



ここから 
歩き始める



兵庫県マスコット はばたん

兵庫県・公益財団法人 兵庫県人権啓発協会

は じ め に

兵庫県では、人権尊重が社会の文化として定着し、県民みんながお互いを認め合いながら共に生きる「共生社会」の実現をめざして、家庭や学校、地域、職場などあらゆる場における人権教育及び啓発を進めています。

これらの推進にあたり、今後の効果的な人権に関する施策を検討するための基礎資料に資することを目的として、兵庫県と公益財団法人兵庫県人権啓発協会では、平成25年度に「人権に関する県民意識調査」を実施しました。

それによると、県民の関心がある人権問題として「高齢者に関する問題」と回答した割合は、「インターネットによる人権侵害の問題」、「障害のある人に対する問題」に次いで3番目でした。

高齢者に関することで、人権上問題があると思われる内容で最も多かったのは、「悪徳商法・詐欺の被害が多いこと」で、次いで「働く意欲や能力があるのに雇用と処遇が十分保障されていない」、「介護を支援する制度が十分でない」、「高齢者が暮らしやすいまちづくりへの配慮が足りない」、「家族が世話することを避けたり、家族から虐待を受けたりする」等の順でした。悪徳商法や詐欺等の被害者は認知症高齢者であることが多く、全国の65歳以上の介護保険利用者のうちの約8割が認知症の判定を受けています。また、虐待を受けた高齢者の約7割が要介護認定を受け、そのうちの約半数が認知症です。このように高齢者の人権問題は、認知症高齢者を抜きには語るできません。

兵庫県では、平成27年1月に国が策定した「認知症施策推進総合戦略～認知症高齢者等にやさしい地域づくりに向けて～」（新オレンジプラン）も踏まえ、「認知症になっても安心して暮らせるまちへ」をビジョンに掲げ、予防・早期発見の推進、医療体制の充実、地域連携体制の強化、ケア人材の育成、若年性認知症施策の推進の5本柱で、認知症の人やその家族の視点に立った総合的な取り組みを推進しています。

10年後の平成37年には、県内の認知症高齢者は約30～33万人（高齢者の約5人に1人）になると推計されています。認知症を特別な病気と考えるのではなく、誰でもなる可能性のある身近な病気と考え、社会全体で認知症の人やその家族を支えていくことが大切です。

本年度は、このような社会状況を踏まえ、「高齢者の人権 ～認知症を共に生きる～」をテーマに、ビデオ作品「ここから歩き始める」を制作しました。この作品をできるだけ多くの方々にご覧いただき、認知症を他人事としてではなく自分事としてとらえ、新たな気づきを得る機会にさせていただくとともに、改めて今までの生活を振り返り、今ここから何ができるかを考えていく一助になることを願っています。

平成28年3月

目次

はじめに

1 制作のねらい	1
2 登場人物	1
3 主な場面と台詞・学習で扱うポイント	2
4 学習会を開催するにあたって	
(1) 学習会全体の流れ	8
(2) 学習展開例	9
(3) ワークシート	10
(4) 解説Ⅰ 認知症について	12
ア 認知症高齢者数の推計	
イ 認知症とは	
ウ 認知症が疑われる症状	
エ 認知症チェックシート	
オ 認知症の治療法	
カ 若年性認知症	
解説Ⅱ 認知症の人の介護について	13
ア 介護の現状	
イ 認知症の人の行動を理解するヒント	
ウ 認知症の人の気持ち	
エ 介護のコツ	
オ 介護休業・介護休暇	
カ 介護離職	
キ 介護サービス	
ク 認知症サポーター	
ケ 認知症に関する相談窓口	

1 制作のねらい



「高齢者の人権」 ～ 認知症を共に生きる ～

日本における平均寿命の大幅な伸びや、少子化などを背景として、社会の高齢化が急速に進んでいます。それに伴い、増加する認知症高齢者を社会全体で支えていく必要が生じています。平成24年に、65歳以上の認知症の人は約462万人でしたが、平成37年には、約700万人、65歳以上の高齢者の5人に1人になると推計されます。

高齢者を家族や地域でどのように支えていくか、また、高齢者自身の意欲や能力をどのように生かしていくかを考えることは、これからの私たちの大きな課題です。

この作品は、「認知症を共に生きる」をテーマに、超高齢社会のあり方を人の幸せと尊厳を守るという人権の視点から捉えます。認知症の親を持つ主人公とその家族の中で繰り広げられる介護をめぐる葛藤ときずなの紡ぎなおしを描くことで、高齢者が人間として誇りを持って生きていく上で大切なことについて、家族や地域の視点を通して考えるきっかけとなるように、このドラマを制作しました。

2 登場人物



③ 主な場面と台詞・学習で扱うポイント



1 寿司功の店内 (33年前)

(信介の声)

「子どもの頃、親父の握る寿司が大好きだった。特に穴子は甘くてふわふわで…。世界一おいしいと思っていた。でも俺は、親父の握った寿司をいつのまにか食べなくなった…」



2 住宅街の道路

(功一がゆっくりと歩いてくる。突然立ち止まる功一。地面に座り込んでしまう)



花房 「どうされました? 大丈夫ですか? ご気分悪いんですか?」

3 会社のオフィス

信介 「桑田くん」

桑田 「はい」

信介 「これ、字小さくないか?」

桑田 「いつもと同じですけど。課長、老眼じゃないですか?」

信介 「これ読むのほぼ 50 以上なんだから、文字を大きくした方がいいよ」

桑田 「えっ、今からですか? 出席者名簿も作るんですよね」

信介 「そっちは俺がやっつくから」

桑田 「佐藤さんがいればなあ…」

信介 「そうだな、佐藤さんが抜けたの 痛いなあ」

桑田 「これじゃ、育休なんて無理かなあ」

信介 「えっ?」

桑田 「うちも子どもができれば、嫁さんと交互に育休を取ろうかな…なんて」

信介 「男が育児休暇^①。うちじゃ聞いたことないな」



4 社内の廊下

信介 「姉貴、何? 忙しいんだけど」

早苗 「信介、お父さんが倒れた!」

信介 「えっ!?!」

早苗 「公園の近くで倒れて救急車で運ばれた。今、病院」

信介 「容態は?」

早苗 「意識がもうろうとしてる。桜ヶ丘病院、あんたもすぐ来て」



信介 「いや、すぐって無理だよ。大事な会議があるんだ」

5 功一の部屋・和室

(鈴の音)

早苗 「親が倒れたっていうのに病院にも来ないなんて」



信介 「だから緊急役員会が入って大変だったんだよ。姉貴がいてくれてほんと助かった。ああ…でもよかった、ただの熱中症^②で」

早苗 「簡単に言わないで。熱中症で亡くなる人もいるのよ」

信介 「ごめん」

功一 「八千代、眼鏡はどこだ?」 ※八千代: 功一の妻

早苗 「お父さん、私は早苗。お母さんはもういないでしょ」
「眼鏡がないの?」

功一 「眼鏡? 何のことだ」

早苗 「今、私に聞いたじゃない」

功一 「今日は何日だ?」

信介 「9月26日」

功一 「26日…」

信介 「親父、どうしたの?」

6 功一の部屋・台所

信介 「認知症^③?」

早苗 「病院で検査してもらった。進行を遅らせる薬^④ももらってきたけど…。あんた気づかなかった? 2年ぐらい前からかな。物忘れがひどくなってきて…」



信介 「あっ、いや…、でも親父 まだ 70 代だぞ。それにこれまでだって、ずっと1人でやってきたじゃないか」

(冷蔵庫の中にある功一の眼鏡を見つける)

