

はじめに

正夫さんの場合

◆え、俺が!?

20××年のある日、諏訪中央病院にて

「ごく初期のアルツハイマー型認知症です」

「えっ、主人が!?!」

「えっ!?! お、俺が認知症・・・!」

「これから少しでも進行を遅らせる治療やケア、そして認知症を抱えながらもあなたらしく生きていく、そんなあなた自身の努力と周りの協力が必要になります」
(※1)

「この人のために何をしたら・・・」

「そうですね、奥さん、ご本人にとっても奥さんにとっても大変ショックな結果だと思えます。今後の治療についてはこちらへご紹介いただいた赤岳先生に引き続きお願いしましょう(※2)。そして保健福祉サービスセンターにご相談なさってください」

「は、はい、分かりました」

◆俺もほっとしてたとこなんだが

保健福祉サービスセンターにて(※3)

「自分じゃあ忘れて忘れてしょうがなくって、どうしてこんなに忘れるのかと思ってただが・・・」

「それで赤岳先生にお願いしたら中央病院へ紹介してくれて、検査の結果認知症だと。でもまだごく初期なんだそうです」

「そうですか、正夫さん。正夫さんには支え合いの活動(※4)のことでは本当にお世話になりましたねえ」

「おお、あれは若え衆に引き継ぎができたし、うちのばあちゃんも家で大往生ができてなあ・・・」

「そうでしたねえ、おばあちゃん、穏やかな最期だったそうですね」

「あの時は赤岳先生と中央病院の先生が協力して往診してくれてよ、看護師さんやヘルパーさんにも世話になって、ばあちゃん、ありがとなってかみさんに礼を言って眠るように逝っただよ(※5)。まあそんなこんなで俺もほっとしてたとこなんだが・・・まさか自分が認知症って言われるなんてなあ・・・何事も我が事(※6)っっちゃうのはこのことずらなあ・・・」

「私もこの人がまさかそんなことになるなんて・・・」

「とても困惑してしまいますよね。私たちにできることでサポートさせてください。まずは当面の対応を一緒に考えるチーム(※7)を派遣します。それと地区コミュニティセンター(※8)にも協力を依頼したいと思うんですがいいですか?」

「はい、よろしくをお願いします」

「おう、頼むぜや」

◆正夫さあはこの住民だで

自宅にて、認知症初期集中支援チーム、地域の関係者らと

「最近はやることもなくて家にいたからなあ」

「それでもまだ軽い段階すら？そう言われりゃよく物忘れするなと思ってただが」

「区長、それだわ、まだいろいろはちゃんとやれるんだけど、忘れることが多すぎてなあ」

「いろいろやれるんだったら、正夫さあ、正夫さあが始めてくれたお助け隊(※9)、また手伝ってくれねえか。俺たちも一緒にやるからよ」

「それと、公民館でもう一度認知症の勉強会を開いてみたらどうだい、区長。正夫さあのことは人ごとじゃねえし、正夫さあがここで暮らしていくのに困らないですむようにみんなで改めて理解を深めておくだぞ」

「それはいいですね。サービスセンターの方で講師を依頼しますよ」

「まだまだ正夫さあ、やれるうちはやれっちゅうことすら。認知症だなんだって言ったって正夫さあはこの住民だし俺たちの仲間だで、まだ活躍してもらわにゃ」

「そうだな、家にこもってちゃいけねえんだったな」

「奥さん、ご主人の場合、まだ記憶の障害が目立つだけなので、そこのところは奥さんが上手にカバーしながら、ご主人の持っている個性や力を十分発揮できるようにサポートしてあげてください。何かあったら私たち支援チームがいつでもご相談に乗りますよ」

