厚生労働科学研究費補助金（認知症政策研究事業）
分担研究報告書

地域包括支援センターを要とする認知症の人とともに創るケアと地域づくりに向けた探索
―福岡県大牟田市中央地区地域包括支援センターにおける試み―

研究分担者　堀田 聰子　慶応義塾大学大学院 健康マネジメント研究科 教授
研究協力者　猿渡 進平　医療法人静光園白川病院 医療連携室長／
一般社団法人 人とまちづくり研究所 理事
研究協力者　竹下 一樹　福岡県大牟田市中央地区地域包括支援センター 管理者
研究協力者　西上 ありさ　株式会社 studio-L コミュニティデザイナー／
一般社団法人 人とまちづくり研究所 理事
研究協力者　平井 正明　まほろば倶楽部 奈良県若年性認知症・MCI の人々の集い代表／
奈良県若年性認知症サポートセンターピアサポーター

研究要旨：
地域包括支援センターが、包括的・継続的ケアマネジメント支援業務の一環として、地域における認知症のイメージを認知症のある人とともに変革していくこと、ケアマネジャーが認知症のある人とともに創るケアを実現できるよう支援すること、これを助けるツールを開発することを目的として、福岡県大牟田市中央地区地域包括支援センターにおいてフィールドワークを行った。

まず、居宅介護支援事業所のケアマネジャーのケアプランをつうじて現状の認知症のある方をめぐる支援とその背景にある医療介護福祉専門職の認知症に対するイメージを振り返るところから始まり、これを受けて地域包括支援センター職員が、自らを知る／地域を知る／認知症のある方と「出会い直す」学びを重ね、新たなアセスメントシートの開発とその改訂に並行して取り組んだ。

認知症の人にやさしいまちづくりで知られる大牟田市ですら、ケアプランを振り返ると本人の想いや姿が必ずしも見えず、アセスメントにおいても家族の声に頼りがちになっていること、専門職であっても「認知症が進むと本人ではわからない」と時に思い込んでしまったり、できないことや課題に焦点を当てすぎてしまう傾向があることが確認された。

困りごとを抱えた人とそれを支援する人という関係を越え、ともによりよいケアの形を探究していくうえでも、「共感」が鍵となる。そのために、専門職がその職種や立場の鎧を脱いで自らの「ゆるかわ」ポイントを探り、一人の生活者の視点からまちあるきを通じてまちを再発見すること、利用者として出会う方についても「ゆるかわ」ポイント探しや肯定のコミュニケーションを念頭に置きながら、一方的に尋ねる、聞き出そうとするのではなく、「やりとり」を重ねることが有効なのではないかと考えられ、本人と専門職の対話に基づき本人が自らつくる「やりとり手帳」が開発された。また、認知症当事者が講師となる認知症サポーター養成講座は、認知症になると何もできなくさせているのは周囲ではないかと気づき、当事者としての経験や知恵に基づいてなにが大切かを問い直し、認知症になっても大丈夫、というメッセージを共有するうえでも重要な機会となることがうかがわれた。

本研究で試みた地域包括支援センター職員が自らを知る／地域を知る／認知症のある方と「出会い直す」学びのプロトタイプ化と検証、「やりとり手帳」について、本人・専門職側からの評価を得て、介護支援専門員の更新研修等で紹介する可能性を探索すること、認知症サポーター養成講座においても認知症当事者の更なる活躍が期待される。

Ａ．研究目的

福岡県大牟田市は認知症にやさしいまちづくりの先進地域の一つとして知られるが、長年にわたるさまざまな取組みを経て、草創期の活動の中核となった地域住民が認知症とともに生きるようになり、ほんとうに「安心して認知症になれるまちづくり」には、認知症観の転換が不可欠との考えに至ったという。

そこで、以下を目的として福岡県大牟田市中央地区地域包括支援センターにおいてフィールドワークを行う。

- 地域包括支援センターが、認知症のある人とともに地域における認知症のイメージを変革してゆくための手がかりを得ること
- 地域包括支援センターが、包括的・継続的ケアマネジメント支援業務を通じて、圏域のケアマネジャーが認知症のある人とともに創るケアを実現できるようにすること
- そのための「出会い直し」ツールとしてアセスメントシートを開発すること

Ｂ．研究方法

本研究は、研究分担者及び協力者の企画・運営、伴走により、福岡県大牟田市中央地区地域包括支援センターの職員とともに進めた。

参加職員は５人で、年齢は 20-50 代、保有資格は看護師１人・社会福祉士３人・主任介護支援専門員１人、同センター勤続年数は８か月から８年２か月（開始時点）である。