「あっ。眼鏡…。よく冷えてる」

早苗 「信介、お父さんと一緒に住めない? ^⑤」

信介 「えっ!?!」

早苗 「体も弱ってるし、独りにしておけない」

信介 「いや…、でもうちは共働きで、恵子も忙しいし…。姉さんのところは?」

早苗 「うちにも介護が必要な高齢者がいるのよ。義理の親と自分の親と両方は無理よ^⑥」

信介 「はあ…、困ったな」

①育児休暇・育児休業の取得状況について (→ p.7 コラム 1)

②熱中症について (→ p.7 コラム 2)

③認知症とは (→ p.12 解説 I-イ)

④認知症の治療法 (→ p.12 解説 I-オ)

⑤介護の現状 (→ p.13 解説 II-ア)

早苗 「しばらく同居するくらいいいでしょ」
信介 「あっ、いや…、でも俺、親父とはあんまり…」
早苗 「何言ってるの！あんた長男でしょ、長男^⑥！」

7 岩崎家・玄関（外）

功一 「ここは、どこだ？」
信介 「だから、俺んち。前に来たことあるだろ？」
功一 「今日は何日だ？^⑦」
信介 「9月26日。」



8 岩崎家・玄関（内）

信介 「ただいま」
恵子 「おかえりなさい」
蓮 「じいちゃん！」
恵子 「いらっしゃい。ご無沙汰しています」
信介 「蓮、じいちゃんしばらくうちで暮らすから頼むな」
蓮 「うん！じいちゃん、ほら、行こう！」
恵子 「あなた、ちょっと…。急に連れて来られても困るわ」
信介 「ちょっとの間だけだよ。すぐに施設を探すから」
恵子 「昼間は誰もいないのよ。私も休みなんか取れないし」
信介 「大丈夫だよ。1人で留守番ぐらいできるよ」
恵子 「でも、認知症なんですよ？」
信介 「うん…」



9 岩崎家・リビング

蓮 「じいちゃん、遊びに行けなくてごめんね。塾が週に3回もあってさ」
功一 「ああ 信介か。^⑧ 大きくなったなあ」
蓮 「じいちゃん、俺、蓮だよ」
功一 「フッ、ハハハハ…。うん」



10 <翌朝>岩崎家・ダイニング

恵子 「蓮、ほら早くしないと、遅刻するわよ」
蓮 「ごちそうさまでした」
恵子 「ほら、早く早く…。お父さん、これお昼ご飯ですから冷蔵庫に入れておきますね。麦茶や牛乳も入ってるので飲んでくださいね」
蓮 「じいちゃん、今度、お寿司握ってよ」



功一 「こんな炊き方じゃだめだ。水気が多過ぎる」
恵子 「蓮、行くわよ。あなた、あとよろしく。行ってきます」
蓮 「行ってきます」
信介 「はあ…。親父、あんな言い方しなくたっていいじゃないか。恵子だって仕事があるのに、早起きして頑張ってたから」
功一 「便所！便所はどこだ」
信介 「え？廊下 出て右。」？
(トイレを探し廊下をうろろする功一)
信介 「ああ、違う違う！」

11 岩崎家・廊下

(功一の足もとに広がる水たまり)
信介 「あっ…。はあ…。親父、しっかりしてくれよ！」
(自分の足元を見つめたままの功一)^⑦
信介 「桑田くん？悪い。今日 ちょっと遅れそうだ。うん、うん、うん…」



12 会社のオフィス

信介 「遅くなりました」
社員 「おはようございます」
桑田 「課長、珍しいですね。何かあったんですか？」
信介 「親父が、ちょっと…。いや 何でもない。それより、今朝のミーティング、どうだった？」
桑田 「はい。これがその報告になります」



13 岩崎家・キッチン（夕方）

(キッチンのシンク周りを一心不乱に磨いている功一)^⑧
恵子 「ただいま。お父さん、いいですから座ってください。お父さん、お昼はきちんと食べましたか？」
(冷蔵庫の中が空っぽになっていることに驚く恵子。台所を見回す。ゴミ箱に冷凍食材などが捨てられていた)
恵子 「はあ…」



14 岩崎家・ダイニング（夜）

(リビングのソファでジュースを飲む功一)
恵子 「そりゃあ、出来合いのおかずなんて、お父様の口に合わないでしょうけど、捨てることないじゃない」



⑥認知症が疑われる症状（→ p.12 解説 I-U）
⑦<ワークシート1>功一はどのような気持ちでしょうか。

⑧認知症の人の行動を理解するヒント（→ p.13 解説 II-I）

信介「仕方ないだろ、認知症なんだから」
恵子「だから困るのよ。このまま進行したら どうするの？」
信介「うん…」

15 <翌日>会社のオフィス

多々良「岩崎くん」
信介「はい」
多々良「山田社長と飲むことになったんだが、今日空いてる？」
信介「あっ…、ええ、空いています」^⑨
多々良「じゃあ、こないだのところで」
信介「はい」



16 岩崎家・キッチン (夕方)

恵子「ただいま。お父さん！」
(大根を桂むきしている功一。コンロの鍋が焦げている。⑧あわてて鍋をシンクに移す恵子)
功一「勝手なことするな！」
恵子「焦げてます！ お父さん、料理は私がやりますから」
功一「いや俺がやる。俺がもっとうまいものを作ってやる」
恵子「あっ…、包丁は危ないんで使わないでください！」
(恵子を振りほどこうとしたはずみに卵が床に落ちて割れてしまう)
「あっ…、ああ…、もう、お父さんは何もしないでください！」^⑩
蓮「何で、そんなこと言うの!? じいちゃんは、やりたいんだよ」^⑪



17 岩崎家・ダイニング (夜)

恵子「なんで私が責められなきゃなんないのよ。まるで私がお父さんいじめてるみたいじゃない。お酒くさい…。こんな時にいい気なもんよね」
信介「付き合いってもんがあるんだよ、分かるだろ？」
恵子「分かるよ。でも 逃げないでよ」
信介「逃げてないだろ！ 親父の世話だってしてるし、仕事を抜けて介護保険の申請もしてきた。これ以上どうしろって言うんだよ」
(廊下で話を聞いている功一) ^⑦



恵子「あなたのお父さんでしょ。あなたが考えて」
信介「あなたがって…。家族みんなの問題だろ！」
(深夜、信介がパソコンの画面を見ている。ドアの開く音)
信介「親父？」

18 岩崎家・玄関 (外)

信介「親父！おい、どこ行くんだよ」
功一「放せ。俺は帰る！」
信介「静かにしてくれよ。何時だと思ってるんだ！」
功一「帰る！ こんなところにはいられない」
信介「こんなところって何だよ！ 恵子だって俺だって一生懸命やってるだろ！」^⑪
功一「こんな厄介者、早く死ねばいいと思ってるんだろ！」
信介「何でそんなこと言うんだよ。親父は俺の気持ちなんか全然分かってない！ 昔からそうだ！」^⑫



19 寿司功・店内 (回想)

信介「お父さん、今日、誕生日だね」
功一「うん」
信介「食べてみて。どう？ 俺、この店、継げるかな？」
功一「継がなくていい。きれいに片付けとけよ」



20 岩崎家・玄関 (外)

