう、認知症施策について協議するため、学識経験者や医師、ケアマネジャーなど、認知症に関わる多種多様な分野の委員で構成される「町田市認知症施策推進協議会」を設置しています。

この協議会では、市の施策について企画・計画段階から、本人等の声を反映するため、認知症の人や家族介護者も委員として参画しています。

認知症の人や家族介護者の方が感じていること、求めていること、大切にしたいことを様々な関係者が共有し、それを考え、実現するために何をすべきかを協議することで、これまで気づかなかった様々な観点から暮らしやすいまちづくりに繋がっています。



町田市認知症施策推進協議会イメージ図

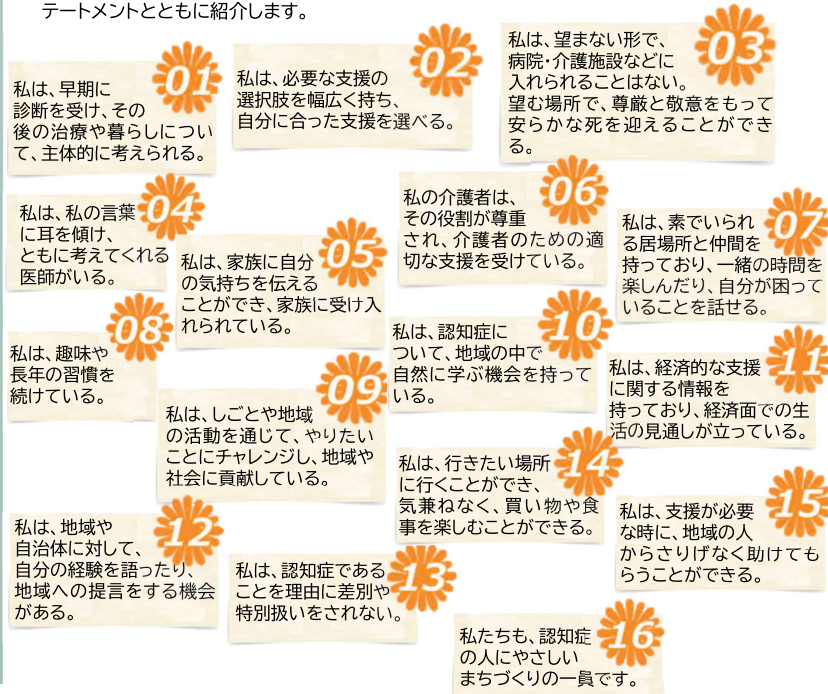
「16 のまちだアイ・ステートメント」を 知っていますか？

町田市が掲げる「16のまちだアイ・ステートメント」を知っていますか？

市では、認知症の人やその家族、医療福祉関係者、行政、民間企業、NPO、研究者など幅広いメンバーで話し合いを行い、認知症の人にとって町田市がどのようなまちであってほしいかを、「アイ=私」の視点で16の文章にまとめた「16のまちだアイ・ステートメント」を策定しました。このステートメントの中の「私」は、今認知症である「私」や、これから認知症になり得る「私」を指しています。

認知症は誰にでも起こりうる身近な症状です。市では「認知症とともに生きるまち」の目指すべき姿である、この「16のまちだアイ・ステートメント」の更なる普及とその実現に向けた取組みを推進しています。

ここでは、アイ・ステートメントを実現するための取組みについて、それぞれ該当するアイ・ステートメントとともに紹介します。



その1【D カフェ】

私は、素でいられる居場所と仲間を持っており、一緒にの時間を楽しんだり、自分が困っていることを話せる。

Dカフェとは、認知症の人やその家族、支援者、地域住民など、どなたでも気軽に参加し、気兼ねなく気持ちを語り合うことができる場です。

町田市が開催するDカフェは、コーヒーチェーン店の協力により、市内の店舗で定期的に開催しています。また、店舗に足を運ぶことが難しい方でも自宅から参加することができる「オンライン D カフェ」も開催しています。この他にも、市内には NPO や社会福祉法人などが主催するDカフェが多数あります。