フィールドワークは、包括的・継続的ケアマネジメント支援業務を念頭におき、まず居宅介護支援事業所のケアマネジャーのケアプランをつうじて現状の認知症のある方をめぐる支援とその背景にある医療介護福祉専門職の認知症に対するイメージを振り返るところから始まり、これを受けて地域包括支援センター職員が、自らを知る／地域を知る／認知症のある方と「出会い直す」学びを重ね、これを助けるアセスメントシートの開発とその改訂に並行して取り組んだ。

（倫理的配慮）

フィールドワーク開始前に、猿渡から参加者に対して本研究の目的や方法等について説明し、同意を得た。一連のプログラム等について、日程や所要時間は猿渡・竹下が参加者の状況を考慮して調整、話したくないことは話さなくてよいこと、途中辞退も可能であることを説明した。また、アセスメントシートに基づくディスカッション等においては、個人名を特定できない形で実施した。

１）居宅のケアマネジャーのケアプランからの振り返り

日時：2020 年 11 月 4 日 14－17 時

参加者：地域包括支援センター職員５人、居宅介護支援事業所主任ケアマネジャー1 人

概要：居宅介護支援事業所において担当する 80-90 代の要介護者４人のアセスメントシートをもとに、地域包括支援センター職員から主任ケアマネジャーへ一問一答形式でのヒアリングを経て、より豊かな生活の支援に向けて、地域包括支援センター職員が新たな介護支援計画書案を立案、これを巡って意見交換と振り返りを行った。

２）地域包括支援センター職員が自らと出会い直す研修

日時：2020 年 11 月 11 日 9-12 時

講師：西上ありさ

参加者：地域包括支援センター職員５人

概要：長寿社会でよりよく生きるためには、自然と人間社会との最適な新陳代謝を目指すこと、人間の人的能力を引き出し人と人とのつながりをつくる学びあいと「共感」による課題解決が重要となること、その共感の鍵は「ゆるかわ」（物理的に隙があり全力でズレている・親しみやすくて好印象、笑える、好きだ）であること、「yes and」型のコミュニケーションが効果的であることを学び、自らの「ゆるかわ」ポイントを見つめ、参加者同士で共有・探し合った。

さらに、新規利用者宅の初回訪問を想

定して、「yes and」型のコミュニケーションに意識しながらロールプレイを実施し、相互にフィードバックした。
「ゆるかわ」ポイント探しと日常的に肯定のコミュニケーションをやってみることを宿題とした。

3）地域包括支援センター職員が地域と出会い直す研修（講義編）
日時：2020 年 12 月 18 日 9-12 時
講師：西上ありさ
参加者：地域包括支援センター職員 5 人
概要：宿題の確認（ゆるかわポイントは増えたか、なぜ増えた／増えなかったか、肯定のコミュニケーションをやってみたか、なぜできたか／できなかったか）を経て、各参加者が現在かかわっている方について、ゆるかわポイントを探し、他の参加者が会いたくなるような紹介を試みた。
その後、コミュニティデザイン的なまちあるきの特徴（GoogleMAP 等を使う、資源ごとに地図にまとめる、住民に話しかける、生活者と同じ体験をする）と進め方（カフェ・パン屋・図書館・本屋・道の駅・市場等に注目、GoogleMAP で評価の高い場所をプロット、インスタで話題の場所に行きハッシュタグで検索、人が集まる場所に行き生活者に教えてもらう）、地図をつくる視点（1 枚の地図で 1 つの視点を表現、人をひきつけ興味深い物語を発掘すること、地図を見た人が何か言いたくなる状況を目指す）とその事例（心理地図、考現学的地図、『ポートランド地図帖』からお化けが出る場所、街角で覚える感情、匂いで地域を分ける、監視の目を最小限にする道順等）、撮影する写真の例（美しい・おいしそうだなと思う風景、「あったらいいな」を再現）について講義した。

4）地域包括支援センター職員が地域と出会い直す研修（フィールドワーク編）
日時：2021 年 1 月 14 日 9-14 時
講師：西上ありさ
参加者：地域包括支援センター職員 5 人
概要：3 人 2 組（竹下を含む）でまちあるき対象地域とテーマを選定、リアルタイムで写真や動画、メッセージ等のコンテンツをシェアできる参加型スマホアプリ・Livecanvas をダウンロードしてまちあるきに出かけた。
シェアされたコンテンツを見ながら共有・振り返りを行った。
西上より出会い直しのツールとしての新たなアセスメントシートの案を提示した。

5）開発中のアセスメントシート案への地域包括支援センター職員によるフィードバックと改訂
1 月 14 日に提示したシート案について、1 月下旬に地域包括支援センター職員からのコメントや意見、改訂案を得て 2 月中旬にかけて改訂を行い、2 月下旬に西上から改訂版（「やりとり手帳」と命名）の説明を実施、各職員がやりとり手帳を活用してアセスメントを試行することにした。