(功一の腕を強く握る信介) ^⑬
恵子「あなた！」
功一「ハア…、ハア…」
(ぼう然と立ったまま功一を見ている信介) ^⑬



21 <翌朝>岩崎家・ダイニング

早苗「老人ホームって、結構かかるのね」
恵子「でも、うちは2人とも忙しくて、自宅介護はとても」^⑭…」
早苗「ねえ、恵子さん。仕事辞められない？」^⑭
恵子「えっ!？」
早苗「信介のお給料だけでも、なんとかやっていけるでしょ」
恵子「お姉さん、私、入社以来ずっと今の会社で働いてきたんです。子育てもしながら、頑張



⑨<ワークシート1>申し出への対応について

⑩認知症の人の気持ち (→ p.13 解説 II-ウ)

⑪介護のコツ (→ p.14 解説 II-エ)

⑫<ワークシート2>お互いの気持ちを伝え合うことの大切さについて

⑬<ワークシート1>信介はどのような気持ちでしょうか。

⑭介護離職 (→ p.14 解説 II-カ)

ってきたんです」

早苗 「私だってパートをしながら子育ても夫の親の介護もしてる。それも嫁の務めだから」

恵子 「嫁の務め!? そうなの?」

信介 「いや、介護は女性の仕事だって決めつけるのはどうかな?」

恵子 「そうよね。今は男性だって介護休暇を取る時代^⑮ですもの」

早苗 「そうなの?」

信介 「制度としてはあるけど、まだそこまでは」

恵子 「何よ、やっぱり介護は女性の仕事だって思ってるのね」

信介 「だから、そうじゃない。男だから女だからじゃなく、働き方の問題だろ!」

早苗 「ちょっと2人とも。今そんな話してる場合じゃないでしょ。お父さんの話でしょ」

22 <翌日>会社のオフィス

(スケジュールのボードに「早退」と書き込む信介。佐藤の欄に書かれている「11月30日まで育児休暇」の文字を見る) ^⑯



23 岩崎家・玄関(外)

(玄関のチャイムの音)

笹倉 「ケアマネジャーの笹倉です」

常盤 「認定調査員の常盤です」



24 岩崎家・和室

常盤 「では、岩崎さんは今までどおり、ご自宅で生活されたいと」

功一 「はい、女房の世話もありますので」

信介 「あっ、仏壇のことだと思います」

笹倉 「奥様、お幸せですね」

功一 「随分と苦勞をかけました」

笹倉 「お寿司屋さんをされていたんですよね」

功一 「はい、寿司功という店を」 ^⑰

(ソファで休んでいる功一に恵子がひざ掛けをかける)

信介 「父はやっぱり自分の家で暮らしたいんですね」

常盤 「そうですね。ただ、独り暮らしを続けるには不安なところも見られます。できればご家族の方に近くで見守っていただいた方が安心できるんですが」

信介 「正直なところ、僕らもどうしていいか、よく分

からないんです」 ^⑱

笹倉 「分かります。どうしてもご家族には負担がかかりますよね。あまり抱え込まないでくださいね。介護サービス^⑲というのは介護が必要な方だけでなく、介護をされている方の負担を減らすためにもあるんです。最近、このような地域密着型のグループホーム^⑳も増えています。認知症が進行した時のことを考えて、入居を検討されるのもいいと思います」

信介 「そうですね」

25 岩崎家・玄関(外)

常盤 「では認定結果が出ましたら、ご連絡します」

信介 「よろしくお願いします」

恵子 「お世話になります」

常盤 「失礼します」

笹倉 「失礼します」

功一 「毎度、ありがとうございます」 ^㉑

笹倉 「ごちそうさまでした」

常盤 「ごちそうさま」

功一 「また、どうぞ」

常盤・笹倉 「はい」



26 <翌朝>岩崎家・廊下

蓮 「お父さん、お母さん! じいちゃんがいない!」

信介 「えっ!?!」

恵子 「えっ?」



27 功一の部屋

恵子 「お父さん、どこ行っちゃったんだろう…」

蓮 「お母さん!」

(仏壇のろうそくに灯がともっている)

恵子 「あっ!?! ここまで帰ってきたのは確かね」



28 アパートの近くの通り

早苗 「信介、お父さん、いた?」

信介 「いない。遠くには行っていないと思うんだけど」

早苗 「また倒れでもしたら…」

花房 「あの、どうかされたんですか?」

早苗 「あっ、どうも、花房さん。先日はありがとうございました」

花房 「いえ」

早苗 「お父さんが倒れた時、救急車を呼んでくれ



⑮介護休業・介護休暇 (→ p.14 解説 II-オ)

⑯認知症に関する相談窓口 (→ p.15 解説 II-ケ)

⑰介護サービス (→ p.14 解説 II-キ)

た花房さん」

信介 「その節は父が大変ご迷惑をおかけしました」

花房 「そんな、お互いさまですよ」

早苗 「あの、父を見かけませんでしたか？」

花房 「お父様？ 留守にされてたようですが」

信介 「ええ、うちに来ていたんですが…」

花房 「お父様がいなくなったのね。一緒に捜しましょうか」

信介 「えっ？」

花房 「私、認知症サポーター⑩なんです
(腕のオレンジリング⑩を見せる)

信介 「認知症サポーター？」

花房 「認知症の人とその家族の応援団」

信介 「気づいてらっしゃったんですか、父のこと」

花房 「私の夫も、そうでしたから。すぐに認知症サポーターの人たちに声をかけますね。お父様を見かけた人がいるかもしれない」

早苗 「お願いします」

信介 「でもそんなことをしたら、親父が認知症だ
てことがみんなに知られてしまう⑩

花房 「大丈夫ですよ。認知症になるのは恥ずかしいことなんかじゃない⑩ですから」

29 街角

蓮 「お父さん！」

信介 「あっ…」

蓮 「お父さん、ここは？」

信介 「ここに昔、寿司功があったんだ。じいちゃんが一番帰りたい場所はここじゃないかって思って。はあ…、いないか」

蓮 「お父さん、何でお寿司屋さんにならなかったの？」

信介 「蓮…、認知症って分かるか？」

蓮 「うん、ネットで調べた」

信介 「そうか…。じいちゃん、認知症なんだ。いろんなことを忘れていって、最後は家族のことも忘れてしまうんだ。蓮のことも お父さんのことも」

蓮 「でも僕は覚えてる。お父さんも」

信介 「そうだな⑩

(携帯電話の着信音)

信介 「はい、岩崎です。ああ花房さん、えっ、いたんですか？」

30 花屋・店内

宮下 「実は勝手に花を持って行ってしまったもので」

信介 「申し訳ありません。お金はすぐに払います。親父、黙って花を持っていくのは犯罪だから、

ちゃんと謝って」

功一 「金は払った⑩」

信介 「親父！」

宮下 「あの…事情は分かっていますから、あまり怒らないであげてください」

信介 「ほんとに すみません」

宮下 「いえ…」



31 功一のアパート・和室

信介 「花屋のご主人が認知症のことをよく分かってくださって助かりました」

花房 「商店街にも認知症サポーターがいて、講習会を開いたことがあるんです。うちの人は、60代で認知症になったの。子どもがいない分、老後は2人でいろんなことを楽しもうと思ってたんだけど、夫は少しずつ普通の生活ができなくなって、会話もかみ合わなくなった。食事も着替えも介助が必要になって、疲れて寝ていると、勝手にいなくなった」



