

令和3年度 「本人ミーティング」 報告会

～ 4年目の取り組み ～

令和4年2月27日(日)
14時～16時30分



社会福祉法人 練馬区社会福祉事業団

～ 目 次 ～

1.平成30年度アクションミーティングスタートの背景.....	1
2.関町地域包括支援センター	6
3.高野台地域包括支援センター	11
4.練馬区役所地域包括支援センター	16
5.練馬地域包括支援センター	22
6.豊玉地域包括支援センター	27
7.光が丘地域包括支援センター.....	32
8.光が丘南地域包括支援センター	37
9.北町地域包括支援センター	40
10.田柄地域包括支援センター	44

「認知症と共に生きる希望宣言」

平成30年度 アクションミーティングスタートの背景

- ・ 法人理念 人権尊重

「認知症ケアの推進にかかる法人の取り組みのグランドデザイン」

新オレンジプランの推進

認知症の人と家族への支援や人材育成の取り組みを推進

- ・ 平成30年度 練馬区地域包括支援センター運営体制の見直し

練馬区社会福祉事業団 9か所の地域包括支援センターの運営

「認知症地域支援推進員」を配置・認知症施策の推進を図る

- ・ 「認知症地域支援推進員」が中心となり、

認知症の人の意思が尊重され、できる限り住み慣れた地域のよい環境で自分らしく暮らし続けることができる社会の実現を目指す

法人の認知症地域支援推進員研修としての位置づけ

目 的

- （１）地域包括支援センター職員および認知症地域支援推進員が、認知症施策の方向性を理解し、認知症の人の暮らしを支援する地域づくりを実践する。**
- （２）認知症の人の意思の尊重、認知症の人の視点を重視した取り組みについて、地域に暮らす皆さんとともに考え行動する。**
- （３）認知症の本人の声を聴き、本人のよりよい暮らしにつながる工夫など、実践的な取り組みをすすめる。**

➤ **1年目 平成30年度 全体の流れと内容**

第1回 8月26日（日） 14時～17時 練馬介護人材育成・研修センター	○本人の声を聴くことの大切さを知る ○アクションミーティング（グループワーク） ①本人の声を聴くために、日頃取り組んでいること ②本人の声を聴くために、これからやってみたいこと
--	---

＜この間、各地区でアクションミーティング＞

第2回 10月21日（日） 14時～16時30分 練馬区役所地下2階 多目的会議室	○アクションミーティング： 「本人ミーティング」をイメージしよう
--	--

＜この間、各地区でアクションミーティング＞

第3回 1月20日（日） 14時～16時30分 光が丘区民センター 5階集会室1、2	○アクションミーティング： 「本人ミーティング」を実践しよう
---	--

＜この間、各地区で本人ミーティングを実践＞

第4回 2月24日（日） 14時～17時 練馬介護人材育成・研修センター	○実践報告（Vol.1）
--	--

コーディネーター 永田久美子先生 小森由美子氏 鈴木 英一氏

認知症施策推進大綱(令和元年6月18日認知症施策推進関係閣僚会議決定)(概要)

【基本的考え方】

認知症の発症を遅らせ、認知症になっても希望をもって日常生活を過ごせる社会を目指し、認知症の人や家族の視点を重視しながら「共生」と「予防」※1を車の両輪として施策を推進

