

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

生活支援ネットワークを構築する地域拠点に関する研究

研究分担者	岡村 毅	東京都健康長寿医療センター研究所・研究副部長
研究協力者	宇良千秋	東京都健康長寿医療センター研究所・研究員
研究協力者	多賀 努	東京都健康長寿医療センター研究所・非常勤研究員
研究協力者	別所あかね	東京都健康長寿医療センター研究所・非常勤研究員
研究協力者	山村正子	東京都健康長寿医療センター研究所・非常勤研究員
研究協力者	柳澤知恵子	東京都健康長寿医療センター研究所・非常勤研究員
研究協力者	齊藤敦子	東京都健康長寿医療センター研究所・非常勤職員
研究協力者	宇津木 忠	社会福祉法人不二健育会 ケアポート板橋・施設長

研究要旨

独居認知症高齢者等の地域での暮らしを安定化・永続化するためには、地域住民の主体的活動が必須である。住民主体の実行組織として、我々はチームオレンジ（認知症サポーターが1千万人を超えている一方で、継続的に活動しているサポーターが少ないことを踏まえて、認知症サポーター等が支援チームを作り、認知症の人やその家族の支援ニーズに合った具体的な支援につなげる仕組み）に注目した。本研究の主目的は、高齢、無縁等の課題を持つ都市集合住宅（高島平2丁目）を活動場所に、コミュニティ参加型研究の方法論に基づきチームオレンジ活動を住民と共に展開し、参与観察・記述・分析することである。既存の高齢者支援NPO法人の人的ネットワークを発展させてチームオレンジが始動した。活動内容はレイズドベッドを用いた農園活動及び周辺活動であり、6か月の間に91回の活動が行われた、プロセス分析から、1) チームオレンジによる地域活動は分かりやすく容易に実装可能だ、2) 農園活動は男性、若者、子供といった従来の集いの場に参加が難しかった層に遡及する、3) 認知症支援の専門家等がない既存の地域ネットワークを中核にしたことが、認知症があるひと・ない人、支援される人・する人、という分断が起きない要因となった可能性がある。4) 地域に対して慎重に説明を重ねても、すべての人が同じ意見になるとは限らない、5) 参加者への個別の配慮が必要だ、が明らかになった。また男性へのインタビューから、男性への訴求点は①自身の趣味の専門知識を提供できる活動、②運営に関する意思決定に直接関わられる活動、③体を動かせる活動、④一人で静かに集中できる活動であった。チームオレンジ活動は独居認知症高齢者等の地域での暮らしを安定化・永続化するための効果的な方法である。今後は各地での波及、一般化のための要件を明らかにする必要がある。

A) 研究目的

独居認知症高齢者等の地域での暮らしを安定化・永続化するためには、地域住民が主体となって弱い立場の人を包摂するための共生社会づくりを行うことが必須である。そのための受け皿として「チームオレンジ」に注目した。

チームオレンジとは認知症サポーターが1千万人を超えている一方で、継続的に活動しているサポーターが少ないことを踏まえて、今後は養成するだけでなく、できる範囲で手助けを行うという活動の任意性は維持しつつ、ステップアップ講座を受講した認知症サポーター等が支援チームを作り、認知症の人やその家族の支援ニーズに合った具体的な支援につなげる仕組みのことである。しかしどのような活動がチームオレンジとして適正しているかは不明である。

B) 研究方法

高齢化、無縁化が進む都市集合住宅である高島平2丁目を中心に、認知症共生社会を作るためのチームオレンジ活動を住民と協働して展開する。

Community-based participatory researchの方法論に則り研究者と住民が対等の立場で対話と同意に基づいて意思決定することにした。

具体的には、意思決定は月に1回の運営会議での合議とし、初期は研究者が司会をしたが徐々に住民が行うことにした。すなわち研究者はなるべく一歩引いた立場から参与研究する。出来事は研究ノートに記録する。

さらに副次的研究として男性参加者が多く参加していることに注目し、男性参加者の活躍を促す農園活動の特徴を明らかにした。そのために、農園活動に継続的に参加している男性参加者15名をスノーボールサンプリングにて選定し、半構造化面接を個別およびフォーカス・グループ形式で実施する。