32 功一のアパート・台所

蓮 「何でいつも拭いてるの?⑩

功一 「寿司屋だから当然だ⑩」



33 功一のアパート・和室

恵子 「介護サービスは利用されなかったんですか？」

花房 「もちろんしました。デイサービスやショートステイ⑩を利用して息抜きをしたのね。それで、外で見たことや他の人と話したことを夫に報告したの。そしたら、何だか夫も楽しそうなの。フッフ、私が笑うと夫も笑う。手を伸ばすと握り返してくれた」

恵子 「いいご夫婦だったんですね」

花房 「さあ、どうかしら。でも夫を見送って思うのは、あれは私たち夫婦にとってかけがえのない時間だった。年を取るのは、悪いことばかりじゃない⑩。あの人がそれを教えてくれた」



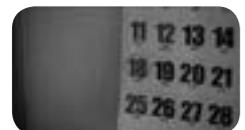
34 功一のアパート・和室

信介 「今日か…」

(18日が赤い丸で囲まれている)

(庭のリンドウが枯れている)

早苗 「あら、枯れてる。かわいそう…。だから、お父さん、買いに行った



⑩認知症サポーター (→ p.15 解説 II-ク)

⑨<ワークシート1>年を重ねることのよさについて

んだ。お母さんの一番好きな花だもんね^⑩」
信介「そうか！」

35 墓地

早苗「お母さんの月命日、お父さん、ちゃんと来てたんだ」
信介「だから日にちを気にしてたんだ^⑪」
功一「八千代、今日にはぎやかで驚いただろう。そうか、うれしいか。ハハハ…」
恵子「お父さん、今でも一緒にいるんですね、お母さんと」
早苗「恵子さん、この間はおめんなさいね。介護は嫁の務めだなんて、自分が言われてイヤだったこと、あなたに言うなんて」^⑫
恵子「いえ、お姉さんは偉いです。ずっとお姑さんの介護をして。お姑さん、足が悪いでしたっけ？」
早苗「うん、車椅子。足も悪いけど口も悪いから大変よ。でもよく言うでしょ『子ども叱るな、来た道じゃ。年寄り笑うな、行く道じゃ』って。私もそのうち、誰かに助けてもらわなきゃいけないから」^⑬



36 浜辺

功一「ああ、よいしょ」
「信介、ありゃ、うまかった、お前の握った、あの穴子」
信介「俺、1回だけ親父に寿司を握ったことがあるんだ、親父の誕生日に。でも親父、あんまり喜んでくれなかった。俺が『店を継げるか?』って聞いたら『継がなくていい』って。俺、それ以来、親父の握った寿司食わなくなった」
早苗「お店の経営が苦しかったから、あんたに苦労させたくなかったんじゃない？」
信介「親父ともっと話せばよかった」^⑭
恵子「まだ間に合う」
信介「親父、帰ろうか」
功一「信介、うちに帰ったら、うまい穴子握ってやるからな」
蓮「じいちゃん、俺…」
(小さく首を横に振る信介)^⑮
蓮「うん」
(手をつないだまま、ゆっくりと歩く3人。その後ろから恵子



と早苗も走ってくる)^⑯

37 岩崎家・ダイニング～リビング

(鉢巻をした職人姿の功一が寿司を握っている)^⑰



(蓮や招かれた花房、笹倉、常盤が談笑している。信介も呼ばれてみんなでテーブルを囲む)

(信介が書いていた書類「介護休暇願」)



コラム1 育児休業・育児休暇の取得状況について

育児休業は、育児・介護休業法で定められている労働者の権利です。厚生労働省「平成26年度雇用均等基本調査」によると、育児休業取得率は平成11年度に比べ、女性で約1.5倍(56.4%→86.6%)、男性で約5.5倍(0.42%→2.30%)でした。前年度の取得率と比べ、女性性は3.6%増加、男性性は0.27%増加しています。

一方、育児休暇は、法律での定めはなく、各会社の就業規則での扱いになります。そのため、育児休暇に関する取得状況の公のデータはありません。

※育児休業取得率とは、調査年度の1年間に出生した女性または配偶者が出生した男性のうち、調査時点までに育児休業を開始した人(開始予定の申し出をしている人を含む)の割合をいいます。

コラム2 熱中症について

総務省の報道資料(平成26年10月15日)によると、平成26年6月から9月の全国における熱中症による救急搬送人員数の累計は40,048人でした。高齢者が18,468人(46.1%)と最も多く、次いで成人15,595人(38.9%)、少年5,622人(14.0%)、乳幼児359人(0.9%)の順となっています。医療機関での初診時における傷病程度ごとの搬送人員数は、軽症が最も多く25,967人(64.8%)、次いで中等症12,860人(32.1%)、重症787人(2.0%)、死亡55人(0.1%)となっています。また、国立環境研究所「環境儀」(No.32)によると、熱中症患者の性別では、男性が全体のおよそ3分の2を占めています。年齢階級別みると、男性では19～39歳、40～64歳、65歳以上がそれぞれ25～30%を占めているのに対し、女性では65歳以上が過半数を占めています。人口当たりの患者数は、65歳以上が最も多くなっています。19～39歳、40～64歳では屋外での作業中など比較的多様な場所で発生していますが、7～18歳では学校、特に運動中、65歳以上では自宅(居室)での発生が特徴としてあげられます。

⑩<ワークシート1>自分の言動を振り返ってみましょう。

⑪<ワークシート1>自分のこれからについて考えてみましょう。

⑯<ワークシート1>それぞれの気持ちを考えてみましょう。

⑰<ワークシート1>高齢者を尊重した生活とは

④ 学習会を開催するにあたって



(1) 学習会全体の流れ

学習会を始める前に、計画や運営の面でどのようなことに注意していくとよいか、基本的な内容についてチェックしてみましょう。

【準備】

- 学習のねらいが、はっきりしている。
- 学習内容は、学習者が知りたいことである。
- 実施時期や時間、場所は、学習者に無理のない設定である。
- 指導者や講師は、ねらいや内容の点から適任である。
- 学習方法は、講義や討論、ビデオ視聴など学習者や内容に合わせて決めている。
- 資料や機材等の確認ができています。
- 昨年度の改善点を生かしている。

効果的な学習会にするための最大のポイントは、ねらいの明確さです。学習内容や指導者（講師）選択は、しっかりとしたねらいに沿って、決める必要があります。また、事前に指導者（講師）と打合せを行い、担当者の考えを伝えておきます。話し合いをする場合、身近で、だれもが知りたいと感じているテーマを扱うことで、意見が活発に交換され、充実した気づきの場となります。

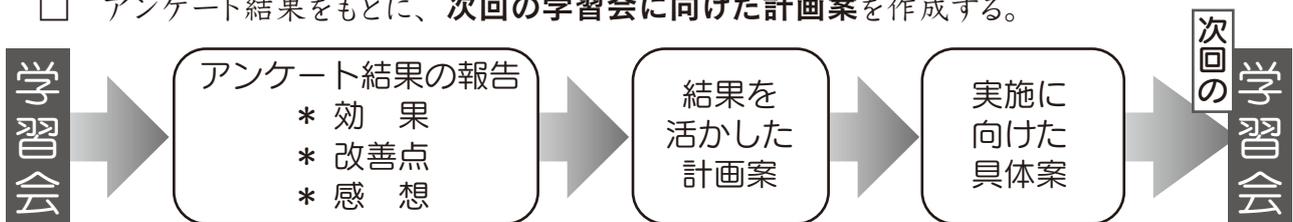
【実施】

- スムーズな進行をめざして、シナリオを作成するなど工夫している。
- ワークシートは、学習者が考えを整理するための資料として活用している。
- 話しやすい雰囲気づくりを心がけ、プライバシー厳守や他者を批判しないなど話し合う際のルールが共有できている。
- 実施中に学習者の様子を観察するなど、評価の視点を取り入れている。
- アンケートに、理解の程度や内容に関する項目、自由記述などを入れている。