◆正夫さん、やってみてくれない？

民生児童委員(※10)さんがやって来た

「こんにちはー、正夫さん、元気でやってる〜？」

「おお、おめさんかい。元気だぞ、認知症の初期だって言われちまったがな」

「ところで正夫さんさあ、絵手紙やってたわよね」

「今でもやってるぞ、特に認知症って言われてからは頭の体操だと思ってな。辞書は必須だがな、ははは」

「確か腕はよかったよねえ、正夫さん。おばあちゃんが書がうまかったからその血を引いてるんだよね。ところであのね、別の地区のコミュニティでやってるサロン(※11)で、ボランティアで絵手紙教えてくれる人捜してるのよお〜。この前ひと・まちプラザ(※12)へ用事で行ったらね、そういう話があってね。ねえ、正夫さん、お願い、やってみてくれない」

「俺が教えるのか!？」

「ま、とにかく担当者の話をきいてみてよ、ねっ！頼みます、お願い！」

◆あれ!?時夫じゃねえか

茅野市ひと・まちプラザにて

「へっへ〜、おじさん！」

「あれ!?時夫じゃねえか」

「そうなんだよ、あの時不登校だった時夫だよ(※13)」

「おめえがそのサロンの担当者か？」

「そうなんだよ。僕さ、あの頃、発達障害（※14）って診断されて、それで学校や近所の人やサービスセンターの人たちにすごくお世話になってさあ。で、大学も卒業できて、今大人になって茅野に戻ってきたんだよ」

「おう、妹からそう聞いてたぞ、確か」

「あの頃はさあ、特にこども館 CHUKO らんどチノチノ（※15）ってところが僕の居場所になってさ、今ではそこの運営を手伝ったり、地区のサロンも社会福祉協議会（※16）の人と一緒に僕らで始めたんだよ」

