

認知症みまもりサポートブック試案 ～安心して地域で暮らせるまちづくりをめざして～

高橋 謙一¹⁾ 寺村 直子²⁾

Dementia Watch Support Book Draft: For a community where people can live with peace of mind

Kenichi TAKAHASHI¹⁾ Naoko TERAMURA²⁾

要旨：近年、認知症高齢者の徘徊による行方不明が多発している。これに対し牛島地域包括支援センター南寿園では警察署と協働し、地域の協力事業所（者）を対象に「認知症高齢者みまもり模擬訓練」を行った。この模擬訓練は義務化されていないこともあり、開催している地域は少ない。また、マニュアルがないため、地域包括支援センターと管轄警察署が協議しプログラムを作成して行っている状況にあった。

今後、圏域内の地域住民も参加して「認知症高齢者みまもり模擬訓練」を開催することも想定されることから、先行研究や参加した地域の協力事業所（者）のアンケート結果を参考に、マニュアル作成の一助となり得るハンドブック「認知症みまもりサポートブック」を作成し、「認知症高齢者みまもり模擬訓練」の標準化を図ることを試みた。

キーワード：認知症高齢者、徘徊模擬訓練、サポートブック

Abstract : Recently, many older adults with dementia have been reported missing due to wandering. Therefore, the Ushijima Community Comprehensive Support Center, *Nanjuen*, collaborated with local police and conducted a “Monitoring Training for Dementia Watch of the Elderly” for local cooperating businesses and residents. However, such training sessions were conducted in few areas, partly owing to their non-compulsory nature. Additionally, due to the lack of a standardized manual, the Community Comprehensive Support Center and local police consulted to create different Dementia Watch programs in each area.

In the future, local residents will also be expected to participate in the “Monitoring Training for Dementia Watch of the Elderly.” Based on previous studies and the interview results, this “Dementia Watch Support Book Draft” was created as an intermediary step to facilitate the creation of a standardized manual for “Monitoring Training for Dementia Watch of the Elderly” for participating local businesses and residents.

Key words : dementia of the elderly, monitoring training for dementia watch of the elderly, support book

1) 日本赤十字秋田短期大学

2) 牛島地域包括支援センター南寿園

1) Japanese Red Cross Junior College of Akita

2) Ushijima Regional Comprehensive Support Center, *Nanjuen*

I. はじめに

認知症になっても住み慣れた地域で安心してその人らしい生活を継続することを目的に、牛島地域包括センター南寿園は管轄警察署と協働し、地域の協力事業所（者）^{注1）}を対象に「認知症高齢者みまもり模擬訓練」を2019年9月と2020年10月に開催した。このプログラムは、認知症の中核症状と行動心理症状（BPSD）の理解と地区の「SOSネットワーク」体制の周知を図る講義を行った後、道迷い認知症高齢者に扮した人の発見から保護に至るまでを参加型で行っている。

なお、模擬訓練は義務化されていないこともありマニュアルがないため、牛島地域包括支援センター南寿園と管轄警察署が協議のうえ、プログラムを作成している状況にあった。

また、秋田市内において、現在この模擬訓練を開催している地域は極めて少ない。今後、南圏域内の地域住民が参加して「認知症高齢者みまもり模擬訓練」を開催して行くには、各地域の特徴を尊重しながらも標準化していくことが望まれる。そこで、地域包括支援センター南寿園では、「認知症高齢者みまもり模擬訓練」の際のマニュアル作成の一助となるハンドブックを試案した。

注1)

「SOSネットワーク（高齢者さがしてネットワーク）」に登録している協力事業所（者）地域の小売店、訪問配達販売（牛乳、乳酸飲料等）、地区社会福祉協議会、地区民生委員・児童委員、郵便局、銀行、ガソリンスタンド、薬局、介護保険事業所などがある。

II. 目的

認知症高齢者みまもり模擬訓練の標準化を図るために、「認知症みまもりサポートブック」を作成する。

III. 「認知症みまもりサポートブック」の作成方法について

「認知症みまもりサポートブック」の作成にあたり、先行研究（事例）を参照し、検討した。また、「認知症高齢者みまもり模擬訓練」はプログラム終了後に参加した協力事業所（者）を対象にアンケートを配布して振り返りを行っており、そのアンケート結果も参考に「認知症みまもりサポートブック」に掲載する内容を検討した。