学習会を成功させるには、全体の流れがイメージできていることが重要です。受付や挨拶、講演や討論の質疑応答などの時間配分も含めて、計画にそって進めていきます。話し合いをする場合、学習者同士の関わりによって新たな気づき生まれ、学び合った成果を発表し合うなど、振り返りの機会をもつことが大切です。学習者が、「聞く」「見る」「話す」「作る」など、変化のある活動ができるように心がけます。

【実施後】

- アンケート結果を、効果があった点と改善点とに分けてまとめ、報告する。
- アンケート結果をもとに、次回の学習会に向けた計画案を作成する。



〈学習者の視点を大切に〉

☆ 学習者に新たな気づきがあったか。 ☆ 学んだことが日常生活につながっているか。

(2) 学習展開例

60分の住民学習を想定しています。参加者の人数や使うことのできる時間によって、時間の割り振りや話し合う項目の数を調整し、無理のない学習を行いましょう。ワークシート1は、参加者がペアを作って学習を行う場合に、ワークシート2は、個人作業を中心に学習を行う場合に活用できるシートです。参加者の状況に応じて修正を加えながら、より学習に役立つものにしてください。※90分以上の場合は、5人程度の少人数によるグループワークを適宜入れて実施することをお勧めします。

学習のねらいと関連する下線部

- 1 超高齢社会を迎え、日常生活の中で、どうすれば高齢者の尊厳が守られ、その豊かな経験や知識が尊重され、活用される地域社会づくりができるかを考える。
 - ・⑦功一はどのような気持ちでしょうか。〈ワークシート1〉
 - ・⑨年を重ねることのよさについて。〈ワークシート1〉
 - ・⑳高齢者を尊重した生活とは。〈ワークシート1〉
- 2 身近な人々との関係づくりやコミュニケーションのあり方について振り返り、相手を尊重した言葉遣いや行動ができているのかを考える。
 - ・⑨申し出への対応について。〈ワークシート1〉
 - ・⑳自分の言動を振り返ってみましょう。〈ワークシート1〉
- 3 認知症に対しては、正しい理解と、適切な対応をするための知識と技術が必要であり、そのためにふさわしい相談窓口・治療の方法があることを認識する。
 - ・解説I・II
- 4 自分自身や家族一人ひとりのこれからについて思いを巡らし、それぞれが安心して暮らすためにできることについて見つめ直す。
 - ・⑫お互いの思いを伝え合うことの大切さについて。〈ワークシート2〉
 - ・⑬信介はどのような気持ちでしょうか。〈ワークシート1〉
 - ・⑭自分のこれからについて考えてみましょう。〈ワークシート2〉
 - ・⑯それぞれの気持ちを考えてみましょう。〈ワークシート1又は2〉

学 習 活 動		学習活動を支援するポイント	
1 開会 (3分) ・学習のねらいと流れを知る。		<始める前に>学習活動4(意見の交換)をペアで行う場合は、参加者の着席状況を見て、席の移動をお願いする。 ○すべての学習のねらいを扱うことはできないので、参加者に特に必要と思われるものを選択する。	
2 ビデオの視聴 (34分)		○学習活動3(ワークシートの記入)で、どちらのワークシートの何番の問を使うかによって、事前に2ページからの「主な場面と台詞・学習で扱うポイント」を使い、注意して視聴するポイントを学習者に伝える。	
3 ワークシートの記入		[ワークシート1]	[ワークシート2]
[ワークシート1] ・指定された問を記入する(5分)	[ワークシート2] ・上下とも記入する。(10分)	○ワークシートの問をすべて扱うことは時間的にできないので、ビデオの視聴の前に伝えたポイントに該当する問と、時間に余裕があれば扱いたい問を記入してもらおう。	○自分自身を振り返ってもらう作業になるので、見せ合ったりせず、じっくりと考えて記入してもらおう。
4 意見の交流 ・ペアでの話し合いの後、全体で意見を聞く。(12分)	・全体で意見を聞く。(7分)	○ペアでの話し合いの様子を見ながら、全体の前で意見を発表してもらおうペアを選び、事前に発表者をお願いしておく。	○記入の際に、事前に発表者を数名お願いしておく。
5 まとめ (5分)		○解説(p.12~15)を使って、認知症についての基本的な説明や相談窓口等について説明する。	
6 閉会 (1分)			

(3) ワークシート

■ ■ ■ ワークシート 1 ■ ■ ■

ここから歩き始める

※ビデオ視聴前に、指導者（講師）から、どの問について取り上げるかを聞きましょう。ワークシートの記入は、話し合いをスムーズに進めるためのメモと考え、お書きください。

(1) シーン 11・17 下線部⑦の、功一の気持ちを考えてみましょう。

シーン11 (自分の足元を見つめたままの功一)

シーン17 (廊下で話を聞いている功一)

(2) シーン 15 下線部⑨、この場面の信介の対応について、あなたはどのように思いますか。

(3) シーン 20・22・29・36 下線部⑬の、信介の気持ちを考えてみましょう。

シーン20 (功一の腕を強く握る信介) (ぼう然と立ったまま功一を見ている信介)

シーン22 (佐藤の欄に書かれている「11月30日まで育児休暇」の文字を見る)

シーン29 「そうだな」

シーン36 (小さく首を横に振る信介)