6）地域包括支援センター職員が認知症のある方と出会い直す研修
日時：2021 年 3 月 1 日 15-17 時
講師：平井正明
参加者：地域包括支援センター職員 5 人
概要：認知症当事者である平井が「当事者として私の考えること」として認知症サポーター養成講座を実施した（付属資料 1）。
これまでのあゆみ、認知症の疾病感を変えること、認知症のポジション、認知症は他人事か、アルツハイマー型認知症の進行、自らの状態や症状、若年と老年の違い、活動の 3 つの原点と最近の活動、病気と向き合って、気づいてほしいこと、認知症の症状のイメージ、認知症への考え、大切なこと、今おもうことなどが語られ、質疑応答を行った。

7）試用を経た「やりとり手帳」の改訂
2月下旬から3月にかけて地域包括支援センター職員が改訂版新アセスメントシート「やりとり手帳」を用いたアセスメントを実施し、3月上旬に更なる見直しのポイントをフィードバック、これを受けてやりとり手帳とその解説を改訂した。

C．研究結果

1）居宅介護支援事業所において担当する要介護者4人に関する主任ケアマネジャーへの一問一答からは、介護支援専門員は疾患やADLについては認識しているが、本人が大切にしていることやもの、人生史等については十分把握できていないことがうかがわれた。
地域包括支援センター職員は、居宅介護支援事業所で作成しているアセスメントシートと一問一答を受けて新たな介護支援計画書の立案を行ったが、本人の想いや生活状況が見えないこと、また地域包括支援センター職員も地域資源を知らないことから、介護保険サービスを中心とする現行プランとほぼ同じ計画書ができた。
作成した計画書に基づく議論では、身体状況や医療的ニーズ、本人の困りごと等を聞いてケアプランを立案していることから、必ずしも本人の希望が把握できておらず、補完的なサービスの組み合わせに終わっているのではないか、本人の尊厳の保持のために、その声を聴くことができているのか、どのような態度で何を聞き、それをなにに結び付けていけばよいのかといった振り返りと対話が行われた。

2）自らの「ゆるかわ」ポイント、同僚の「ゆるかわ」ポイントをどれだけ探せるかにはばらつきがみられ、相対的に見て男性職員に苦労があった。
新規利用者宅の初回訪問を想定したロールプレイでは、利用者役を体験した職員は「もう少し私が興味があること、やりたいこと、大切にしていることを聞いてほしかった」、地域包括支援センター職員役を担った職員は「アセスメントシートを埋めることを優先しがちで、本人の想いを十分聴くことができなかった」という振り返りがあった。

3）地域包括支援センター職員が現在かかわっている方について、他の参加者が会いたくなるような紹介を試みるパートでは、属性や相談内容では語れるが、「ゆるかわ」ポイントを探すことに困難がみられ、一人の「ひと」として出会えていないのではないかという改めての気づき、「ゆるかわ」ポイント探しや会いたくなる紹介に取組むと、その人のひととなりや魅力を再発見することができたといった感想があった。
コミュニティデザイン的まちあるきや地図をつくる視点を学んだ参加者は、さまざまな人が持っている情報を集約して地図をつくるプロセス、ふつう地図には載らない気持ちのいい道や静かな道、こんな人が集まるところ、などを可視化することによって、地域を知り、新たな資源の発掘や創出に結びつけられるのではないか、ハザードマップの視点からも情報集約の意義があるのではないかといった意見があがった。

4）まちあるきのテーマは2組それぞれ「高齢者の情報収集手段」「まちを知って社会資源を知ろう！」となった。
高齢者の情報収集手段をテーマとしたチームでは、車や自転車でよく通る道でも、歩かないと気づかない店やその場所の雰囲気があることを知った、主な移動手段が徒歩の方の暮らしが想像しやすくなった、資源を発見するとそこからアイデアが生まれるのでアイデアをひねり出してそれにあう資源を探すよりも効率もよいと思った、カフェの店主の来店する客との会話が肯定のコミュニケーションでおもしろいイベントが実施されていた　等の感想があった。
まちを知って社会資源を知ろう！をテーマとしたチームでは、仕事として物

事を見ると見える範囲が狭く、このまちあるきはじぶんの好奇心で見えた・見つけた・話せた・行きたいと思えた、人からの情報やインターネットで探っていくより、じぶんの足で探すほうが意外な収穫があると感じた、じぶんの担当地域で新たな資源発見をしてみたい、スーパーや商店等は、ものを買う場所としてとらえるのではなく、その店でどのような方がどんな気持ちで働いているかまで把握して「社会資源」の把握になると認識した　といった声があった。