※1「予防」とは、「認知症にならない」という意味ではなく、「認知症になるのを遅らせる」「認知症になっても進行を遅やかにする」という意味

世界の認知症戦略

世界各国において、政府による認知症戦略策定が進展

英国

○国家認知症戦略
・2000年に国家認知症戦略を5年計画として発表。2015・2016年に国家認知症戦略を改定し、2020年までの中期戦略を策定。

フランス

○神経変性疾患に関する国家計画
・2011年に認知症国家戦略を策定。2014年からは神経変性疾患全般に関する国家戦略として策定。

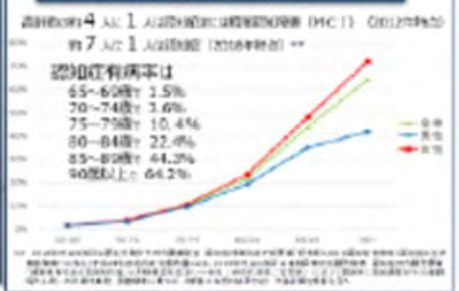
米国

○国家アルツハイマー計画
・2011年に国家アルツハイマー計画を策定。2012年に同計画に基づきQ10を発表。

オーストラリア

○認知症に関する国家戦略
・2005年に認知症に関する国家戦略を策定。現在は2015年から2019年度までの計画期間中。

我が国の認知症有病率等について



コンセプト

○認知症は誰にでもなりうるものである。家族や身近な人が認知症になることも多いため、多くの人にとって身近なものとなっている。

○生活上の困難が生じた場合でも、適切な予防しつつ、適切な理解と協力を得ることが可能。

具体的な施策

認知機能の低下のない人、プレクニミ
認知症発症を遅らせる取組(一次予防※2)の推進
認知機能の低下のある人(軽度認知障害(MCI)含む)
早期発見・早期対応(二次予防)、発症後の進行を遅らせる取組(三次予防※3)の推進
認知症の人
認知症の人本人の視点に立った「認知症バリアフリー」の推進

① 普及啓発・本人発信支援

② 予防

・認知症に関する啓発促進
・認知症に関する啓発促進
・認知症に関する啓発促進

本人発信支援

認知症の人本人の視点に立った「認知症バリアフリー」の推進

目指すべき社会

認知症の発症を遅らせ、認知症になっても希望をもって日常生活を過ごせる社会
主なKPI/目標

普及啓発・本人発信支援

・企業・地域等の認知症サポーター養成数40万人
・認知症サポーター養成数10万人(2025年度)
・認知症サポーター養成数10万人(2025年度)
・認知症サポーター養成数10万人(2025年度)

③ 予防

・認知症に関する啓発促進
・認知症に関する啓発促進
・認知症に関する啓発促進

認知症希望大使

⑤ 研究開発・産業促進・国際展開

・認知症発症や進行の仕組みの解明、予防法、診断法、治療法、リハビリテーション、介護モデル等の研究開発など、様々な課題やステップを対象に研究開発を推進
・認知症の予防法やケアに関する技術・サービス開発等の検証、評価・実証の推進

認知症の人や家族の視点を重視

上記1～5の施策は、認知症の人やその家族の意見を踏まえ、立案及び推進する。

期間：2025年まで

※3 認知症の発症遅延や発症後及び対応 ④ 認知症予防、機能維持、行動・心理状態の予防・対応

⑥ 研究開発・産業促進・国際展開

・認知症の予防法やケアに関する技術・サービス開発等の検証、評価・実証の推進
・認知症の予防法やケアに関する技術・サービス開発等の検証、評価・実証の推進

認知症施策の推進

平成30年度 アクションミーティング

- 国の新オレンジプランに掲げられた「認知症の人の意思の尊重、認知症の人の視点の重視」を推進する取組

令和元年度 本人ミーティング

- 本人の声を聴き、その声をさまざまな取り組みに活かす
- 本人どうしが出会い、体験していることや、自分なりの工夫を話しあう中で、本人のよりよい暮らしにつなげていく
- その地域ならではの取組

令和2年度 本人ミーティング

- 歩みを止めない。コロナ禍でも工夫を！

令和3年度 本人ミーティングと認知症バリアフリーの取り組み

- とうきょう認知症希望大使とともに「本人発信」支援
- JDWG「認知症バリアフリーの取り組み」

➤ 2年目

- ・令和2年2月12日 練馬区キャラバンメイト連絡会(活動紹介)
- ・令和2年2月16日 地域支援課 報告会 (Vol.2)



➤ 3年目

- ・令和3年2月 地域支援課活動報告 (Vol.3) 書面

➤ 4年目

- ・令和3年6月30日練馬区本人ミーティング・チームオレンジ 実務研修 (活動紹介)
- ・令和4年2月18日練馬区キャラバンメイト連絡会 (活動紹介)
- ・令和4年2月27日地域支援課本人ミーティング報告会 (Vol.4)