(4) シーン 33 下線部⑯にあるように、年を重ねることのよさにはどのような点があるでしょうか。

(5) シーン 35 下線部⑳と同じような経験はないでしょうか。また、あなたがされて嫌だったことを周りの人にしてしまったことはないでしょうか。

(6) シーン 35 下線部㉑、あなた自身または家族のこれからについて、どんな備えをしていきたいですか。

(7) シーン 36 下線部㉒、それぞれ5人の気持ちを考えてみましょう。

信 介

功 一

蓮

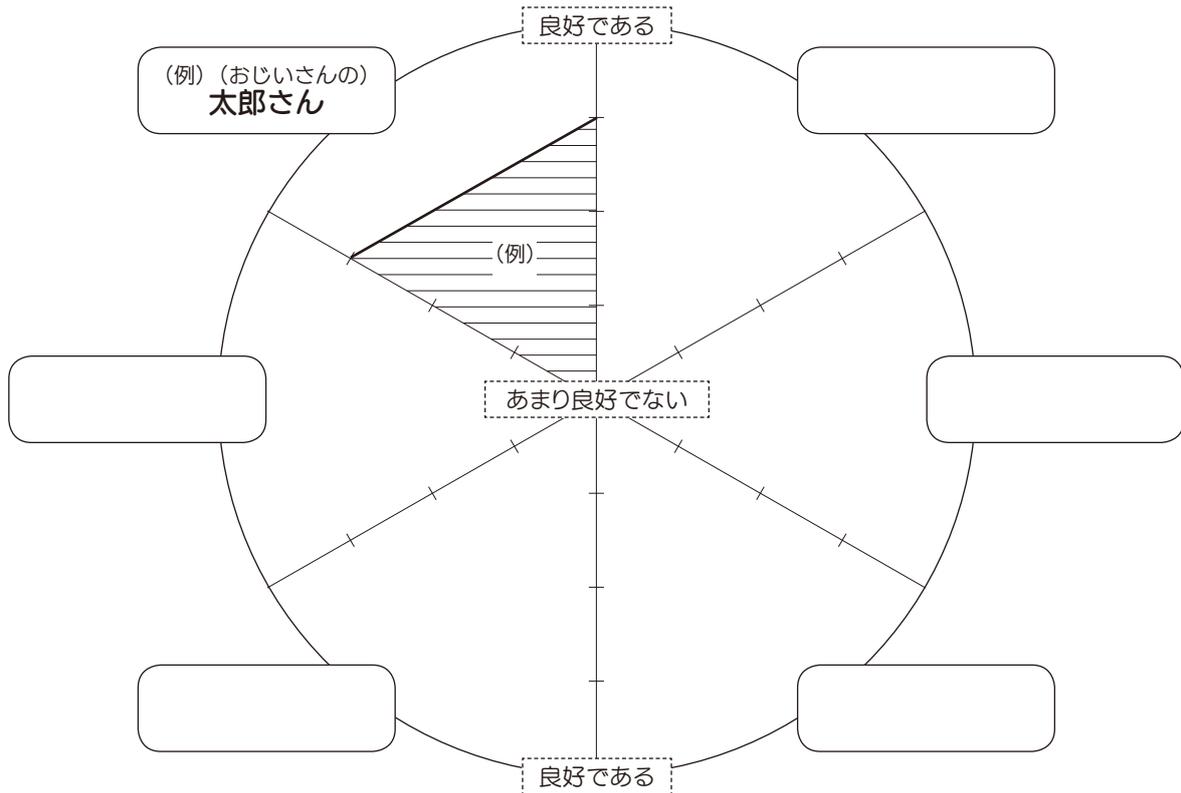
恵 子

早 苗

(8) シーン 37 下線部㉓、高齢者を尊重した生活とは、どのような生活でしょうか。あなた自身が高齢者になった時、どうしたい、どうしてもらいたいですか。

ここから歩き始める

☆シーン18 下線部⑫で信介は「親父は俺の気持ちなんか全然わかっていない！昔からそうだ！」と、シーン36 下線部⑫では「もっと親父と話せばよかった」と言いました。私たちは家族や周りの人との関係をよりよくするために、もっとできることはあるでしょうか。(例)のように、あなたの身近な方の名前を に、その方との関わりの状況を色で塗ってみましょう。次に、下の表に、その人の名前を書き、その人との関係をよりよくするために何ができるかを考えてみましょう。



名 前	その人との関係をよりよくするために何ができますか？
(例) (おじいさんの) 太郎さん	(例) 週末に訪問をして、おじいさん自身のことや先祖の話を聞く機会を持つ。

(4) 解説 I 認知症について

ア 認知症高齢者数の推計

県内では、平成24年時点で、認知症高齢者の人が約19万人（高齢者の約15%）、正常と認知症との中間の状態の軽度認知障害の人が約17万人（高齢者の約13%）と推計され、高齢者の約4人に1人が認知症か、その予備軍と考えられます。平成37年には、認知症高齢者の人が現在の約1.5倍以上の約30～33万人（高齢者の約19.0～20.6%）になると見込まれています。また、認知症高齢者のうち、何らかの介護・支援が必要な人を推計すると、平成27年の15万3千人から平成37年には20万5千人と急速に増加すると見込まれます。

イ 認知症とは

脳は、私たちがスムーズに社会生活できるように精密に働いています。もしうまく働かなくなったら精神活動も身体活動もスムーズに運ばなくなります。認知症とは、いろいろな原因で脳の細胞が死んでしまったり、働きが悪くなったりするために様々な障害が起こり、生活するうえで支障が出てきた状態です。認知症の状態をきたす病気は多彩です。一般的には、①内科疾患や脳外科疾患が原因で生じる認知症の状態と、②神経変性が緩徐に進行して認知症の状態になる疾患や、突発的な脳血管障害の結果、急速に生じる血管性認知症に分かれます。認知症をきたすあらゆる原因の中で最も多いのがアルツハイマー型認知症、次いで血管性認知症です。それからレビー小体型認知症、前頭側頭型認知症となります。血管性の認知症に対して、アルツハイマー型認知症、レビー小体型認知症、前頭側頭型認知症は神経変性疾患による認知症と呼ばれます。また短時間で状態が変動する場合はレビー小体型認知症などの認知症以外に意識障害（せん妄など）や精神障害の場合があります。

ウ 認知症が疑われる症状

認知症が疑われる状態としては以下のような変化があります。

- ①注意集中力（複雑性注意）の低下：電話番号や住所など、新しい情報を一時的に覚えておく事が難しい、暗算ができない。
- ②段取りや計画性（実行機能）の低下：旅行の計画やいろいろな計画を立てるのが面倒になってやめてしまう。
- ③新しいことを習得する力と記憶力（学習と記憶）の低下：何度も同じ話をする。日時、季節がわからない。
- ④言語能力（言語）の低下：何を言っているのかも分からず、何を言えば良いかもわからない。
- ⑤正しく認識して行動する力（知覚 - 運動）の低下：集中していないと、道に迷ったり、もとに戻ったりしてしまう。駐車が以前より下手になる。

⑥社会性（社会的認知）の低下：他の人に関心をもたない、または1つの話題にこだわる。家族または友人に配慮せずに行動する。

（出典：日本精神神経学会（日本語版用語監修）、高橋 三郎・大野裕（監訳）：DSM-5 精神疾患の診断・統計マニュアル、医学書院、2014：一部改変）

上記に該当する状態で心配があれば、かかりつけ医や身近な医療機関、15ページにある相談窓口にお問い合わせましょう。

エ 認知症チェックシート

認知症チェックシートは、認知症の可能性について、ご自身やご家族などの身近な方がチェックすることができます。ただし、あくまで目安ですので、疑いがあれば医療機関を受診してください。以下のアドレスで見ることができます。

- 兵庫県高齢対策課
<http://web.pref.hyogo.lg.jp/kf05/documents/27checksi-to.pdf>
- 健康ひょうご21 県民運動ポータルサイト
http://www.kenko-hyogo21.jp/selfcheck_top/kokoro_ninchisyo/

オ 認知症の治療法

認知症の状態をきたす原因となっている疾患に対して、内科治療や脳外科治療を行います。内科疾患としては、甲状腺機能低下症、糖尿病、反復性低血糖、高度の貧血、栄養障害、うつ病などがあり、脳外科疾患としては、慢性硬膜下血腫、正常圧水頭症、脳腫瘍などがあります。これらの疾患に対し、医療機関において精密検査を実施し、原因の鑑別診断を行います。治療可能な状態であれば原因の治療と支援を行い、神経変性疾患によるものであれば支援や薬で進行を遅らせる対応を行います。

非薬物療法としては、生きがい、趣味、運動、バランスのよい栄養、休養などの視点をバランスよく組み合わせること、血管性認知症に関しては、規則正しい生活習慣と生活習慣病のコントロールによる予防が最も重要となります。

BPSD（認知症の行動・心理症状）への対応としては、薬物療法（向精神薬使用）よりも非薬物療法が優先するとされています。認知症の状態をよく理解した対応をこころがけることでBPSDの予防になると考えられます。

