

地域ケア

「地域活動マッチングイベント」

～ きっかけがない高齢者を街中が応援！ ～ （東村山市）

東村山市では、高齢の方がいつまでも自分らしく暮らすために、地域とのつながりを大切とした事業を展開しています。

市民より、「何か地域活動はしたいが、きっかけがない。」「どんな活動団体があるか知らない。」という声や、既に活動している方からは、「仲間が足りない。」という意見が多く寄せられました。ならば、「そんな皆様に一か所に集まってもらい、集団お見合いのようにするのはどうか！」そんな考えから企画したのが地域活動マッチングイベント。ただ声かけするだけでは、きっと大きな集客は見込めません。そこで、このイベントに理解をいただいた企業等の協力により 300 以上の協賛品が集まり、イベント最後にプレゼント抽選会を実施。当日は、雪の中にもかかわらず大盛況の末、多くのマッチングが成就しました。企業、自治会をはじめとし、街中できっかけのない高齢者を応援することができました。

住民とともに立ち上げた認知症カフェ （東久留米市）

東久留米市では、地域包括支援センターが主催するさまざまな事業から、「認知症になっても、あんしんな地域づくり」を地域課題とし、“認知症の方を含む、ご高齢の方が立ち寄れる場” “認知症について相談できる場”が必要であると考えました。地域包括支援センターや自治会・介護保険関係の事業所などが、認知症サポーター受講者・民生委員・地域住民の方と共に検討する中で、「認知症カフェ」の立ち上げを具体化していきました。

そこで、東久留米市としては、立ち上げに関する経費の支援を行う「東久留米市認知症カフェ開設支援補助金」を事業化しました。この事業が対象とする認知症カフェとは、認知症のご本人やご家族が気軽に地域の住民と集まり、認知症に関する相談、助言又は情報の提供等を行うことで、認知症状の早期支援につなげると同時に、地域住民の認知症に対する理解を深める場所としました。

平成 29（2017）年度に5団体が補助金を活用し、市内でカフェを開催しています。認知症に関する相談や、介護サービスにはつながらない当事者の方やご家族が参加するなど、地域に根付いてきています。また、市が主催する連絡会で団体同士、活動内容や困りごとなどを共有しました。

フレイル予防 (西東京市)

西東京市は、東京大学高齢社会総合研究機構との間で、フレイル予防事業実施のための連携協定を締結しています。

フレイルとは、いわゆる虚弱状態のことで、フレイルの兆候に早めに気づいて自分で予防することが重要とされています。東大が開発したプログラムが「フレイルチェック」で、狙いが大きく2点あります。

1点目は、「自分の状態について早めの気づき・自分事化」で、専用のチェックシートに青と赤のシールを自分で貼ることにより、自分の状態を一目で確認することができます。

2点目は、「元気高齢者をフレイルチェックの運営者として養成することによる活躍の場の提供」で、養成研修を受講した元気高齢者が「フレイルサポーター」となり、10人程度のグループを組んで運営します。

地域とのつながりや社会貢献を望む元気高齢者の方々にとっての活躍の場となり、さらにフレイルサポーター自身のフレイル予防にもつながっています。



心の通う医療と家族会の活動

（国立精神・神経医療研究センター病院家族会「むさしの会」）

国立研究開発法人国立精神・神経医療研究センター病院は、精神疾患、神経・筋疾患、発達障害を専門とするナショナルセンター病院です。病院では、心や精神の病気をもつ患者さんに対して、人権を尊重した医療の提供と患者さんの心に寄り添う看護が行われています。

平成 11（1999）年、当時の国立精神・神経センター武蔵病院に家族会「むさしの会」が誕生しました。家族会では、当事者が病気を受け入れながら明るく希望を持って生活できるように、毎月、病院内外の医師や専門家を講師に招いた学習会や懇談会を開催しています。

平成 22（2010）年から、むさしの会では病院の改組・改名、新築に合わせて、患者さんの再来受付や院内ご案内のボランティア活動を開始しました。当事者や付き添いの家族のことをよく理解している家族会会員によるボランティア活動は皆さんに大変喜ばれています。

今後とも、心を病む当事者を持つ家族の拠り所として、活動の輪を広げていきます。