地域で共に暮らす住民一人ひとりのより良い暮らしのために！

○歩みを止めない コロナ禍でもできる工夫を！

○各地域で取り組んだことを共有します

○互いの取り組みの経過や工夫をこれからに活かします

本人ミーティング

令和元年度～令和3年度

9か所

大泉圏域

光が丘圏域



本人の「今とこれからの暮らしのバリアフリーシート」

※本人1人に1シートではなく、やっていること・楽しみ・行っているところ等ごとでお願いします。
※各ブロックの行数が増え、シートが複数ページになってもかまいません。

令和3年度



1. 本人が「ふだんやっていること」
「楽しみにしていること」
「行っている場所」

- お洋服屋さんに行って、最近の流行りを見て歩くのが好き。
- 動物が好きで、水族館に行きたい。●山登りが好きだった。これからは家

2. そのための
①「本人の習慣・工夫」
②「今ある周囲のアシスト」

- トイレの蓋が閉まっているとわからなくなるから、自宅のトイレの蓋は開
- トイレの場所が分からなくなったのでトイレの場所が分かるよう
- 掃除機や洗濯機の使い方が分からなくなったので、数字のシールを貼っている。

認知症バリアフリーについて
本人の言葉から考える

- ふだん○○○の中で、「私」には、こんな習慣があつて、こんな工夫をしています。周囲のこん
- もと関わりを持っていて、こんなことを一緒にしたり、手伝ってもらっています。

本人の暮らしのバリア（障壁）は？

無くなると、「私（本人）」のバリア（障壁）になってしまうもの・こと（人との関係性や場所なども含めて）	「私（本人）」にとってのバリア（障壁）を取り除く（生まない）ためのもの・こと	「私（本人）」にとってのバリア（障壁）をより小さく・軽く・低くするもの・こと
トイレまで連れて行ってくれる人、トイレであることが分かる表示、トイレの使い方や出入口の表示、掃除機や洗濯機の使い方シール（字が読めない。色や絵や数字は4分かるので文字ではない表示）	トイレの場所やトイレの出入口、使用方法が分かりやすい表示（字は読めないのでピクトグラムのような絵の表示）トイレの蓋が閉まっていると分からない。トイレの蓋がないもの、色や絵で表示されているシール、	蓋のないトイレ 男女兼用のトイレ夫と一緒に入れるトイレ、同じ仕様のレ誰もが分かる(子供、大人、外国の方も)文字ではなく糸や記号で分かりやすい表示が地域、社会に広がる

令和3年度 東京都認知症シンポジウム

令和3年度東京都認知症シンポジウム

認知症とともに生きる

東京都は、認知症に対する正しい理解の促進のため、毎年9月に認知症シンポジウムを開催しております。平成19年度から「世界アルツハイマーデー」を記念し、開催しているシンポジウムも、今年度で第15回目となりました。今年度のシンポジウムでは、東京都の認知症本人大使「とうきょう認知症希望大使」の任命式を行うとともに、ミニ講座、座談会を通して、認知症のご本人の想いを発信します。奮ってご参加ください。

**オンライン形式
(ライブ配信)
事前申込不要
参加費無料**

内 容

- ① 「とうきょう認知症希望大使」任命式
- ② 認知症とともに生きる
～とうきょう認知症希望大使からのメッセージ～

ミニ講座「認知症のご本人の声を聴くということ」
座談会「私たちにとって、認知症とともに生きるとは」
出演者：とうきょう認知症希望大使
講師・コーディネーター：地方独立行政法人東京都健康長寿医療センター研究所 副所長 栗田 圭一 氏

日 時 令和3年 9月10日(金) 14:00～15:30

座談会

「私たちにとって、認知症とともに
生きるとは」



- (1) 「とうきょう認知症希望大使」の任命式
(2) 認知症とともに生きる～とうきょう認知症希望大使からのメッセージ～
ミニ講座：「認知症のご本人の声を聴くということ」



とうきょう認知症ナビ
(東京都福祉保健局)



「認知症とともに生きる希望宣言」は、
わたしたち認知症とともに暮らす本人一人ひとりが、
体験と思いを言葉にし、それらを寄せ合い、
重ね合わせる中で、生まれたものです。