(倫理面への配慮)

東京都健康長寿医療センターの倫理委員会の承認を得て行った。

C) 研究結果

高島平地域の3地域包括合同のステップアップ講座を開催した。高島平にはすでに認知症人のための様々な事業を行っているNPO法人ゆずりは(代表齋藤氏)があり、①通所B、②認知症カフェ、③福祉の森サロンを区の認定を受けて行っている。この活動の参加者は、支援する側とされる側が明確ではなく、代表のまわりには、数名のスタッフ的な支援者がおり、主に支援される側の高齢者がいるが、さらにその家族や、時に支援されるが時に支援する人もいる。

メンバーがステップアップ講座を受講し、チー

ムオレンジを結成した。リーダーは地域包括の母体である社会福祉法人のセンター長が、サブリーダーには齋藤氏が就任した。

話し合いの結果、みんなで体を動かして、さらに収穫の喜びがあり、食べる楽しみがある農園活動を中核においた。URの協力もあり、団地の一角を耕してもよいことになったが、地下にはコンクリート塊(ガラ)が多数埋まっていた。団地の建設された1970年代は廃棄物等をそのまま埋めていたと思われ、耕作には適さないことが判明した。

そこでレイズドベッド(地面よりも高く盛り上げた枠状の栽培スペースで、「立ち上げ花壇」とも呼ばれる。木材やレンガ、ブロック、樹脂などの素材で枠を作り、その中に土や堆肥を入れて植物を育てる。都市部のガーデニングではしばしば使われる)を使った農園を作ることになった。

チームオレンジの活動記録を表1に示す。6か月の間に91回の活動をしており、極めて活発であった(月あたり15回、週当たり3~4回)。また活動の写真(1~15)を添付する。農園活動は、農園作業に通じた住民の支援もあり極めて順調に推移した。

通常の活動は、主に①農園の活動の準備、②農園活動自体、③農園活動の後のミーティング、から構成される。これに加えて季節のイベントを打った。

中核的なメンバーとして①地域の福祉事業所の所長(リーダー)、②地域でNPO活動をしてきた人(サブリーダー)、③大家(ここではURのスタッフ)、④区のスタッフ、⑤農作業に通じた住民、の5名が常に関与する中核的な人員であった。

活動場所は、研究所のもつ研究拠点と、URの集会所(連携協定があるので優先的に借りることができる)であった。

一方で課題が全くなかったわけではない。チームオレンジ活動においては参加者の居住地の制限は設けていないため高島平の2丁目以外や、さらに外部からも参加者は来た。一方で活動場所は2丁目団地であった。従って、一部の住民から「外から人が来て何かしているのではないか」という問い合わせがあった。また自治会には事前に説明をしたうえで会長からの同意を得て進めたが、会長が病氣療養に入った際に、改めに役員に一人から説明をしなければならなかった。いずれも話し合いで解決に向かっているが、慎重さが必要である反面、すべての人の同意を前提にしては何も活動ができないという面もある。

男性参加者の参加に関する研究では、対象者の年代は20代から80代で、対象者のライフコース(職業歴など)、農園活動参加前後の地域参加、農園における活動内容、これまでの活動で課題に感じた出来事についての意識について聞き取りを行った。その結果、インタビュー内容の質的分析

から、活動内容は年代により傾向が異なっており、活躍できると感じる活動の特徴については①自身の趣味の専門知識を提供できる活動、②運営に関する意思決定に直接関われる活動、③体を動かせる活動、④一人で静かに集中できる活動が重視されることがわかった。

また post hoc に、スムーズに展開した秘訣（臨床知）を関係者にヒアリングしたところ、「中心的な活動をしてほしくて特に声をかけた人のうち、男性は、この地域が好きな人に特に声をかけた」「会議等は出られる人が出ればよいという文化を醸成し、負担感がないようにした」「出られないメンバーは、事前準備や、車だしなどの仕事をオフアワーして仲間意識を醸成した」「副代表はもっとも早く来て、最も遅くまでいて、あらゆることに気を配っている」といった言説があった。

