



知っておきたい「認知症の人と家族の会」のこと

発行：京都市保健福祉局長寿社会部長寿福祉課 電話：075 (251) 1106 平成26年2月

節分を過ぎ、暦の上では春となりましたが、まだまだ寒さは厳しいですね。

さて今年は、“痴呆”から“認知症”になって10年を迎えます。国が打ち出した普及啓発キャンペーンである「認知症を知り地域をつくる10カ年」の最終年として、認知症にとってメモリアルな年といえそうです。

そんな今年の活動ニュース第2弾は“認知症の人と家族の会”を取り上げます。「会の名前は知っているけれど、どんなことをしているのかな?」とか「コールセンターがあることは知っているけれども、どんな場合に紹介したらよいかかわからない」など…“認知症の人と家族の会”が日々取り組まれていることをご紹介します。



“公益社団法人 認知症の人と家族の会”とは?

1980年、“呆け老人を抱える家族の会”として結成。2006年に“認知症の人と家族の会”へと名称を変更されました。現在全国46都道府県に支部があり（沖縄県は準備会）、1万1千人の会員が励まし合い、助け合って「認知症があっても安心して暮らせる社会」を目指して活動されています。

“認知症の人と家族の会”に関する基礎知識

認知症に関心がある人であれば、誰でも会員になれます!

“認知症の人と家族の会”の会員は、認知症の人を介護している家族に限定していません。

医師、施設関係者等専門職も含め、認知症に関心のある人なら誰でも会員となれます。会員になると、毎月会報が届きます。

活動は「世話人」を中心に運営されています!!

“認知症の人と家族の会”の様々な活動を行っているのは、「世話人」と呼ばれる会員の方です。

世話人さんはお住まいの地域の支部に属し、様々な活躍をされています。

- ☆ 電話相談員 ☆ 「つどい」の運営
- ☆ 会報の発行と発送作業 ☆ 巡回相談・交流会（府下で開催） など

現在、京都府支部には30名ほどの世話人さんがおられ、そのほとんどが京都市内にお住まいです。

発祥の地はここ「京都」、本部所在地も京都です!!!

1980年1月20日に、岡崎にある京都大学の関連施設の一室で「結成総会」が行われ、新聞記事を見た人達（約90名）が全国から集まりました。参加者は、家族が集まり話し合うことの大切さを知り、それぞれの地で「つどい」を開きはじめたことが「支部」の発足につながったそうです。

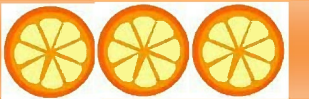
そして現在、二条城の北側にある京都社会福祉会館（上京区）の中に本部があり、京都府支部の活動の多くもそこで行われています。

“認知症の人と家族の会”が行っているおもな活動は、次ページをご覧ください。



“認知症の人と家族の会”のおもな活動

“認知症の人と家族の会”では、世話人さんを中心に様々な活動が行われています。



電話相談

介護保険がスタートした2000年より、全国どこからでも通話無料の電話相談が行われています。ちなみに、電話相談を受けているのは“京都府認知症コールセンター”と同じ場所です。

入会案内

介護家族や認知症の本人だけでなく、どなたでも年会費 5,000 円で入会できます。

助け合う

- ・電話相談
- ・入会案内
- ・各地のつどい



広める

- ・世界アルツハイマーデー
- ・提言／要望活動

世界アルツハイマーデー

1994年「国際アルツハイマー病協会」(ADI)は、世界保健機関(WHO)と共同で毎年9月21日を「世界アルツハイマーデー」と制定しました。“認知症の人と家族の会”でもこの日を中心に、全国各地でアルツハイマー病の啓発活動が行われています。



2013年9月21日の京都駅前の様子です。京都タワーが認知症支援のオレンジ色にライトアップされました。街頭では啓発リーフレットが配布されました。

全国もの忘れ外来一覧(ホームページ)

ホームページに“認知症の人と家族の会”が独自に調べた全国のもの忘れ外来(認知症外来なども含む)の一覧が掲載されています。

伝える

- ・ホームページ
- ・会報「ぼ〜れぼ〜れ」

本部のおもな活動内容

学ぶ

- ・全国研究集会
- ・杉山Dr.の認知症研修講座

つながる

- ・関連団体交流事業

全国研究集会

1985年から「認知症の人と家族への援助をすすめる全国研究集会」を毎年開催し、1988年からは各支部持ち回りで実施されています。

2014年は青森県で30回目が開催されます。

この研究集会での発表の結果から「徘徊老人早期発見 SOS ネットワ

提言／要望活動

認知症の人の介護を、家族の力だけではなく社会でも支えるため、国や地方自治体に対して制度の充実を求める活動が行われています。介護の実態に基づいて、家族の声を反映した要望は、説得力と迫真性があり、国や地方自治体の政策と制度の充実を促進する大きな力となっています。

