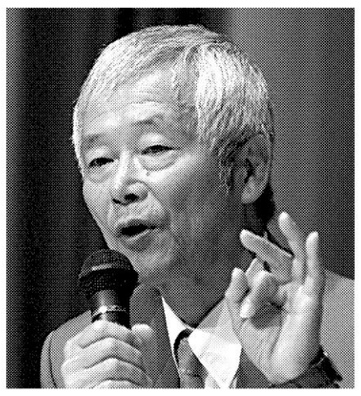
第1回 市民フォーラム 認知症サミット鳥取

認知症になっても安心して安全に暮らせるまちづくりを考える市民フォーラム「第1回認知症サミット鳥取」（同実行委員会主催）が16日にJR米子駅前の米子コンベンションセンターで開かれた。県内で認知症対策に取り組む行政担当者や専門職などによる活動報告、識者も加わったパネルディスカッションがあり、予防対策とともに専門機関と住民の協働で地域を支えるネットワークづくりを話し合った。

小田　貢氏
認知症サミット鳥取実行委員長
NPO法人がいなネット理事長

浦上克哉氏
鳥取大学大学院医学系研究科
保健学専攻病態解析学分野教授



山田修平氏
鳥取短期大学学長

荒木美都江氏
米子市福祉保健部長寿社会課主幹

認知症になっても安心して安全に暮らせるまちづくり

全国に発信―鳥取の情熱!!

認知症サミット鳥取実行委員長
NPO法人がいなネット理事長　小田　貢

鳥取県全体の認知症に対する取り組みは全国でもトップクラスであり、各行政単位、各自治体単位、各種専門職別に取り組まれてきたが、このような取り組みがさらなる次のステップに向かう必要があります。その“次のステップ”に進むためにはこれらのいろいろな行政、各種の団体などの枠（壁）をこえたオープンな意見交換ができる新しい場所が必要です。そのためのステージが「認知症サミット鳥取」です。いわゆる認知症に対する各種取り組みに関する総合的な鳥取県大会に相当するものです。

そしてこのような場で専門や立場の違いを超えた意見交換をすることにより、認知症に関する理解と認知症になっても安心して暮らせるまちづくり、認知症の皆さんを支えるネットワークの構築ができると思います。そしてこのような活動を積み重ねることによって、鳥取県から認知症に関するモデルが日本全国への発信することを可能にすると思います。

認知症の検診と予防教室の意義と課題
―認知症予防のできるまちづくりを目指して

認知症は高齢者にとって「一番なりたくない病気」といわれます。しかし現在、65歳以上の10人に1人がかかる身近な病気です。

アルツハイマー型認知症にはアリセプトという薬（対症療法薬）がありますが、根本治療薬も5種類が最終段階の試験に入っており、近い将来、治療可能な病気になると思います。

ただし、早期発見することが前提です。そこで、私たちはタッチパネル式コンピューターで手軽に検査できる「もの忘れ相談プログラム」を開発しました。

琴浦町ではこの機械を使った検診と予防教室を行い、医学的に明らかな認知症予防効果が確認できました。さらに昨年度は約760万円の介護保険費用削減効果がありました。

こうした取り組みが今、鳥取県から全国に広がっています。国は「認知症になっても安心して暮らせるまちづくり」を提唱していますが、同時に「認知症予防のできるまちづくり」が必要です。課題や偏見も多いですが、認知症を正しく理解し、積極的に検診や予防教室に参加していただきたいと思います。

最後に、自分でできる予防対策を紹介します。1つはトリゴネリンという成分に着目した「トリゴネコーヒー」で、私たちが臨床検討し、澤井珈琲が開発されました。もう1つはアロマです。昼はレモンとローズマリー、夜はスイートオレンジと真正ラベンダーの組み合わせが有効だと分かり、鳥大医学部発のハイパーブレインというベンチャー企業を設立して、「リ・ブレイン」というアロマオイルを販売しています。