1. 先行研究から

認知症高齢者徘徊模擬訓練の有効性や効果に関する先行研究はあるが、徘徊模擬訓練に関係したサポートブック作成に関する先行研究は検索できなかった。そこで、認知症高齢者みまもり模擬訓練のプログラムに沿った内容の掲載時のポイントや演習時の使いやすさという観点から、丹（2011）「小児救急無料パンフレットの保管率と保護者の意見」や石川（2010）「日本女子大学目代キャンパスにおける学生向け地震防災啓発のための提案」を参考にして検討した。

2. 「認知症高齢者みまもり模擬訓練」後のアンケート調査内容と分析方法

1) アンケート内容

- (1) 「認知症高齢者みまもり模擬訓練」の構成について
- (2) 疑似体験をしたことにより、実際の場面で実践できそうか
- (3) 「認知症高齢者みまもり模擬訓練」の感想（自由記載）

2) 調査日

2019年9月18日及び2020年10月22日

3) 分析法

多肢選択法の回答については単純計算をした。自由記載については文脈を整理し、「認知症高齢者みまもり模擬訓練」の構成で、参加者が具体的によかった、理解できたと思った事柄や不安に感じている事柄についてカテゴリー化した。

4) 倫理的配慮

調査対象者には、調査目的、調査協力は任意であり不参加が個人の不利益にならないことや個人が特定されることはないこと、データの取り扱いについて口頭及び書面にて説明し同意を得た。また、管轄する牛島地域包括支援センター南寿園管理者の許可を得た。

3. 先行研究結果から得られた「認知症みまもりサポートブック」作成時の留意点

丹（2011）はパンフレットに掲載する内容について、「全ての情報を提供するというよりも、必要な情報を実用的教材にする」、「効果的表現としてイラストを用いること」また、有効なものにするには「パンフレット自体の役割を利用者視点で明確にしながら、利用者評価を行っていく必要がある」ことや「パン

フレット単独での教育効果は低く、経験と組み合わせることが必要」と述べていた。そして、パンフレットのサイズについては、常時携帯できるように「母子手帳」の大きさと同じにしていた。

また、石川（2010）は「携帯版地震防災ガイド冊子」について、一般的事項を除き、情報量を地震発生直後に特化した内容で構成し、常に携帯できるようにしていた。学生への質問紙調査から常に携帯する財布に着目し、現金以外に収納しているものはカード類であることから、一枚の紙を冊子状に折りたたんだ際にカードと同等の大きさにして、収納できるよう作成していた。

4. 「認知症高齢者みまもり模擬訓練」後のアンケート結果

2019年度は、秋田市の南圏域（牛島地域包括支援センター南寿園、御所野包括支援センターけやき、雄和地域包括支援センター緑水苑）の協力事業所（者）を対象に開催し、70名の参加があった。2020年度は牛島地域包括支援センター圏域内の協力事業所（者）を対象に行われ、17名の参加があった。

アンケート用紙については、2019年度は64名から回収、2020年度は17名から回収した。

1) 「認知症高齢者みまもり模擬訓練」の構成について

2019年度は「わかりやすかった、理解できた」100%（64名）であった。

2020年度は「わかりやすかった、理解できた」88.2%（15名）、「分かりにくかった、よく理解できなかった」11.8%（2名）であった（図1）。

2) 疑似体験をしたことにより、実際の場面で実践できそうか

2019年度は「できると思う」9.3%（6名）、「難しいと思う」66.8%（44名）、「分からない」21.9%（14名）であった。

2020年度は「できると思う」が88.2%（15名）、「難しいと思う」11.8%（2名）であった（図2）。

3) 「認知症高齢者みまもり模擬訓練」の構成に関する自由記載について

2019年度では、よかった、理解できた事柄として「道迷い認知症高齢者への声のかけ方が分かった」10人、「疑似体験をした

ことで、発見から保護に至るまでの流れを知ることができた」5人、「地域のSOSネットワークを知ることができた」4人であった。不安・不満に感じている事柄として「道迷い認知症高齢者に遭遇した際に訓練通りにできるか不安」12人であった。なかでも、「道迷い認知症高齢者の反応に対する柔軟な対応への不安」9人、「声のかけ方が不安」3人であった。