（出典：「4DAS認知症高齢者に対する効果的な機能訓練」、「認知症介護研究・研修仙台センター続・初めての認知症介護（徘徊・興奮暴力・帰宅願望編）解説集」、「かかりつけ医のための向精神薬使用ガイドライン」など）

カ 若年性認知症

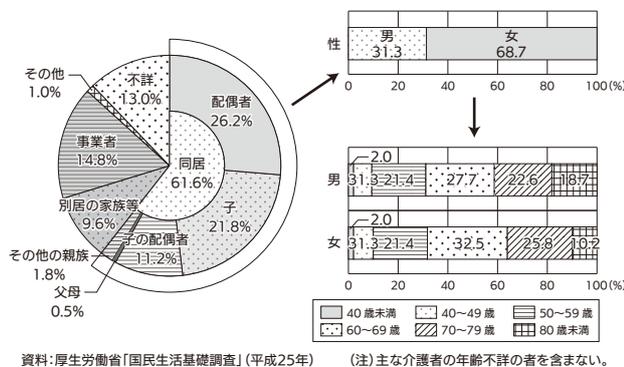
認知症は高齢者に多い病気ですが、年齢が若くても発症することがあり、65歳未満で発症した場合を「若年性認知症」といいます。仕事・家事・子育てのキーパーソンの世代で、ご本人だけでなく、家族の生活にも影響します。少しでも疑問や不安があれば、早めに相談をすることが大切です。

解説Ⅱ 認知症の人の介護について

ア 介護の現状

内閣府の「平成27年版高齢社会白書」によると、要介護者等から見た主な介護者の続柄をみると、6割以上が同居している人が主な介護者となっています。その主な内訳をみると、配偶者が26.2%、子が21.8%、子の配偶者が11.2%となっています。また、性別については、男性が31.3%、女性が68.7%と女性が多くなっています。要介護者等と同居している主な介護者の年齢についてみると、男性では69.0%、女性では68.5%が60歳以上であり、いわゆる「老老介護」のケースも相当数存在していることが分かります。

要介護者等から見た主な介護者の続柄



イ 認知症の人の行動を理解するヒント

認知症の人の介護では、症状が「なぜ」起きるのかを理解できるかどうかポイントです。そのガイドとなるのが「認知症をよく理解するための9大法則・1原則」です。

認知症をよく理解するための9大法則・1原則

第1法則「記憶障害に関する法則」

新しいことが覚えられず、経験したことも忘れるが、過去の記憶は残る。

第2法則「症状の出現強度に関する法則」

身近な人に対するほど、強い症状を見せる。

第3法則「自己有利の法則」

自分が不利になることは、決して認めない。

第4法則「まだら症状の法則」

「しっかり」と「おかしい」がこぼれまじる。

第5法則「感情残像の法則」

認知症になっても、感情は残る。

第6法則「こだわりの法則」

1つのことにこだわり、やめない。

第7法則「作用・反作用の法則」

対応が強いほど、反応も強くなる。

第8法則「症状の了解可能性に関する法則」

難しい症状も、認知症の人の立場で見ると分かる。

第9法則「衰弱の進行に関する法則」

認知症の人の老いは、早く進む。

介護に関する1原則

認知症の人の世界を理解し大切にす。

これにより、「認知症の人の複雑な言動が、シンプルに理解できる」「なぜそのような行動をするのか」意味が分かってくる」「法則を頭に入れておくと、困った時どう対処すればよいか分かる」「症状を、客観的に受け止められるようになる」など、認知症の人への理解が深まり、介護に余裕が生まれます。

（出典：主婦の友社『よくわかる認知症ケア』監修 杉山孝博）

ウ 認知症の人の気持ち

認知症の人たちが心理的に求めていることとして、5つの要件が挙げられます。それは「なぐさめ（安定性）」「愛着（きずな）」「帰属意識（仲間に入りたい）」「たずさわること（役割意識）」「その人らしさ（物語性）」の尊重です。

（出典：中央法規『認知症ケアの心 ぬくもりの絆を創る』長谷川和夫）

こうした心理的欲求は、通常の人にも見られるものですが、これらは小さいレベルではあっても日常生活で満たされているものです。

しかし、自分の求めていることを言葉で表現できなかったり、あるいは自発的に行動ができない状態にあたりする認知症の人たちにとって、こうした心理的ニーズは大きくなります。

また、平成18年に京都市において、認知症の方々が集まり「本人会議」が開催されました。そこで、認知症の方々自らによって次のアピールが発表されました。

認知症の人 本人会議アピール

本人同士で話し合う場を作りたい

1. 仲間と出会い、話したい。助け合って進みたい。
2. わたしたちのいろいろな体験を情報交換したい。
3. 仲間の役に立ち、はげまし合いたい。

認知症であることをわかってください

4. 認知症のために何が起きているのか、どんな気持ちで暮らしているのかわかってほしい。
5. 認知症を早く診断し、これからのことを一緒に支えてほしい。
6. いい薬の開発にお金をかけ、優先度の高い薬が早く必要です。

わたしたちのこころを聴いてください

7. わたしはわたしとして生きていきたい。
8. わたしなりの楽しみがある。
9. どんな支えが必要か、まずは、わたしたちに聞いてほしい。

10. 少しの支えがあれば、できることがたくさんあります。

11. できないことで、だめだと決めつけないで。

自分たちの意向を施策に反映してほしい

12. あたり前に暮らせるサービスを。

13. 自分たちの力を活かして働き続け、収入を得る機会がほしい。

14. 家族を楽にしてほしい。

家族へ

15. わたしたちなりに、家族を支えたいことをわかってほしい。

16. 家族に感謝していることを伝えたい。

仲間たちへ

17. 暗く深刻にならずに、割り切って。ユーモアを持ちましょう。

(出典：公益社団法人 認知症の人と家族の会ホームページ)

エ 介護のコツ

毎日の暮らしの中で介護をされている家族の方には、「こんなに一生懸命やっているのに、どうして言うことを聞いてくれないのか」とイライラし、心身ともに疲れ果てて、怒りになって表れてしまうこともあると思います。そこから抜け出す介護のコツを集めたのが、「上手な介護の12カ条」です。

上手な介護の12カ条

- ① 介護情報を集め、よく知る。
- ② 自分を追いつめず、割りきる。
- ③ 認知症の人に合わせ、演技を楽しむ。
- ④ 過去にこだわらず、現在を受け入れる。
- ⑤ 一人で力まず、サービスを利用する。
- ⑥ 地域ぐるみで介護する。
- ⑦ 仲間を見つける。
- ⑧ ほっと一息つける時間を持つ。
- ⑨ いろいろな人の手を借りる。
- ⑩ 認知症の人のペースに合わせる。
- ⑪ 認知症の人の立場で考える。
- ⑫ 自分の健康にも気をつける。

(出典：主婦の友社『よくわかる認知症ケア』監修 杉山孝博)

これらにより、介護者の意識が変わり、認知症の人の混乱（問題行動）が少なくなり、楽な気持ちで介護ができるようになります。

オ 介護休業・介護休暇

介護休業では、家族の介護のために最大93日の休暇が認められています。その休暇中の賃金に関しては、雇用保険から最大40パーセントの給付金が認められています。介護休暇では、家族の病気や怪我、精神的な疾患などで介護が必要になった時、年間に5日、

