

認知症リンクワーカー研修から学んだ実践」



● **社会福祉法人あしぎぬ福祉会**
藤原 りつ

自己紹介

- 平成10年 認知症対応型デイサービス
- 平成12年 介護支援専門員
- 平成22年 特別養護老人ホーム満寿園
- 平成28年 ほっとカフェ「咲來楽」
法人として2ヵ所目の認知症カフェオープン
若年性アルツハイマー型認知症
- 平成30年8月 総務部
オレンジロードの一員として
認知症カフェの一員として



本日の内容

- 1 . 認知症リンクワーカー養成研修との出会い
- 2 . 認知症リンクワーカー研修で学んだこと
- 3. ほっとカフェ「咲來楽」オープン
若年アルツハイマー型認知症の方との出会い
- 4. 今後に向けて



京丹後市・ヒアリング 想いを発信

- 認知症は早期発見、早期受診・診断
と言われていたますが

診断を受けた本人・家族は

戸惑い・将来への大きな不安……

当事者・家族をサポートする

システムが必要です



京丹後市・ヒアリング 想いを発信

- 介護者が安心して話せる場をつくりたい
- 認知症の人と介護者に寄り添いたい
- 介護者同士の「繋がり」をつくりたい

認知症の方や、

ご家族の不安に寄り添い、

身近なところで気軽に相談できる

場所づくりをしたい



平成28年 認知症リンクワーカー養成研修受講

市から研修の受講を勧めて頂く



研修で学んだこと

地域社会との連携とは

- 認知症の人が 人とのつながりを感じる場
活躍する場をつくるためには

地域にいる人や組織を知る

その人や組織にどう働きかけるか

が大事になってくる

そのためには、何をしていくのかを考える



研修で学んだこと 一緒に過ごして楽しい世界を作るステージ

④

活動が啓発になる
活動が活発になり、次の動きを生み出していく

③

認知症の人と地域が繋がる
活動の中で地域の人「〇 〇 さん」と見る

②

認知症の人同士が繋がる
「この人たちが活躍できる場はどこだろう？」と考える

①

認知症の人ととことん向き合う
スタッフが認知症の人と関わり、その思いを知る、思いに沿う
そのためには「専門職」を脱する

ほっとカフェ 「咲來樂～さくら～」

場所：特養満寿園 外村

日時：第三土曜日



◆桜の語源から「咲來樂」と名付け

思いを聴いて貰ったり、話を聴く事で気持ちが
楽になりほっと一息つける場所

◆初期認知症の方やご家族の想いに寄り添い、
悩みを共有し合う集いの場



ほっとカフェ 「咲來樂～さくら～」

28年8月20日 オープン

- ・ご主人を介護しておられる方
- ・お母さんを介護しておられる方
- ・義理のお兄さんを介護しておられる方
- ・若年アルツハイマーの方



ほっとカフェ 「咲來樂～さくら～」

○ 平成29年1月21日(土)

～初期集中チームから紹介～

H氏 アルツハイマー型認知症、男性、介護者は妻。

5年前からご主人の変化に気づき認知症と診断。

難聴、口数は少なめ、多趣味であったが現在は意欲なし。

(アウトドア派、猟師、釣り)

就労中、主治医と家族が会社へ出向き職場の理解を得る。



妻の送迎で就労を継続 (30年4月退職)

奥さんとべったり一緒に過ごす毎日

じっとしていられなくて外出を望み、ドライブが日課



ほっとカフェ 「咲來楽～さくら～」

趣味を生かしたサポートが出来ないだろうか

地域とつながることができないだろうか？

社会参加の機会をつくりたい

Hさんが活躍できることは何？

アウトドアだ！！

→一緒にでかける機会をつくりませんか！

→4月23日(日)は 小金山まつり

→小金山に登りませんか？

H氏 「ええなあ」



ほっとカフェ 「咲來樂～さくら～」

小金山に

登ろう

★3月18日(土)