2020年度では、よかった、理解できた事柄として「道迷い認知症高齢者への声のかけ方が分かった」3人、「地域のSOSネットワークを知ることができた」2人、「疑似体験をしたことで、発見から保護に至るまでの流れを知ることができた」1人であった。不安・不満に感じている事柄として「不審な行動と感じても、道迷い認知症高齢者と判断できず、声かけができない」1人、「認知症症状の理解よりも疑似体験に時間をかけ過ぎている」1人であった（表1）。

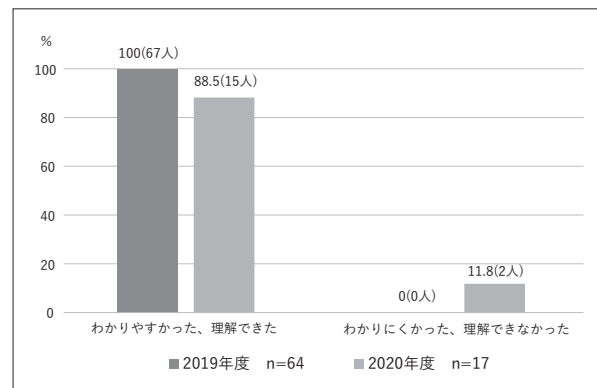


図1 「認知症高齢者みまもり模擬訓練」の構成について

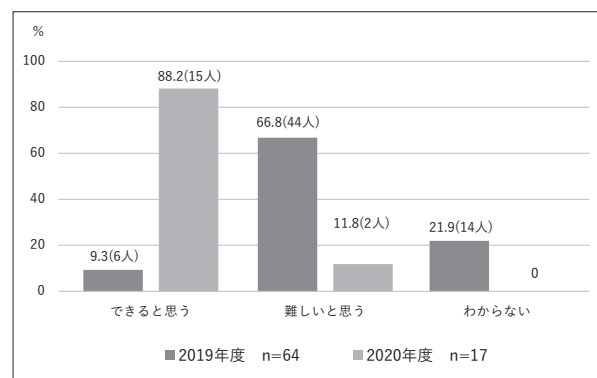


図2 疑似体験をしたことにより、実際の場面で実践できそうか

表1 「認知症高齢者みまもり模擬訓練」の構成に関する自由記載

2019年度		n=64
よかった、理解できた事柄		人
道迷い認知症高齢者への声のかけ方がわかった		10
発見から保護に至るまでの流れを知った		5
SOSネットワークを知ることができた		4
不安・不満に感じている事柄		
道迷い認知症高齢者に遭遇した際に訓練通りにできるか		12
(内訳)	道迷い認知症高齢者の反応に対する柔軟な対応	(9)
	声のかけ方	(3)
2020年度		n=17
よかった、理解できた事柄		人
道迷い認知症高齢者への声のかけ方が分かった		3
発見から保護に至るまでの流れを知った		1
SOSネットワークを知ることができた		2
不安・不満に感じている事柄		
不審な行動と感じても、道迷い認知症高齢者と判断できず、声かけができない		1
認知症症状の理解よりも疑似体験に時間をかけ過ぎている		1

5. 「認知症高齢者みまもり模擬訓練」後のアンケート結果から得られた「認知症みまもりサポートブック」作成時の留意点

「認知症高齢者みまもり模擬訓練」のプログラム構成に沿って使用できることや、保護から通報までの流れを明記すること、演習で不安を感じている事柄には、「道迷い認知症高齢者への接し方のポイント」を具体的にすることが確認できた。

IV. 作成した「認知症みまもりサポートブック」の特徴（図3）

講義と模擬演習の両方で使用できるようにした。掲載方法については、「認知症高齢者みまもり模擬訓練」のプログラムの流れに沿いながら時間配分を考慮した分量にし、関連内容は見開きにして理解しやすいようにした。また、不安と感じている事柄については、フリー素材を中心に用いて分かりやすいようにした。