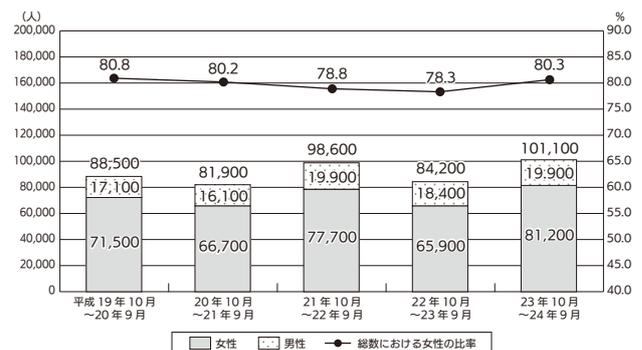
複数いる場合は10日取得できるようになっています。

厚生労働省の「平成25年度雇用均等基本調査」によると、常用労働者（正社員や有期雇用でも1年以上勤めている人など）に占める介護休業者割合は、0.06%であり、男女別にみると、女性は0.11%、男性は0.02%となっています。また、介護休業者の男女比は、女性82.4%、男性17.6%でした。一方、平成23年度と同調査では、常用労働者に占める介護休暇取得者の割合は、0.14%であり、男女別にみると、女性は0.22%、男性は0.08%となっています。また、介護休暇取得者の男女比は、女性64.0%、男性36.0%でした。

カ 介護離職

内閣府の「平成27年版高齢社会白書」によると、家族の介護や看護を理由とした離職・転職者数は、平成23年10月から24年9月の1年間で、101,100人でした。とりわけ女性の離職・転職者数は、81,200人で、全体の80.3%を占めています。

要介護者等から見た主な介護者の続柄



資料：総務省「就業構造基本調査」（平成24年）

また、男女・年齢別にみると、男女ともに50代及び60代の離職・転職がそれぞれ約7割を占めています。

厚生労働省は、介護離職の背景には、介護休業等の制度が十分に活用しやすいものになっていない点があると指摘し、介護休業制度の見直し作業を進めています。

キ 介護サービス

介護保険制度は、高齢者の介護を社会全体で支える制度です。40歳以上の方が、介護保険料を納め、介護や支援が必要になった場合、費用の一部を負担することにより、介護サービスを利用することができます。

介護サービスを利用するためには、まずは申請をして「介護や支援が必要である」との認定を受けることが必要です。認定には、日常生活動作について、いつも介護が必要な「要介護」、日常生活に手助けが必要な「要支援」があります。

要介護（要支援）状態区分には、要介護1～5、要支援1・2の区分があり、介護の必要度に応じて、利用するサービスの種類・量が決められています。介護

サービスには、ホームヘルパーや看護師などが自宅を訪問したり、デイサービスセンターなどに通い、入浴、食事の提供や機能訓練などのサービスを受けることができます。その他、車いす、特殊寝台、入浴補助用具等の福祉用具の貸与・販売や、自宅の手すりの取り付けや段差解消などの住宅改修、特別養護老人ホーム等の入所、その他様々なサービスが用意されています。

＜在宅サービス＞ ※①～⑮については、「要介護」「要支援」の方が利用できます。⑯、⑰は「要介護」の方のみ利用可能です。

①訪問介護（ホームヘルプサービス）、②訪問入浴介護、③訪問看護、④訪問リハビリテーション、⑤通所リハビリテーション（デイケア）、⑥在宅療養管理指導（医師などによる訪問診療管理指導等）、⑦通所介護（デイサービス）、⑧認知症対応型通所介護、⑨短期入所生活介護（ショートステイ）、⑩短期入所療養介護（ショートステイ）、⑪福祉用具貸与及び（特定介護予防）福祉用具販売、⑫住宅改修、⑬特定施設入居者生活介護（有料老人ホームなど）、⑭小規模多機能型居宅介護、⑮認知症対応型共同生活介護（グループホーム）、⑯ミドルステイサービス、⑰緊急ショートステイサービス

＜施設サービス＞

※「要介護」の方のみ利用可能です。

①特別養護老人ホーム、②老人保健施設、③療養病床等
 （出典：『認知症ハンドブック』神戸市認知症疾患医療センター（神戸大学医学部付属病院内）編）

サービスの内容は、右欄の相談窓口でお尋ねください。

ク 認知症サポーター

認知症について正しい知識をもち、認知症の人と家族を温かく見守る応援者です。「オレンジリング」を身につけると介護者が、ちょっと手伝って欲しいと思うときに、声をかけやすいような目印になります。例えば、認知症の人と家族の気持ちを理解し、見守り、声かけ、手助けをするなどです。認知症サポーターになるには、市町が住民、企業、学校向けに開催する「認知症サポーター養成講座」を受講します。認知症サポーターには、認知症の人を支援する目印となる「オレンジリング」が渡されます。新オレンジプランの中で「学校教育等における認知症の人を含む高齢者への理解の推進」が明記され、厚生労働省老健局長から各都道府県教育委員会教育長等へ認知症施策の普及・啓発に関する取り組みに係る協力依頼が発出されています。認知症サポーター養成講座の開催日等は、お住まいの市町高齢福祉担当課にお問い合わせください。以下のアドレスで見ることができます。

<http://web.pref.hyogo.lg.jp/kf05/27nintishousp.html>

ケ 認知症に関する相談窓口

「認知症かな？」と思ったり気になったりする方は、まずは、**かかりつけ医**などの身近な医療機関にご相談ください。病状に応じ必要な専門医療機関につながります。

その他の相談窓口

認知症コールセンター

認知症について不安に思ったときに、お住まいの地域の相談機関や受診方法を紹介する相談窓口です。

電話番号	相談日	相談時間
#7070 【なせなせダイヤル】 (0791-58-1106)	月～金曜	10:00～12:00 13:00～16:00

※#ダイヤルは携帯電話、IP電話からはつながりません。その際は（ ）の番号におかけください。
 ※通話料がかかります。相談日は年末年始・祝日を除きます。

兵庫県民総合相談センター

介護の経験者による介護の悩みや心配事の相談、看護師による介護方法等に関する相談窓口です。

☎078-360-8477

窓 口		相談日	相談時間
認知症 高齢者 相談	家族の会会員 による相談	月・金曜	10:00～12:00 13:00～16:00
	看護師等による 相談	水・木曜	13:00～16:00

※相談日は年末年始・祝日を除きます。

認知症相談センター

兵庫県では全市町に認知症相談センターが設置されるよう支援しています。各市町認知症相談センター等の一覧は以下のアドレスから見ることができます。

<http://web.pref.hyogo.lg.jp/kf05/documents/2801centerichiran.pdf>

ひょうご若年性認知症生活支援相談センター

若年性認知症の本人と家族の様々な相談を市町及び医療・福祉・就労等の関係機関と連携し相談を受けています。

電話番号	相談日	相談時間
078-242-0601	月～金曜	9:00～12:00 13:00～16:00

※相談日は年末年始・祝日を除きます。

健康福祉部高齢社会局高齢対策課地域包括ケア推進班

兵庫県の担当部署です。

電話：078-341-7711（内線2948）



平成 28 年 3 月 発行

兵庫県健康福祉部社会福祉局人権推進課

〒650-8567 神戸市中央区下山手通 5 丁目 10 番 1 号
TEL (078) 362-9135 FAX (078) 362-4266

公益財団法人兵庫県人権啓発協会

〒650-0003 神戸市中央区山本通 4 丁目 22 番 15 号
TEL (078) 242-5355 FAX (078) 242-5360
URL <http://www.hyogo-jinken.or.jp>