「ほおゆ〜か、おめえ、頑張ってるなあ」

「でさ、今度の企画でボランティアが欲しくて、ゆいわーく茅野（※17）に登録してたんだよ。でもまさかおじさんがひっかかってくるなんてねえ〜（笑）」

「でもよ、俺もよ、認知症だなんて言われちゃっただぞ、そんな教えるなんてなあ」

「大丈夫、まだ軽いっていうじゃない。ね、お願いだよ、助けてよ。絵具とか紙とか、僕の知り合いが勤めてる会社で地域貢献だって補助金出してくれることになってるし」

◆正夫さあ、うちの区でもサロンちゅうやつを始めてえだが

茅野市社会福祉協議会のコミュニティソーシャルワーカー（※18）を囲んで

「他の地区や区でも始めるところが増えてるらしいな」

「そういや正夫さあ、どっかの地区のコミュニティのサロンの手伝いしてるちゅうじゃねえか」

「ああ、ボランティアでな」

「どんな感じだい」

「そこの年寄りが集まってきてにぎやかにお茶飲んだり、おしゃべりしたり、行事を楽しんだりしてるぞ」

「ほうかえ」

「認知症の予防の体操やったりもしてるぜ。俺は絵手紙の先生をそこでやってるだ」

「おれらの区でもやっていきたいんだがな」

「それはええな」

「かしこまらずに、気楽に集まれる場所になるといいな」

「そこにいけば誰かいてくれて、お茶が飲みりゃいいねえ」

「年寄りばかりじゃなくて、うちじゃ子どもたちも来てくれりゃいいな」

「そう言やあ、あそこのアパートにも子どもが何人かいて、うちの孫とも仲がいいみたいだで誘い合ってみんなで来てくれるといいじゃねえか」

「そうだな、あのアパートの人たち区に入っていない人がほとんどだが、区に入ってる、入っていないは関係ないでなあ。みんな一緒だ」

「子どもたちが来るんなら、ほれ、隣の区の白樺さん、元は学校の先生だで勉強をちょっくら教えてくれるといいな〜」

「市内に昔の遊びを教えるサークルがあるらしいで、そういう人らに来てもらえば子どもたちも喜んで来るんじゃねえか」

「土日とか夏休みなんかは、趣味で手品とか天体観測とか自然観察とか虫取りとかやってる人らあのグループに声かけて代わる代わる来てもらえると楽しいぜ」

「じゃあそれはゆいわーくで聞けばいいな」

「そんなときに、俺たちもちったあ勉強して、介護保険のこととか教えてもらえりゃいいなあ」

「名前もサロンっていうんじゃないくてなんか楽しそうな名前にしたいなあ」

「あんたら社協だけじゃなく保健師さんたちも顔を出してくれるすら」

「もちろんですよ」

「そいつはありがてえ。正夫さあ、正夫さあも地元のサロンだで手伝ってくれや」

◆二人三脚でいいすら～

数か月後、赤岳先生の診察室にて

「あれからあんまり進んだ感じがしないねえ、正夫さん」

「私からみてもそう思います。むしろ以前より活気が出て、笑顔も増えたように思うんです。今日も昼から私が運転手兼かばん持ちで絵手紙の指導に行くんです。明日はゴミ出しのお手伝い。暇があれば区の公民館のサロンに顔を出して、それと最近は買い物に行きたくても行けない近所の人たちのことをどうしたらいいかって話し合ってるみたいです。私もサロンで子どもたちのために食事の準備を一緒にやったりとか・・・結構忙しいんですよ、これが（笑）」

「夫婦二人三脚でいいですね～」

「いいすら～、先生、かみさんが助けてくれるおかげで大事な予定や持ち物を忘れねえですむし、助かるぜー。これもかみさんと地域みんなのお陰っちゅうもんすら」

「そうですね。正夫さん、お話を伺ってるとなんだか丸ごと（※19）地域とつながって、いろんなネットワークの力に支えられて（※20）、そして一方じゃ正夫さんなりに地域を支えてるって感じですね」



解説<これから 10 年後の茅野市では>正夫さんの場合

◆え、俺が!?・・・20××年のある日、諏訪中央病院にて

正夫さんはごく初期の認知症と診断されます。

認知症に限らず、いろいろな健康問題に関する知識・情報がさらに地域に浸透して、特に認知症は早期に診断され、そして本人、家族に告知されます。認知症の人が市民の一人として人生を全うするためには、地域のみinnで支え合う環境が整えられなければなりません。告知を受け、周囲がそれを共有することがその前提の一つとなります。

このあとの展開からみて、正夫さんの認知症が本当に軽い段階のものだと分かると思います。こうした段階で診断できるしくみを茅野市では作り上げていきます。

そしてこれらの病や障害のある本人・家族のための支援が地区コミュニティセンターと保健福祉サービスセンターを窓口として展開していきます。

◆俺もほっとしてたところなんだが・・・保健福祉サービスセンターにて

2つの相談窓口について

最も身近な相談窓口として、地区コミュニティセンターがあります。ここは身の回りのよろず相談窓口としての機能を果たします。地元出身の職員を配置しているため、地域の諸事情に比較的精通しており、話が通じやすいメリットがあります。ここでは問題解決をするのではなく、関係部署へのスムーズな連携がその主な役割です。お茶を飲みながら、だれでも井戸端会議などができる環境を目指します。

一方、正夫さんが訪れた保健福祉サービスセンターは保健や福祉の専門家のいる相談窓口です。専門的な立場から、より具体的で親身なケアマネジメントに取り掛かっています。

まずは必要なサービスを起動し、より身近な地域や公民館レベルでのサポート体制が構築されていきます。

正夫さんのことは個人情報ではありますが、正夫さんの今後の生活を支えるために関係者で共有が必要ですし、情報の扱いがきちんとしていけば、正夫さん自身も安心して協力・サポートをお願いしていくことができます。

正夫さんの母親はご自宅で最期を迎えられました。住み慣れた家で安楽に最期の生活を送ることができるしくみが整えられています。

認知症の診断は正夫さんにとっては青天の霹靂的出来事ではありますが、何らかのハンディを負った人やいろいろな不安を抱える人たちを身近な地域でどう受け止めてサポートしたら本人が望む人生を歩んでいくことができるか、それを本人と地域の関係者みんなで一緒に考えていくしくみがあるので、正夫さんも「何事も我が事うちゅうのはこのこと」と今回のことを受け止められるのです。