サポートブックのサイズについては、模擬演習で参加者が疑似体験する際に片手で持ちやすく、着衣のポケット等に収納しやすいことや、普段の外出の際に携帯可能な大きさを検討し、「お薬手帳」と同じサイズで作成した。さらに、冊子内の

ページの一部を切り取りカード状にして最低限度の必要情報を財布やカード入れに入れて携帯できるようにした。

なお、サポートブックを小型化することで、文字が見えにくくなることが懸念された。そこで、ユニバーサルデザインのコンセプトに基づきフォントメーカーモリサワが開発した視認性がよいといわれるBIZ UDゴシックを使用し、可能な範囲で太字を使用した。

V. 作成した「認知症みまもりサポートブック」を活用することの評価と課題

参加した協力事業所（者）からの「認知症高齢者みまもり模擬訓練」のプログラムへの満足度は高く、そのプログラム内容に準じてポイントを絞り作成した。南圏域の各地域包括支援センターからは、このサポートブックを活用することで、南圏域内の協力事業所（者）や地域住民を対象に開催する「認知症高齢者みまもり模擬訓練」の標準化を図ることの期待的評価を得た。

しかし、参加事業所（者）へのアンケートは基本的属性が欠落しているため、ハンドブックのサイズや文字の大きさ、使いやすさ、掲載内容の理解しやすさ等については、今後「認知症高齢者み

まもり模擬訓練」で使用し、その結果から修正していく必要がある。そしてまた、作成したハンドブックを活用し標準化を図る一方で、マニュアル作成のための一助となり得るには、参加者へのアンケート項目を検討し、データを蓄積して検証していく必要がある。

「認知症高齢者みまもり模擬訓練」を2016年度から2018年度にかけて開催した秋田市新屋地区では、通行人の中から道迷い認知症高齢者に気づき発見する模擬訓練やGPS機器を使用した訓練等の応用プログラムを作成し行っていた。したがって、南圏域内の協力事業所（者）や地域住民を対象とした「認知症高齢者みまもり模擬訓練」の開催回数や参加者の経験値を考慮し、地域の特性に合わせた応用プログラムの作成が必要となる。

謝辞

秋田市南圏域および牛島地区で開催された「認知症高齢者みまもり模擬訓練」に参加し調査にご

協力いただいた協力事業所（者）の皆様をはじめ、関係機関の皆様に深く御礼申し上げます。

本稿における利益相反はありません。

引用文献

千歳市社会福祉協議会,千歳市認知症地域支援推進委員（2020）. 千歳地域SOSネットワーク対応ハンドブック.

石川重孝（2010）. 日本女子大学目白キャンパスにおける学生向け地震防災啓発のための提案. 日本女子大学紀要家政学部, 57, 81-86.

鈴木孝雄 監修（n.d.）. こんなとき、どうする？認知症サポートハンドブック事例からサポートを考える. 東京法規出版.

丹佳子（2011）. 小児救急無料パンフレットの保管率と保護者の意見. 日本公衆衛生雑誌, 58（7）, 526-538.