D) 考察

第一にチームオレンジを器にした地域活動は共生社会つくりの実行部隊となる可能性があることが分かった。

第二に農園を使うことで男性参加者が多く来た。またイベントには若者や子供も参加した。従来の「集いの場を実装しても社交的な女性が集う場になってしまい、本当に孤立孤独を抱えた人が来ない」という課題の解決において前進があった。

第三に認知症の人を「助けよう」とすると、ややもすると代わりにやってあげる、代わりに決めてあげる、するべきこととするべきでないことを押し付ける、といった事態もしばしば生じる。今回の活動では認知症当事者も自然と参加し、そのような現象は見られなかった。この原因として、この活動の器となったNPOの参加者は、支援する側とされる側が明確ではなく、代表のまわりには、数名のスタッフ的な支援者があり、主に支援される側の高齢者がいるが、さらにその家族や、時に支援されるが時に支援する人もいる。多様なメンバーがいたことがよい雰囲気醸成したのではないか。

第四に住民の総意を得ることの難しさである。一方で通りすがりに声をかけてくれる人などはすべて好意的であり、この活動はいわゆるサイレントマジョリティには支援されている可能性が高い。地域活動において全員一致を待っているは何もできないという古くて新しい問題が顕在化した。

第五に、post hoc の言説からは、非常に細やかな配慮がされていることが分かった。研究や行政は「ポンチ絵」や「杵組」から事業を考えるが、ここではあくまで個別性が重要であるようだ。男性が友人を作る場所としてスナックが一時注目されたが、今回の言説が示唆することは、ポンチ絵や杵組みもさることながら「参加者が自分が忘

れられていないと感じられること」「褒められること」「活躍の場があること」「無理がないこと」といった、土着の地域活動では当たり前のことが必要だということかもしれない。

E) 結論

チームオレンジ活動は独居認知症高齢者等の地域での暮らしを安定化・永続化するための重要な方法であり、各地への波及を一層進める必要がある。今後は参加者へのインデプスインタビューを行い、住民への効果的なアウトリーチの方法を検討する。

F) 研究発表

1. 論文発表

- Iizuka A, Ura C, Yamashita M, Ito K, Yamashiro M, Okamura T. "GO" to move toward dementia-friendly communities: A pilot study *Brain Behav* 14(6) e3581. 2024
- Ura C, Wakui T, Kugimiya Y, Okamura M, Yamamura M, Okado H, Kaneko M, Yamashita M, Awata S, Okamura T. Having a consultation partner, including relatives, and the well-being of older people living with cognitive decline: Both sides of the story. *Psychogeriatrics*. 24(5) 1173-1175. 2024
- Okamura T, Iizuka A, Mitsui M, Sakurai H, Nishi M, Ura C. Welfare to Meaningful Work *Int J Geriatr Psychiatry* 40(1) e70043 2025
- Okamura T, Ura C. Inter- or intragenerational conflict: Insights from clinical experience. 2025 Feb 15:100053. doi: 10.1016/j.inpsyc.2025.100053.. PMID: 39956673. *Int Psychogeriatr*. Epub ahead of print Epub ahead of print 2025
- 岡村毅、宇良千秋、高瀬頭功、小川有閑、島菌進. 高齢化の進むコミュニティにおける臨床宗教師の可能性の検討 *老年精神医学雑誌* 35(10) 1043-1048 2024
- 見城澄子・中山莉子・枝広あや子・岡村毅・宇良千秋. 認知症とともに生きる人を含めた地域住民の「認知症本人発:希望のリレーフォーラム」への参加を実現する過程と参加した体験に関する報告; 本人たちの声を聞いた人々へと渡された「希望」と「尊厳」そして「自信」のバトン. *認知症ケア事例ジャーナル* 16(4) 250-254 2024
- 岡村毅、飯塚あい、三井美穂子、櫻井花、宇良千秋. 高齢期に働く動機分析: 高齢期に働く