◆正夫さんあはこの住民だで・・・自宅にて、認知症初期集中支援チーム、地域の関係者らと

地域でのケア会議の場です。

皆で知恵を出し合っってこれからのケアプランを考えます。

そして大事なことは、地域の誰も正夫さんを特別視したり排除したりしようとしていないことです。

住民の一人として受け入れ、支援を受ける側としてだけではなく、支援を提供する側へも巻き込むことで、共にこれからの日々を過ごしていこうという気持ちに満ちています。

勉強会の開催の提案に対してもアイデアや知恵をたくさん持っている担当者がさっそく関係各所に結び付けようとしています。

そして専門家たちのサポートが家族にも本人にも、とっても心強い味方になっていきます。

◆正夫さん、やってみてくれない？・・・民生児童委員さんがやって来た

民生児童委員やお助け隊など、その他の地域の関係者が常に連携をとり、網の目状のネットワークを張っていて、それを利用した情報のやり取りが人と人とを結びつけます。

必ずしも地縁に基づいた関係づくりだけでなく、多彩なニーズ、テーマによって離れた地域の人たちが関係を結ぶ、そんな関係づくりがこれからの支え合いをさらに豊かにします。

◆あれ!?時夫じゃねえか・・・茅野市ひと・まちプラザにて

違う場所、違う立場、違う世代の人と人出が会い、つながっていく場として市民活動センター「ゆいわーく茅野」は貴重な存在です。これまでの福祉という分野に限らず、もっと大きな意味での社会福祉というとらえ方により、様々なテーマで人が集まり、自分と仲間と地域の生活を豊かにする、そんなネットワークの要の一つとして市民活動センター「ゆいわーく茅野」が機能しています。

発達障害の甥が教育関係の人々や地域の近隣住民に支えられ、小学校から大学を卒業するまで成長し、今度は自分が支える側にも立っていく、そんな循環も地域に生まれています。これまで、地域住民の人々が認知症の勉強会を一生懸命して彼らを理解しようとしてきたように、生活困窮の原因ともなりうる知的障害、発達障害の人々やその家族に対してもその理解を深め、特別視したり排除したりしようせず、手を取り合っって暮らしていくことが地域社会の充実に欠かせません。

また商工会や事業所企業倫理として地域福祉・地域貢献のためにさまざまな支援をしていく時代になりました。それらをうまく活用して時夫はサロンの運営をしているのです。地域福祉と言えば「多職種連携」が取り上げられるのが現状ですが、企業・商店等もネットワークに組み込んだ「多業種連携」の時代が目の前までやってきています。

◆正夫さあ、うちの区でもサロンっちゅうやつを始めてえだが・・・茅野市社会福祉協議会のコミュニティソーシャルワーカーを囲んで

正夫さんの区でもサロンを開こうという相談が始まりました。正夫さんもその相談の大事なメンバーとして、今やすっかり地域の活動に復帰して活躍しています。

自分たちでどんなものにしたいか相談しますが、話がどんどん膨らんで盛り上がっていきます。そして地区コミュニティセンター、保健福祉サービスセンター、茅野市社会福祉協議会などがそれを支援してくれます。

正夫さんたちのサロンはさて、どんなものになるのでしょうか。

◆二人三脚でいいすら～・・・診察室にて

正夫さんは家族や、住んでいる近所の人々のサポートを受けながら、自分がまた一方で主人公としての人生を歩んでいきます。そしてそれがまた周囲の人々への支援にもなっていく・・・市民の誰もがそんな主体的な人格を持つ個人として、支えられ、支えつつ人生を全うしていく、そんな生き方ができるまち、これこそ第3次福祉21ビーンズプランが目指す茅野市の姿なのです。

※1 認知症

認知症は本人にとっても、家族にとっても、社会にとっても大切な問題です。

茅野市では今後認知症の人やその家族をどのように支え共に歩んでいくのか、あるいはどのように認知症予防を行っていくか、それについては認知症部会が検討を行い、その結果を報告しています。⇒参考P100「認知症部会」