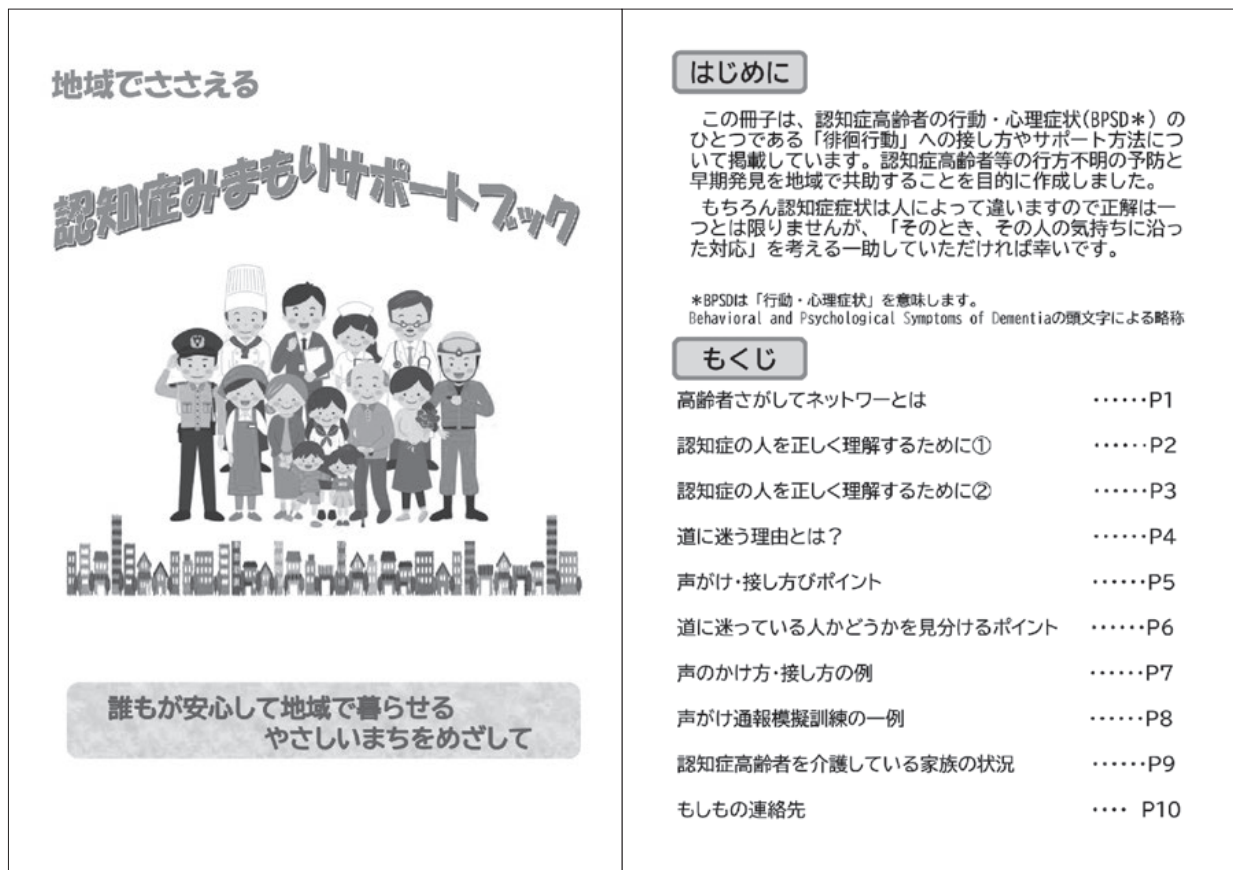


図3 認知症みまもりサポートブック



認知症の人を正しく理解するために①

1. 認知症とはどんな病気？

老化現象による物忘れとは違い、脳の病気や障害など様々な原因により、認知機能が低下し、日常生活全般に支障が出てくる状態をいいます。具体的には、何を食べたかを忘れるだけではなく、食事をしたこと自体を忘れてしまうこともあります。

さっき食べたじゃない お昼まだなの？

2. 認知症になると・・・

記憶障害や見当識障害、理解判断力の障害、実行機能障害などの「中核症状」といわれる症状が誰にでも見られるようになります。

●認知症の人に必ずおこる中核症状とは●

- 記憶障害 ちょっと前のことを覚えられない、すぐに忘れる
- 見当識障害 時間・場所、人物がわからなくなる
- 理解・判断力の障害 物事を正しく判断できなくなる
- 実行機能障害 物事を計画どおりに行うことができない (例) 手順通りに調理ができない

理解力の障害 理解力の障害 さっき、娘が言ったことの意味が分からない

記憶障害 記憶障害 娘と孫が来た跡があるけど、いつ来たのかしら？

実行機能障害 実行機能障害 カレー作りたけど、作り方…どうしたらいいの？

見当識障害 見当識障害 財布をかばんに入れたはずなんだけど、ないの！どこに置いたかしら？

2

認知症の人を正しく理解するために②

3. 行動・心理症状(BPSD)とは

中核症状によって二次的に引き起こされる症状ですが、認知症になると誰でも起こるわけではありません。このような症状の背景には、自分自身の状態に対する不安感・焦燥感といった「感情の表現」であったり、周囲の状況を「誤って認識した行動」であることを理解しておきましょう。