認知症に関する悩みや不安、受けられるサービスなど、美味しいコーヒーを片手に気軽にみんなで話してみませんか。



「D カフェ」の実施風景
詳細は町田市ホームページをご覧ください。



その2【認知症の人の家族等への支援】

「認知症とともに生きるまち」は、認知症の人だけでなく、その家族等にとっても自分らしく活躍することができるまちです。

認知症と診断されたご本人がこれからの生活に不安を感じるように、その家族等も生活環境の変化等に戸惑い、不安や負担を感じてしまうことがあるかもしれません。

市では、これまでの取組みに加え、認知症の人の家族等のニーズをより施策に反映するため、家族介護者等の声をもとに、認知症の人を介護する家族介護者等が受けられるサービスや支援をまとめた冊子の発行や、悩みや不安を吐露し、想いを共有することができる家族介護者のための交流会を開催しています。このほかに、認知症の人の介護者の精神的負担を軽減することを目的に、臨床心理士等による介護者等相談事業等を実施しています。これからも家族介護者の声に耳を傾け、認知症の人の家族等にとっても自分らしく活躍できるまちづくりを推進していきます。

06 私の介護者は、その役割が尊重され、介護者のための適切な支援を受けている。

16 私たちも、認知症の人にやさしいまちづくりの一員です。

その3【認知症の人の社会参加機会の創出】

認知症になっても、地域の一員として役割を持ちながら社会参加ができるまちづくりが求められています。「社会参加」という言葉には、「社会で働く」以外にも、「自分も趣味などを通じて地域の人と関わりながら活動する」ことや、「お気に入りの場所に出かけて交流する」ことなど、いろいろな意味があります。

市では、「施設にいても地域の人と関わりたい」、「広い場所で自分の好きなスポーツを地域の人と一緒にやりたい」等の認知症の人の声を受け、認知症サポーターや地元企業等、地域の人達が共にチームとなり、認知症の人が望む活動を実現するための取組みを進めています。

皆さんもチーム活動に参加し、一緒に楽しめる機会を増やしてみませんか。



キャッチボールチームの活動風景

その4【まちづくりワークショップ】

まちづくりワークショップは、認知症の人とその家族、医療福祉関係者、企業、学生等の幅広い方々と「認知症とともに生きるまち」を実現するために何が出来るかを考える場です。

一人一人が出来ることを考え、実際に活動してみることが大切です。ワークショップに参加して、「認知症とともに生きるまち」の実現に向け、ともに一歩を踏み出してみませんか。



まちづくりワークショップの実施風景

私は、素でいられる居場所と仲間を持っており、一緒に時間を楽しんだり、自分が困っていることを話せる。

私は、しごとや地域の活動を通じて、やりたいことにチャレンジし、地域や社会に貢献している。

私は、地域や自治体に対して、自分の経験を語ったり、地域への提言をする機会がある。

私たちも、認知症の人にやさしいまちづくりの一員です。

その5【認知症相談】

私は、地域や自治体に対して、自分の経験を語ったり、地域への提言をする機会がある。



認知症について電話で気軽に相談することができる専門相談窓口です。

認知症への不安や、症状、受けられるサービス等について専門の相談員が電話での相談に応じます。また、必要に応じて専門医療機関との受診調整を行います。

ご相談は匿名でも受け付けています。

その6【認知症の早期受診支援】

私は、早期に診断を受け、その後の治療や暮らしについて、主体的に考えられる。

認知症は早期に診断を受け生活環境を整えることで、症状の安定化につながります。

市では、もの忘れが気になり始めた方などを対象に、専門医への受診案内や認知症の簡易検査等により、認知症の早期受診につなげ、安定した生活を送ることを目的とした「医師によるもの忘れ相談事業」を実施しています。

この事業では、高齢者支援センターでの来所による相談対応のみならず、医師がご自宅へ訪問し、対面での相談対応を行っています。

このほかの早期受診支援のための事業として、高齢者支援センターと医療職からなるチームが家庭訪問を行い集中的に支援を行う認知症初期集中支援チーム事業を行っています。

指標の紹介

目標の達成状況や取組みの成果を測るために
以下の指標を定めました。

取組みの成果を測る指標