※2 ご紹介いただいた赤岳先生に引き続きお願いしましょう

認知症が疑われた場合かかりつけ医から病院での専門的な診察・検査・診断にスムーズにつなげられるしくみを「認知症診断パス」と呼んでいます。検査・診断の結果は紹介元のかかりつけ医に伝達され、その後は引き続きかかりつけ医のもとに通院して治療・ケアを受けます。⇒参考P102「認知症診断パス」

※3 保健福祉サービスセンター

「身近なところで」、「困ったことがあればどんなことでも受け止めてくれる」、といった市民の声にもとづいて、茅野市が全国に先駆けて市内の4か所に設置したセンターです。ここでは子どものことから高齢者（いわゆる0～100歳）の介護や生活のことで何か困ったら、なんでも相談にのってもらえます。保健や福祉の専門家が常駐していて、安心して暮らせる地域づくりにも取り組んでいます。⇒参考P24「保健福祉サービス地域」

※4 支え合いの活動

地域福祉行動計画に基づいて正夫さんたちが始めた身近な地域での支え合いの活動を指す（第2次福祉21ピーナスプランの冒頭「正夫さんの場合」参照）。ゴミ出し、雪かき、買い物などなど、高齢、一人暮らし、障害などで日常生活に困る事に対してご近所同士で助け合い支え合う活動を行っています。⇒参考 P31「地区社会福祉協議会と福祉推進委員」

※5 ばあちゃん、・・・眠るように逝っただよ

茅野市では一人ひとりがどのような最期を迎えるのか、そのことをずっと大切に考えてきました。自宅で最期まで過ごしたい、という方には医療・看護・介護の関係者が連携してそれを支えるしくみを整えています。⇒参考 P25「その人らしい暮らしを支援する」

※6 我が事

どうしても福祉のことは他人事になりがちです。「福祉の世話になりたくない」「福祉は特別なことだ」ではなく、みんなで支え合っていくことが、これからの地域福祉です。そのためには、障害のこと、認知症のこと、生活困窮のことなど、私たち一人ひとりの我が事として受けとめていくことが大切です。⇒参考 P56「ワンポイント「我が事・丸ごと」の地域づくり」

※7 当面の対応を一緒に考えるチーム

「認知症初期集中支援チーム」のこと。

認知症と診断されて戸惑う、特に初期段階の本人・家族に対して専門家によるチームが指導・アドバイスなどのサポートを行う。茅野市では各保健福祉サービスセンターに配置されている。⇒参考 P102「認知症初期集中支援チーム」

※8 地区コミュニティセンター

各区・自治会における住民主体の「地域づくり」を支援する要として、市内の10地区ごとに設置された拠点で、ここには行政職員を配置しています。⇒参考 P65「地域コミュニティ推進体制図」

※9 お助け隊

※3の支え合いの活動を実践するチームの名称。

※10 民生児童委員

一般的には、民生児童委員と言いますが、正式には、民生委員と児童委員は別のもので、日本で民生委員制度が発足して、平成29年（2017年）には100周年を迎えました。古くから地域福祉を支えてきた制度です。民生委員が担当する地区のなかで、困っている人がいないか様子を把握したり、何かあれば相談にのって、専門の組織につなげてくれます。民生委員は児童福祉法による児童委員も兼ねており、まさに生涯を通じて地域の安心を見守ってくれる大切な役割を果たしてくれています。現在（平成30年（2018年））茅野市には、111名の民生委員・児童委員と主任児童

委員が 15 名います。

※11 サロン

サロンといっても美容院ではありません。身近な地域で「集まって交流できる場」のことです。高齢者が集まるサロン、子育て中の親や子どもが集まるサロン、障害のある人たちが集うサロン、あるいは地域の誰もが集えるサロンなどいろいろな種類があります。茅野市では以前から茅野市社会福祉協議会が呼びかけ、支援してきた主に高齢者を対象にしたサロンが 63 か所あります。交流だけでなく、健康づくりや学習会、地域貢献活動をしているのが特徴です。