5）できないことばかり書かれていると本人も希望を言いにくくなるのではないか、対話しながら本人が自らについて書くことによって、本人が自らの気持ちを整理すること、また本人と専門職のコミュニケーションを深めることにつながるのではないかという意見とともに、シートの内容や順序について、いくつかの提案があげられた。

6）認知症は症状の総称で、それによって生活に支障のある状態で、加齢に伴ってあたりまえに起きるという理解を再確認した、認知症のある人は何もできないという認識を専門職も持ってしまっていることがあるが、何もできないようにしているのは周囲ではないかといった感想があり、講師には認知症サポーター養成講座をどう感じているか、講座を通じて最も伝えてほしいこと、本人ミーティングの内容、診断初期の段階で福祉からのアプローチがあったかといった質問があった。さらに、地域包括支援センター職員が支援している認知症のある方への関わり方について、講師から助言があった。

7）付属資料 2-4 のとおりまとめた。
相手のことを聴くだけでなく、自分のことも知ってもらったり、「やりとり」が必要だと感じた、生活の中の工夫を写真などで共有することは有効といった声に加え、できないことをどう補うかの視点を中心に教育されていることもあり、「どうにかしてあげなければならない」という正義感や責任感が介護支援専門員を疲弊させている、介護支援専門員の更新研修などの教育プログラムに反映できると次第に介護支援専門員の意識が変わってくるのではないかといった指摘もあった。

D．考察

大牟田市は 2001 年から「地域全体で認知症の理解を深め、地域で支える仕組みをつくり、認知症になっても誰もが住み慣れた家や地域で安心して暮らし続けることのできるまちづくり」を目的とする認知症ケアコミュニティ推進事業をはじめ、誰もが安心して地域で暮らせるまちづくりを進めてきている。

その大牟田市ですら、ケアプランを振り返ると本人の想いや姿が必ずしも見えず、アセスメントにおいても家族の声に頼りがちになっていること、専門職であっても「認知症が進むと本人ではわからない」と時に思い込んでしまったり、できないことや課題に焦点を当てすぎてしまう傾向があることが確認された。このことは、認知症施策推進大綱のもと、改めて認知症になっても住み慣れた地域で自分らしく暮らし続けられる「共生」を目指すにあたり、専門職、そして広く市民がいかに認知症にかかわるイメージ（認知症観）を刷新し、認知症か否かに関らず、誰もが一人のひととして生き続けていくことができる地域、これを支えるケアを創り出していくかが引き続き課題であることを示している。

本研究では、地域包括支援センターが包括的・継続的ケアマネジメント支援業務の一環としてこれに取り組んでいくことができないか、との考えに基づき、地域包括支援センター職員が自らを知る／地域を知る／認知症のある方と「出会い直す」学びを重ね、これを助けるアセスメントシートの開発とその改訂に取り組んだ。

認知症のある方や介護サービスを利用する方々は、専門職に尋問を受けているような気になると話されることがある。困りごとを抱えた人とそれを支援する人という関係を越え、ともによりよいケアの形を探究していくうえでも、「共感」が鍵となる。

そのために、専門職がその職種や立場の鎧を脱いで自らの「ゆるかわ」ポイントを探り、一人の生活者の視点からまちあるきを通じてまちを再発見すること、利用者として出会う方についても「ゆるかわ」ポイント探しや肯定のコミュニケーションを念頭に置きながら、一方的に尋ねる、聞き出そうとするのではなく、「やりとり」を重ねることが有効なのではないかと考えられた。また、認知症当事者が講師となる認知症サポーター養成講座は、認知症になると何もできなくさせているのは周囲ではないかと気づき、当事者としての経験や知恵に基づいてなにが大切かを問い直し、認知症になっても大丈夫、というメッセージを共有するうえでも重要な機会となることがうかがわれた。

E．結論

自らが認知症に対してどのような理解をしているかが、認知症の診断を受けたときの受け止め方に大きな影響を及ぼす。また本人もしくは生活をともにする人、あるいは専門職が「認知症が進んだら何もできなくなる」と思い込んで諦めてしまうことが、地域での生活の継続を難しくさせる。

地域包括支援センターが、例えば包括的・継続的ケアマネジメント支援業務の一環として、地域における認知症のイメージを変革すると同時に、認知症のある人とともに創るケアの実現を後押しできるようにするため、本研究で試みた地域包括支援センター職員が自らを知る／地域を知る／認知症のある方と「出会い直す」学びのプロトタイプ化と検証の余地がある。

本研究で開発した出会い直しを助けるアセスメントシート「やりとり手帳」についても、利用を重ねることで本人・専門職側からの評価を得て、介護支援専門員の更新研修等で紹介する可能性を探索するとよい。

F．研究発表

該当なし

G．知的財産権の出願・登録状況

該当なし