●主な行動・心理症状とは●

- 徘徊 目的を持って歩いている場合と、不安感から歩き回ってまわっている場合がある。
- 興奮(暴言・暴力) 環境の変化に適応できない、ケアの方法を受け入れられないことから興奮状態におちいる。
- 常同行動 同じ行動を何度も繰り返す。
- 妄想 事実でないことを事実として思い込み、間違いを指摘されても受け入れられない状態。もの盗られ妄想や被害妄想などがある。
- 幻覚 実際には存在しないものが見えたり(幻視)聞こえたり(幻聴)する。

行動・心理症状 徘徊・興奮(暴言・暴力)・常同行動・妄想・幻覚

中核症状 記憶力などの認知機能の低下

もの盗られ妄想 徘徊

3

道に迷う理由とは？

行動・心理症状は、本人の性格や環境、心理状態などが絡み合い、行動としてあらわれます。

一見すると、わけもなくウロウロ歩いているように見えますが、本人なりの目的や理由があることがほとんどです。ただ、見当識障害等により、その行動が現実とそぐわないことが多くなります。

大事な取引に間に合わない

〇〇商事

働いている頃を思い出す

散歩の帰り道が分からない

方向が分からない

出かける行動には、このように様々な要因が考えられます。認知症の症状により適切な判断ができなくなり、行方不明になってしまうことがあります。

いずれにせよ、「行動・心理症状」は気持ちのあらわれですから、本人の話をよく聞き、寄り添う姿勢が大切です。

4

道に迷っている人かどうか見わかるポイント

認知症等高齢者の行方不明は『命の危険』が伴います

- 行方不明になり時間が経過するとどんどん遠くへ行ってしまい発見がますます難しくなります。
- 普段答えられることも答えられなくなったり、助けを求めることが難しくなります。
- 昼夜問わず、雨や雪でも構わずに歩いてしまいます。

こんな方を見かけたら・・

「勇気」を持ってひと声、お願いします!!

●「気づきのポイント」

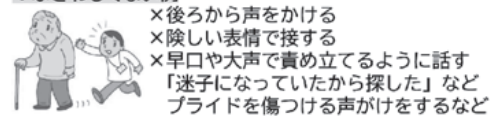


5

声がけ・接し方のポイント

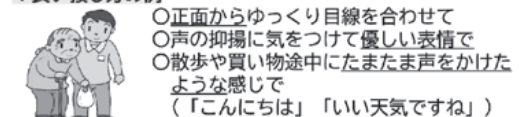
認知症の人への基本的関わり方として、特別なことはありません。言葉よりも相手の表情を読み取る感覚が鋭敏になっていますので、安心感のある優しい表情で接しましょう。

*ふさわしくない例



○本人の行動を妨げず、困っていることに対してお手伝いする気持ちで声をかけてみてください。

*良い接し方の例



*声をかけられない時

- 警察110番通報やお住いの地域包括支援センターへ通報（10ページ参照）
- 背格好（服装などの身なり）、現在の場所、向かっている方向を知らせる

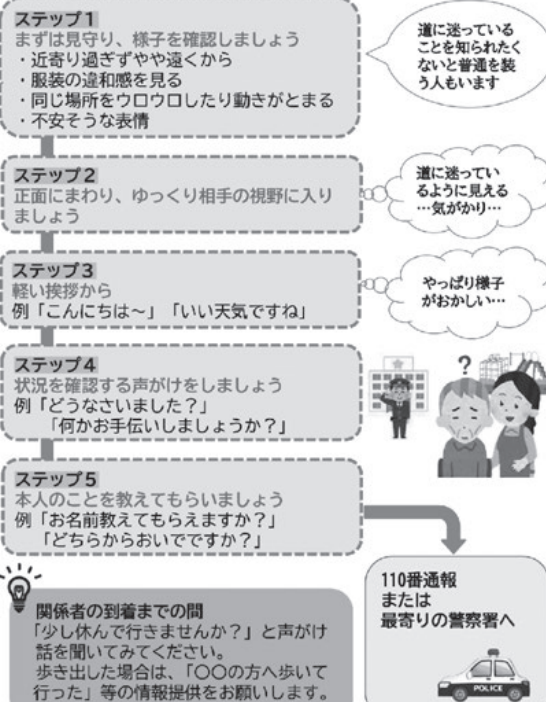
*明らかに体調が悪そうに見える場合は・・・
救急車119番へ通報を!