※12 茅野市ひと・まちプラザ

市民活動センター「ゆいわーく茅野」、中部保健福祉サービスセンター、茅野市社会福祉協議会が入る茅野市の「福祉でまちづくり」の拠点となる複合施設です。

※13 時夫

正夫さんの甥（正夫さんの妹の息子）。

第1次福祉 21 ビーナスプラン冒頭の「正夫さんの場合」に登場しました。

物忘れが始まった母親をどうしたらいいか困ってしまった正夫さん、妹さんに電話をかけて昼間母親をみていてくれるよう頼むのですが、妹さんも困っていることがあって、そのうちの 하나가「うちの子（＝時夫）不登校で・・・」というものでした。

結局保健福祉サービスセンターの保健師らが正夫さんのお母さんのケアマネジメントを手掛け、その中で時夫のことも相談に乗ってくれたという顛末がそこで語られています。

※14 発達障害

最近、注目されている心身の状態です。1～2歳で発見されることもあり、この状態は、軽減するものの生涯続くと言われていています。「人付き合いが苦手」とか、「こだわりがある」などのため、生活をしていく上でそのしづらさが起こりやすい状態です。脳の機能の多様性とも言われていますが、まだその本態を医学的に証明できていません。その多様性を周囲の人が理解してあげられないことで、本人、家族にとって生活のしづらさが生じます。その人を「困った人」として避けてしまうのではなく、その人との付き合い方やまわりの理解や環境を整えることで、その人らしい素晴らしい力を発揮できます。周囲の人々の寛容性や理解がぜひ必要です。

※15 こども館 CHUKO らんどチノチノ

中学生、高校生世代の居場所として設置した施設です。運営主体はこども運営委員会が行い、規則の見直しや大きなイベントを計画した場合には、市民のサポート委員会との合同会議により意見交換を行いながら実施しています。

※16 社会福祉協議会

⇒参考P34「ワンポイント「社会福祉協議会」」

※17 市民活動センター「ゆいわーく茅野」

市民のみなさんの「まちを元気にしたい」、「だれかの役に立ちたい」、「何か面白いことをしたい」等の想いを応援する公民協働・交流の拠点です。⇒参考 P29「地区コミュニティセンターと市民活動センター「ゆいわーく茅野」」

※18 コミュニティソーシャルワーカー

施設や病院ではなく、地域のなかで生活が継続できるように、個人や世帯、まわりの地域に働きかけて、課題を解決していきます。これからの地域福祉では予防や早期発見が大切になってきます。またその人や家族を支えていくためのネットワークも重要です。そうした個別支援と地域支援をしていく福祉の専門家がコミュニティソーシャルワーカー（CSW）です。茅野市社会福祉協議会に配置されています。⇒参考 P62「ワンポイント「コミュニティソーシャルワーカー」」

※19 丸ごと

今までの社会福祉の制度は、児童福祉、高齢者福祉、障害者福祉というように、年齢や障害の有無や種別によって、細かく分けられていました。それぞれの法律で定められたサービスしか使えなかったのです。結果として、若年性の認知症の人、障害が軽度で手帳をもらえない人、土地や収入があっても片付けができずにゴミ屋敷になってしまっている人などは、特別なことが無い限り、制度の狭間になってしまい公的な支援ができなかったのです。そこを改善していこうと、ようやく国の政策も変わり始めました。茅野市ではそうしたことを無くすように、すでに20年前から福祉21ビーンズプランをつくり、生涯にわたって誰もが安心して暮らせるまちづくりを進めてきました。とはいえ、専門や団体・組織はまだまだ縦割りになりがちです。その人や世帯を「丸ごと」支援ができるチームが大切になっています。

※20 いろんなネットワークの力とは

社会関係資本（ソーシャルキャピタル）は、“ご近所の底力”や“地区住民が力を合わせる”などに繋がる関係性の力です。人々が他人に対して抱く「信頼」、お互いさまという「互酬性の規範」、人や組織の間の「ネットワーク（絆）」のことを指します。