多様な場があることがのぞましい。 老年精神医学雑誌 In Press 2025

2. 学会発表
1. 岡村毅、宇良千秋、枝広あや子、高瀬顕功、戸松義晴、東海林良昌、郷堀ヨゼフ (Josef)、ティム・グラフ (Tim Graf)、島藺進、小川有閑 認知症と共に生きる人のスピリチュアルケア：医療者と宗教者の協働における実際の課題の探索 日本老年精神医学 (札幌) 2024/7/12-13
2. 岡村毅 未来のケアのカタチとしてのケアファーム：エビデンスと実践から 日本フードシステム学会 (博多) 2024/6/22-23
3. 岡村毅、宇良千秋、釘宮由紀子、岡村睦子、山村正子、岡戸秀美、金子真由美、山下真里、涌井智子 地域の介護者の実態調査：高齢者本人を起点とした調査から 日本認知症ケア学会 (東京) 2024/6/15-16
4. 宮前史子、藤田和子、小森由美子、山梨恵子、栗田主一、岡村毅、永田久美子 認知症の本人からの発信はどのようにして実現するか：市町村担当者から見た本人発信支援事業が抱える課題 日本認知症ケア学会 (東京) 2024/6/15-16
5. 飯塚あい、伊藤晃碧、北郷萌、山城実有子、宇良千秋、岡村毅、鳥羽研二、鈴木宏幸 ペア基を活用した認知機能低下抑制プログラムの開発と評価：認知機能への介入効果 日本老年精神医学 (札幌) 2024/7/12-13
6. Ai Iizuka, Kristine Ann Mulhorn, Koki Ito, Moe Kitago, Miyuko Yamashiro, Chiaki Ura, Tsuyoshi Okamura, Kenji Toba, Hiroyuki Suzuki Development and assessment of an intervention program using Pair Go: Results of an exploratory study GSA (シアトル) 2024/11/13-16
7. 岡村毅 本人を支えるための既存地域資源：医療の外部との協働 日本老年医学会
8. 宇良千秋 1) 涌井智子 1) 釘宮由紀子 1) 岡村睦子 1) 山村正子 1) 岡戸秀美 1) 金子真由美 1) 山下真里 1) 岡村毅 1) 栗田主一 2) 認知機能低下をもつ地域在住高齢者の精神的健康に対する相談相手の有無の影響 日本老年精神医学 (札幌) 2024/7/12-13
9. 宇良千秋 1), 稲垣宏樹 1), 杉山美香 1), 宮前史子 1), 枝広あや子 1), 井藤佳恵 1), 岡村毅 1), 栗田主一 2) 独居高齢者における地域生活継続のセルフ・エフィカシーの関連要因：将来認知症になっても近くに相談相手が

いれば大丈夫？ 日本認知症ケア学会 (東京) 2024/6/15-16

10. 岡村毅 リアルワールドにおける ACP：コミュニティ参加型研究の視座から In シンポジウム 麻酔科領域における advance care planning (ACP) 一周術期の DNAR 再考 日本臨床麻酔学会第 44 回 2024/11/21-2024/11/23
11. 杉山美香 宮前史子 稲垣宏樹 宇良千秋 枝広あや子 岡村毅 栗田主一 地域在住の認知機能低下高齢者の日常生活支援ニーズと世帯状況 日本老年社会科学会 2024/06/01~02
12. 杉山美香, 宮前史子, 中山莉子, 枝広あや子, 井藤佳恵, 櫻井花, 多賀努, 宇良千秋, 岡村毅, 栗田主一 ポストコロナでの認知症支援のための地域拠点の実践～新型コロナ「5 類」移行後の認知症支援拠点の取り組み～日本認知症ケア学会 (東京) 2024/6/15-16
13. 中山莉子, 櫻井花, 杉山美香, 見城澄子, 釘宮由紀子, 岡村睦子, 多賀努, 宮前史子, 枝広あや子, 岡村毅, 栗田主一 心理職による地域拠点での心理支援活動に関する報告—地域に暮らす高齢者の心理相談の概要と相談経路について— 日本認知症ケア学会 (東京) 2024/6/15-16
14. 櫻井花, 中山莉子 “地域在住高齢者への心理支援において心理職に求められた対応と知識—地域拠点における心理相談の実践報告を通じた検討—日本心理臨床学会第 43 回大会 2024/8/23-25