京都府支部活動の

3本柱

学び、癒され…「会報」

支部会報「京都府支部だより」を発行し、本部会報「ぼ〜れぼ〜れ」と併せて、毎月会員の方に郵送されています。

仲間と交流…「つどい」

京都社会福祉会館を会場に「一般」「男性介護者」「若年認知症本人・介護家族」の3種類のつどいが開催されています。

一般のつどい …年に14回開催。誰でも参加できるつどいです。

男性介護者のつどい …年に6回、偶数月の第1土曜日(6月のみ第2土曜日)の午後に行われています。

若年認知症本人・介護家族のつどい …年に5回開催されており、事前申し込みが必要です。

- 本人と家族と一緒に来場し、別々の部屋でそれぞれ交流されます。本人は、さらに自分の思いを伝えられる人と症状が進行した人のグループに分かれます。
- 世話人さんの他に、医師や専門職のサポーターも運営に加わっています。
- 意味性認知症など症例が少ない認知症の人の家族も交流し、介護方法などについて情報交換する場になっているそうです。

悩みを相談…「電話相談」

京都府の委託を受けて実施する「京都府認知症コールセンター」が、2013年4月に開設されました。

ふくしとむすんでなやみなし

フリーダイヤル 0120-294-677

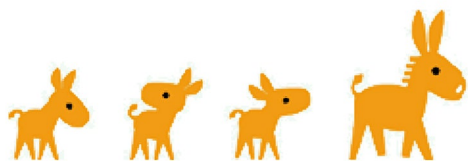
開設日時 月～金曜日10時～15時(土日・祝日、お盆、年末年始を除く)

※携帯電話・PHSからでもご利用いただけます。

- 電話相談は、“認知症の人と家族の会”の本部でも行われていますが、「京都府コールセンター」の方が繋がりがやすく、地域に根差した情報の提供もして下さるそうです。
- 京都府支部の世話人さんを中心に構成されている「電話相談員」が対応されます。(電話相談員の方は、月1回の頻度で研修やケース検討会を重ね、研鑽されています)
- 匿名や偽名でも相談ができます。
- 介護家族に限らず、誰もが相談できます。(ヘルパーやグループホーム職員からの相談もあるそうです)

世話人さんからのメッセージ

今回“認知症の人と家族の会”の紹介にあたり、京都府支部の4人の世話人さんからお話を伺いました。その中で「高齢サポートの皆さんに伝えたいこと」についてもお聞きしましたので、まとめとしてお伝えしたいと思います。



お話を伺った方

- ☆荒牧敦子さん（京都府支部 代表）
- ☆山添洋子さん（京都府支部副代表）
- ☆徳廣三木子さん（京都府支部副代表）
- ☆荒井仁美さん（コールセンター担当）

「まずは会の活動に関心を持ってください。」

そして、困っている本人や家族に“認知症の人と家族の会”のことを伝えてください。」

電話相談を受けるにあたって、毎回「なぜコールセンターを知ったか？」を尋ねますが、「地域包括支援センター（高齢サポート）から」と答える人は、ほとんどいません。電話相談の中では、身近な相談窓口として高齢サポートを紹介し、場合によってはお住まいの地域を担当する高齢サポートの電話番号や所在地について情報提供しています。高齢サポートの皆さんには、“認知症の人と家族の会”の電話相談などの活動を本人・家族にお伝えいただき、互いに周知を図ることができれば嬉しいです。

“認知症の人と家族の会”は家族の支援を得意分野としています。高齢サポートの皆さんと役割分担しながら、認知症の人とその家族の方の支援を進めていくことができればと思っていますので、会の活動に関心を持っていただき、上手く活用していただければと思います。

「“認知症の人と家族の会”だからこそ、できることがあります。例えば…」

家族の立場に立った、家族介護の負担を軽くするためのアドバイス

「家族の負担を軽くすること」を一番大切にしているため、「デイサービスに行ってくれない」という相談に対しては、本人が行く気持ちになるための「上手な口実」をお教えすることがあります。

「上手な口実」は、介護に苦勞している家族にとって、心に響く助言ですが、「本人が望まないこと」への支援がしづらい高齢サポートの職員さんからは、なかなか言いにくいですね。そんなとき“認知症の人と家族の会”は家族を一番に考えて助言することができます。また、家族介護経験者が支援の輪に加わることで、より手厚い支援体制が作れるのではないのでしょうか。

家族自身が認知症について学ぶ場づくり

家族が認知症のことや、認知症の人への対応方法について学ぶことはとても大切ですが、日頃の業務が忙しい高齢サポートの皆さんが行おうとすると、さらなる負担になってしまうのではないのでしょうか。

“認知症の人と家族の会”は、家族が認知症や認知症の人への対応方法についての知識を身につける場づくりを担えると思います。京都市内に住んでいる世話人は、たくさんおりますので、ぜひご相談ください。

編集後記

今回、4人の経験豊富な世話人さんたちとのインタビューは、不安と緊張の中でのぞみましたが、とても気さくにお話をしてくださり、お約束していた時間があっという間に過ぎて、当初の不安は取り越し苦勞に終わりました。日頃つながりが少ない人との関わりはハードルが高いものですが、思い切って声をかけてみたら新たな発見があるのだなと改めて実感しました。

ところで、新春号から程なくの発行で、この勢いだと「え、月刊やったん!？」と思われそうですが、決してそうではございませんので悪しからず。息長くコンスタントに発行できる…のかどうかは別として、今後ともよろしくお願いします。

（ま）