秋田市では行方不明になるおそれのある方が、事前登録している場合があります。

6

声のかけ方・接し方の例



7

声がけ通報模擬訓練の一例



8

認知症介護している家族の状況

在宅介護の4つのストレス

- 先の見えない介護に疲労や睡眠不足、24時間休まらない日が続く
- 悩みを一人で抱えて孤立しがち
- 自分の時間がとれない
- 経済的不安

認知症介護の家族の負担

認知症のタイプによって出現する症状は様々ですが、記憶力の障害により、徘徊やもの盗られ妄想、時には暴言や暴力がみられ、心身的な負担ははかり知れません。

家族介護のよいところ

家族は変わりゆく姿に悲しみや、やるせなさを抱きつつも、家族だからこそわかる理屈でない介護方法を生み出しながら毎日を送っています。

これまでの家族関係は必ずしも円満なものとは言えず心の通わなかったこともあるかもしれません。それでも「家族の絆」を断ち切ることなく、今を共に生きています。

介護家族は複雑な思いを抱えながらも介護を続けているかもしれません。

家族の介護負担が少しでも軽減できるように地域全体でサポートしていきましょう!!

9

道に迷っているかも？ 心配な方を見かけたら..

● 警察 ●

道に迷っているか判断がつかない場合でも構いません。お気軽に情報提供をお願いします。110番通報も可能です。

名称	住所	電話番号
秋田中央警察署	秋田市千秋明徳町1-9	018-835-1111
秋田臨港警察署	秋田市土崎港西三丁目1-8	018-845-0141
秋田東警察署	秋田市上北手百崎字内山60-2	018-825-5110

認知症に関することのお問い合わせ・ご相談は..

● 相談 ●

物忘れのことを心配に思う方やそのご家族が身近で気軽に相談できる窓口が地域包括支援センターです。

例えば..

- 認知症かもしれない、どこを受診したらよいか
- 近隣に高齢者や家族で心配な人がいる
- 外に出かけると家に戻れないみたい、行方不明になる恐れがある
- 自転車や車の運転が心配など

お住まいの地域包括支援センターへ

名称	住所 [お住まいの地区]	電話番号
牛島地域包括支援センター南寿園	秋田市牛島東三丁目9-1 【牛島、大住(大住南二・三丁目除く、山手台、上北手、南ヶ丘)】	018-838-0304
御所野地域包括支援センターけやき	秋田市御所野下堀五丁目1-5 【仁井田、御所野、西ツ小堀、御所野、大住南二・三丁目】	018-826-0651
雄和地域包括支援センター緑水苑	秋田市雄和石田字苗代沢25-1 【雄和】	018-881-3511

10

みまもりカード

～道に迷っているかも？ 心配な方を見かけたら～

秋田中央警察署 ☎ 018-835-1111
秋田臨港警察署 ☎ 018-845-0141
秋田東警察署 ☎ 018-825-5110

— (お住まいの地区) 認知症に関するお問い合わせ・ご相談 —
牛島地域包括支援センター南寿園 ☎ 018-838-0304
御所野地域包括支援センターけやき ☎ 018-826-0651
雄和地域包括支援センター緑水苑 ☎ 018-881-3511

点線部分を切り取り、2つ折りにして財布等の中に入れてお持ち歩きください

4

さりげなく様子を見る
(視察に入る)

やさしく声をかける
「こんにちは」「何かお困りですか」
状況確認、情報入手

通報
警察110番または最寄りの警察署
体調不良の場合：救急車119番
お住まいの地区の地域包括支援センター

伝達事項
名前・身長・体型・性別・身なり・特徴等

作 成

日本赤十字秋田短期大学
牛島地域包括支援センター南寿園



日本赤十字秋田短期大学 介護福祉学科

Humanity

支えを
生きる人になる。