G) 知的財産権の出願・登録状況

1. 特許取得
該当なし
2. 実用新案登録
該当なし
3. その他
該当なし

日付	参加者	活動場所	活動内容
2024/10/8	13	分室 集会所	体操 脳トレ ランチ 調理器具の整理
2024/10/12	30	農園	スイトン食べて笑顔になりました
2024/10/12	20	集会所	別所先生による看板作り
2024/10/15	28	分室 集会所 農園	体操ランチ認知症カフェ農園脳トレ
2024/10/16	1	農園	水やり
2024/10/19	4	農園	じゃがいも土寄せ芽かき
2024/10/20	19	高島平駅前から農園まで	ゴミ拾い 農園水やり コーヒータイム
2024/10/21	14	集会所 農園	体操 ランチ 脳トレ
2024/10/22	19	分室 集会所 農園	体操 ランチ 箸遊び 脳トレ 農園
2024/10/28	8	集会所 農園	体操 ランチ 脳トレ 農園
2024/10/24	3	プール内 農園	ちょこっとワークより物置移動 寄贈される
2024/10/29	11	分室 集会所 農園	体操 ランチ 脳トレ 手作業
2024/11/1	3	ゆずり葉	途中**氏 終わり**氏 通りかかる
2024/11/5	19	分室 集会所 農園	筋トレ 脳トレ ランチ 箸遊び 農園 掃除
2024/11/9	9	プール内 農園	物置タンク補修 作物処理種まき手入れ
2024/11/11	10	集会所 農園	筋トレ 脳トレ ランチ 翌日の流れ説明打合せ
2024/11/12	24	分室 集会所 農園	筋トレ脳トレ ランチ 農園 箸遊び おやつ作成
2024/11/14	1	農園	茎ブロッコリーが2日間天気の為急成長収穫となる
2024/11/18	14	集会所4 集会所1	筋トレ ランチ ココからミュージック参加
2024/11/18	2	居酒屋	収穫状況 今後の植える野菜検討 福島について
2024/11/7	3	ケアポート	定例会議の為の打合せ
2024/11/25	15	集会所 分室	筋トレ 脳トレ ランチ コースター飾り付け
2024/11/26	17	分室 集会所	筋トレ ランチ 認知症カフェ
2024/11/26	5	倉庫 物置 農園	倉庫→物置荷物移動 農園プレート完成
2024/11/29	10	福島霊山里山学校	NPO 里山学校に行き代表達と交流会
2024/11/30	170	農村 RMO 推進協議会	大根収穫体験 65本抜き 第2会場にてアクシデントが有り**君が助っ人をする
2024/12/1	1	倉庫	収穫した大根の整理 車代精算
2024/12/2	17	集会所	筋トレ脳トレ大根葉っぱ切り
2024/12/2	18	集会所	別紙 豚汁祭の打合せ
2024/12/3	19	農園 集会所倉庫 分室	脳トレ 筋トレ 認知症カフェ コースター配り
2024/12/3	4	集会所 分室	4日発行資料作り各テーブルに監督2名付ける案
2024/12/6	6	倉庫 物置 分室	大根洗い 足りない買い物
2024/12/7	90	農園 集会所	収穫豚汁作りマジックサンタによる大根プレゼント
2024/12/9	14	倉庫 集会所 物置	筋トレ脳トレランチ 土曜日の片付け
2024/12/10	18	分室集会所倉庫物置	筋トレランチ認知症カフェで可愛い帽子作り
2024/12/11	1	農園	水やり
2024/12/15	4	倉庫	クリスマス会の買い物 管理
2024/12/16	26	分室物置倉庫集会所	クリスマス会 準備 片付け