ご来店2組 3名

小金山祭り

計画を立てる

☆長期目標

市内の丹後6町

最高峰を制覇



小金山祭り

日 時	平成29年4月23日(日)10時半
集 合	野間集落センター前
主 催	ほっとカフェ 咲來樂～さくら～ 介護者のつどい
持ち物	お弁当、お茶、敷物



「咲來楽～さくら～」 屋外イベント その1

4月23日 小金山へ

▲ 4 1 6 m ☀

頂上には小金山神社があり
山頂からは丹後半島の山並
が見渡せ眺めが広がります

5名参加

いつも奥さんと
一緒にHさん

今日は一人で参加



山頂カフェ



ほっとカフェ 「咲來樂～さくら～」

いきなり富士山？

富士山を目指すには…

まずは丹後の山に登って
足腰を鍛え予行練習を！

京丹後市 6町の最高峰を目指しませんか？



「咲來楽～さくら～」 屋外イベント その2



金剛童子山に 登いませんか

標高613m 弥栄町のシンボルの谷山

山腹の味土野地区は、細川ガラシャ夫人の隠棲地として知られ「女城跡」が残っています。頂上からは日本海も見える大展望パノラマが広がります。

日 時	平成29年5月14日（日） 10時
持ち物	飲み物、お弁当、敷物
集 合	弥栄町野間 野中公民館横
連絡先	65-0222（外村 満寿園） 藤原



「咲來楽～さくら～」屋外イベント その2

5月14日 金剛童子山へ 日本海も見える大パノラマ

▲613m 

徒歩 45分で頂上へ

10分で見晴らし台へ

8名参加

うど、わらび摘み



「咲來楽～さくら～」屋外イベント その3

○ 平成30年5月20日(日) 6名参加

京丹後市網野町	高天山	心臓破りの坂	100M
		所要時間	2時間
		標高	285M

★山登りは奥さんが不参加でもOK、他の人は全員滑って転倒、Hさんのみ転倒なし、鎖に身体を預けておどおどしながら登る職員を温かい視線で見守る優しさを発見。

★Aさんご夫婦は先頭で、疲れも見せずにいち早く頂上へ。



「カフェ咲來樂～さくら～」

○ 1部 ティータイム、交流

2部 介護者と当事者がわかれて活動

①介護者同士の交流と情報提供、ミニ講座

②当事者同士で卓球

Aさんが消極的なBさんを卓球に誘う微笑ましさ

Aさんは卓球の腕をあげ生き生きとした表情

男性のボランティアさんの協力を得て真剣勝負で卓球に集中、Aさんのはじける笑顔。

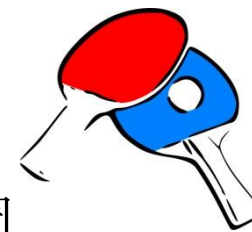


Aさんの思い

- 「だんだん、ひどくなってきた…」
- 「家で一人でおっても何もおもしろくない」
奥さんが受診にでかけようとする
「一緒に行ってもええか？」
奥さんの出勤前に
「お腹が痛い、頭が痛い」と訴える
症状の進行に伴い、不安の訴えが増えてきました。
そろそろサービス導入の時期ではないか
機能訓練に通所の動きとなる
みんなでティータイム中
「いいパートナーが居るので安心です」



卓球台を開放



- カフェ以外の日にも卓球をしに来ませんか？

- ・2組のご夫婦が誘い合って卓球をしに来園。

当事者は卓球—介護者は交流

- 介護者同志の交流とリンクワーカー的支援

- ・1年以上継続的なつながりの中で信頼関係の構築

- ・精神的なサポート

- ・サービス導入のタイミングについて相談

- ・日々の生活の中での困りごと相談

- ・地域に出掛けるパートナーとして



一緒に活動:山歩き



ほっとカフェ 「咲來楽～さくら～」

- 認知症の方と家族を支える新しい心のよりどころ。
- そこには特別な人がいるわけでもなく、
特別でもない場所。

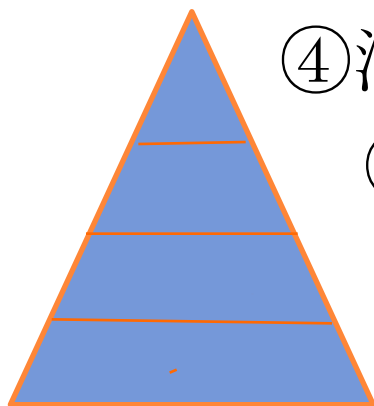
一人の人として過ごせる場。

お茶を飲みながら、日頃の介護の悩みの相談をしたり
たわいない雑談をしたり、
和気あいあいとした空気が流れています。



今後に向けて

一緒に過ごして楽しい世界を作るステージ 4



④活動が活発になる

③認知症の人と地域が繋がる

②

①

①認知症の人と ほとんど向き合う

スタッフが認知症の人と関わり、その思いを知る、思いに寄り添う

②認知症の人同士が繋がる

「この人たちが活躍できる場はどこだろう？」と考える

③ ④のステージを目指して



今後に向けて

卓球をしたり、山登りをしたり

楽しみを持ちながら

役割づくり、地元の野菜を使った商品づくり

「切干大根」をつくろう！

認知症初期集中チームと連携をしながら

認知症になっても住み慣れた地域で安心して

生活ができる仕組み作りを目指したい。