今とこれから生きていくために、一人でも多くの人に
一緒に宣言してほしいと思っています。

この希望宣言が、さざなみのように広がり、
希望の日々に向けた大きなうねりになっていくことを
ここから願っています。

それぞれが暮らすまちで、そして全国で、
あなたも、どうぞごいっしょに。

日本認知症本人ワーキンググループ
代表理事 藤田和子

わたしたちは、「認知症とともに生きる希望宣言」をもとに、
全国で「希望のリレー」プロジェクトを展開していきます。

一般社団法人 日本認知症本人ワーキンググループ
hope@jdwg.org ◆ <http://www.jdwg.org>



2018年
10月

認知症とともに生きる希望宣言

1

自分自身がとらわれている常識の殻を破り、
前を向いて生きていきます。

2

自分の力を活かして、大切にしたい暮らしを続け、
社会の一員として、楽しみながらチャレンジしていきます。

3

私たち本人同士が、出会い、つながり、
生きる力をわか立させ、元気に暮らしていきます。

4

自分の思いや希望を伝えながら、味方になってくれる人たちを、
身近なまちで見つけ、一緒に歩んでいきます。

5

認知症とともに生きている体験や工夫を活かし、
暮らしやすいわがまちを一緒に

「認知症とともに生きる希望宣言」が、
さざなみのように広がり、希望の日々
に向けた大きなうねりになっていくよ
うに

1 認知症になっても、自分らしく生きていくことを目指します。

「認知症になっても、自分らしく生きていくことを目指します」という言葉を、
自分なりに考え、いいひととき、いい一日、いい人に出会えるようにします。

2

自分らしく生きていくために、やりたいことを大切にします。
自分大切にしたいことを自分なりに選び、自分らしく暮らしていきます。

新しいことを覚えたり、初めてのこともやってみます。
行きたいところに出かけ、自然やまちの中心地などに暮らしていきます。

働いて暮らしたり、地域や次世代の人のために役立とうとします。

3 自分らしく生きていくために、仲間と力を合わせ、支えあいます。

落ち込むこともありますが、仲間と会って愚痴や悩みを話します。
仲間と本音で語り合い、知恵を出し合い、暮らしの工夫を続けていきます。

4

自分らしく生きていくために、自分自身が気づいたことや工夫を人に伝えます。
自分だけでなく、自分らしく生きていくために、必要なのは何か。
どう生きたいかを、自分なりに伝えていきます。

私たちが生きたいことの真意を語り、一緒に考えながら、未来に向けてともに歩んでくれる人を。
仲間や協力とともに私が目指すに元気がなることで、家族の心配や負担を小さくし、
お互いの生活を守るがよりの暮らしを目指します。

5 認知症とともに生きている体験や工夫を活かし、暮らしやすいわがまちを一緒に

私たちは、認知症とともに暮らしています。
日々いろいろなことが起き、不安や心配はつきませんが、
いろいろな可能性があることも見えてきました。
一度きりしかない自分の人生をきらめかぬため、
希望を持って自分らしく暮らしたい。
次に続く人たちが、暗いトンネルに迷い込まずにもっと楽に、
いい人生を送ってほしい。

私たちは、自分たちの体験と意志をもとに
「認知症とともに生きる希望宣言」をします。
この宣言をスタートに、自分も希望を持って暮らしていこうという人、
そしてよりよい社会を一緒につくっていく人という
人の輪が広がることを願っています。



一足先に認知症になった私たちからすべての人たちへ

一般社団法人
日本認知症本人ワーキンググルー
プ-JDWG

2月27日(日)本人ミーティング報告会の評価等コメントのご紹介

【永田先生、小森さん、鈴木さんからの報告会終了時のコメント】

- 本人さんたちが、楽しそうに、いきいきと本人ミーティングに参加されている。
- 4年間の取り組みのスタートを「認知症地域支援推進員の研修」として位置付けたこと、その成果として取り組み(実践)が表れている。
- 本人の言葉、本人の視点から考えるという基本がしっかりと職員に根付いている、浸透している。本人視点をぶらさず、地域で一緒に考えながら進められている。
- 取り組み、課題発見、次の取組(PDCA)がしっかりできている。本当にいい取り組みになっている。
- 各包括しっかりと本人参画の具体がある、いい取組が続いている。
- 地域に根差して地域独自の特色が表れている。
- 続けること、少しずつでも次へのアクションを本人と一緒にやってみること、そして足跡を丁寧に確認・共有しあっていくこと、などなどの大切さを実感できた。