2024/12/16	4	農園	水やり
2024/12/17	6	集会所	DIY 別所研究費の打合せ
2024/12/17	15	分室 集会所	筋トレランチ脳トレ
2024/12/17	45	集会所	クリスマスコンサートライブ中継を観る
2024/12/17	2	農園	作物管理 食用菊翌日収穫連絡しました
2024/12/17	3	分室	Mさんと担当ケアマネと私の三者で今後について話し合いました
2024/12/18	1	農園	食用菊の咲いている菊もぎ取り 水やり
2025/1/5	1	農園	水タンク 満タン作業 水やり
2025/1/6	2	ココステ 103	チームオレンジ高島平のカレンダーの相談
2025/1/6	5	ケアポート	チームオレンジ高島平のカレンダーの考え方
2025/1/7	19	ココステ 103 通路	新年スタート 筋トレ 脳トレ 七草粥
2025/1/14	16	農園 103 集会所	脳トレ 筋トレ 水やり 認知症カフェ
2025/1/20	12	ココステ 103 集会所	脳トレ 筋トレ 箸遊び
2025/1/20	10	集会所別棟	農園ファニチャー
2025/1/20	16	集会所別棟	定例会議
2025/1/21	15	103 集会所 農園	筋トレ 認知症カフェ**さんに協力 水やり
2025/1/27	13	集会所 農園 プール	筋トレ プールランチ 落ち葉清掃 農園作物片付け
2025/1/28	17	103 農園 集会所	水やり 筋トレ ビンゴゲームの練習
2025/1/25	1	各地域新年会会場	334578 町会新河岸町会 チームオレンジのご挨拶
2025/2/2	2	1丁目餅つき大会会場	8時半より13時まで洗い物もち加工手伝い
2025/2/3	14	集会所 農園	筋トレ脳トレランチ農園土壌改良①
2025/2/3	50	集会所	2ヶ月に一回のココからミュージック生演奏に参加
2025/2/3	10	集会所	農園ファニチャーから木工クラブに名称変更
2025/2/3	15	集会所	共に生きる AGORA CAFE 第一回開催
2025/2/4	11	103 集会所 農園	水やり脳トレ筋トレ着物の裏地外し
2028/2/7	9	リモート会議	**の件について話し合い
2025/2/9	3	3丁目自治会事務所	スタートからのお礼 居場所作りの話し
2025/2/10	15	集会所 ココステ 103	筋トレ脳トレロッカー片付け
2025/2/10	3	物置	肥料等購入**氏の車で運搬倉庫に搬入
2025/2/17	14	集会所	筋トレ脳トレランチロッカー片付け
2025/2/17	21	農園 集会所	土壌作り のらぼう菜収穫料理 お茶会
2025/2/17	5	けやき保育園	**園長に挨拶説明しに行く
2025/2/17	5	2丁目自治会事務所	電話内容に対して挨拶説明しに行く
2025/2/17	18	集会所	チームオレンジ高島平定例会
2025/2/17	9	集会所	第2部会議
2025/2/21	2	けやき保育園	けやき保育園**園長と見学電話連絡
2025/2/25	2	2丁目自治会事務所	2丁目自治会に案内届け

2025/2/25	2	農園	水やり
2025/2/25	17	103 集会所農園	筋トレ 脳トレ ランチ 試食 1日の案内配り
2025/2/25	2	ホームセンター	透明マルチシート購入
2025/3/1	65	農園 プール内	じゃが芋種芋植え カレーうどんランチ
2025/3/3	13	集会所	脳トレ筋トレランチ
2025/3/4	14	集会所 2号室	筋トレ 脳トレ ランチ 認知症カフェ
2025/3/5	7	ホームセンター	木工クラブの資材購入
2025/3/17	20	集会所 農園	脳トレ筋トレランチ納豆菌イースト菌作り
2025/3/17	19	集会所	定例会
2025/3/17	8	集会所	第2部会議
2025/3/18	15	2号室 集会所	筋トレ脳トレランチ箸遊び自分を語る
2025/3/24	23	集会所 農園	農園土おこし納豆菌イースト菌をジョーロでまく
2025/3/25	18	2号室 集会所	脳トレ筋トレランチ認知症カフェ
2025/3/29	10	3丁目自治会	桜祭 雨天決行 ザーザー降り
2025/3/31	16	集会所	筋トレ脳トレランチ農園

表1 チームオレンジの活動記録



写真1 ステップアップ研修



写真2 レイズドベッド作り



写真3 土入れ



写真4 完成した農園全景



写真5 農園と関係者



写真6 農園作業



写真7 春の収穫祭 (ジャガイモ)



写真8 春の収穫祭 (記念写真)



写真9 ジャガイモ仕分け



写真10 その他食糧



写真11 春の収穫祭 (ジャガイモ蒸し)



写真12 春の収穫祭 (会食)



写真13 秋の豚汁祭り



写真14 収穫準備



写真15 秋の豚汁祭り (会食)