高齢化が進む鳥取県は未来の日本の姿であり、ここでの取り組みは将来、全国で役立つはずです。このサミットで共有したものを、ぜひ地域で広げていただきたいと思います。

基調講演 浦上克哉氏

会場は同センターの小ホール。認知症に関心のある市民、専門機関や行政関係者約350人が参加した。

認知症診断の物忘れ相談プログラムを開発した鳥取大学大学院医学系研究科の浦上克哉教授が基調講演。各分野の活動報告を受けたディスカッションでは、NPO法人がいなネットの小田貢理事長をコーディネーターに、浦上教授、鳥取短期大学の山田修平学長や活動発表者が意見交換した。

壇上では「ご近所など地域とのかかわりが大事。あいさつをしよう」「家族が認知症に気付くための教育の場が必要」などの意見が出され、認知症の早期発見と予防策を取り入れたまちづくりの輪と仕組みづくりを鳥取から広げようと会場に呼び掛けた。

ロビーでは相談コーナーや認知症の防止に役立つ珈琲の試飲などがにぎわい、関心の高さをうかがわせた。

《発言要旨》

荒木　米子市の高齢化率は23・6％。介護認定者数は約6600人、このうち認知症は約4100人。介護認定者の62％が認知症だ。米子市は認知症サポートリーダー養成講座を開いて、認知症の人と家族のサポート、地域で啓発活動やネットワーク活動ができる人材を育成する。専門職は地域への情報提供など専門家の役割を、市民は認知症の人や家族の理解者として相談とサポート役を果たすことで、力を合わせ地域を支えたい。

山田　家族の認知症にどう接するか自身の体験から話したい。まず自分が心を込めてはぐくみ、かかわりたい。だけど自分ひとりでは背負えない。家族や制度、地域の支えも必要だ。日ごろの家族関係はどうか。全部自分で背負い込むのではなく制度も上手に使う。地域とのかかわりも大切。近所との関係はどうか。名前を覚えてあいさつ運動をしよう、それからみんなで役割を持つ地域をつくろう―、そういう土壌があると、認知症への認識もずいぶん変わる。認知症を理解するために、やはり学びは必要。認知症は「知」に障害がある、「情」は生き生きと生きている。情を大切にしてかかわりたい。生活のリズムをたくさん、きちっとかかわりたい。そして生活圏を拡大する、そういうことに取り組むだけで違ってくるだろう。

小田　認知症の人が社会で暮らすためには、薬剤師やコンビニの人…、いろいろな職種の人が理解し、かかわらないといけない。誰もが自分は認知症になるかもしれないと考えている。つまり偏見の持ちようがなく、他人事ではないことを認識してほしい。私たちが10年、20年後、認知症になって暮らすことができる安全なまちとは、誰もが互いの顔を知って、やさしい声を掛けるまち、そしてネットワークがあるまち、ということになる。それは子どもに対しても優しいまちでもあり、いろいろな面でやさしい、安全なまちなのだ。

活動報告

認知症予防でまちづくり

琴浦町地域包括支援センター
長兼務健康福祉課長
小塩久志氏

琴浦町では2003年に関係機関が連携して認知症対策委員会を立ち上げ、▽早期発見▽介護予防教室▽物忘れ相談▽普及啓発―を柱に各種の事業を行っています。また、今年2月には関係機関や住民、小学生などが参加して、県内初の徘徊模擬訓練も行いました。認知症予防の取り組みを通して、認知症になっても安心して暮らせるまちを目指すとともに、1人1人の人権が大切にされるまちづくりに努めていきたいと考えています。

認知症予防の取り組みから 安心して暮らせるまちづくりへ

米子市尚徳地域包括支援センター　主任介護支援専門員
伊藤道美氏

当地区では、2007年度から米子市の認知症早期発見・予防事業に取り組んでいます。当初は参加者もセンター職員も不安を感じていましたが、2年目には教室を楽しみにしてくださる参加者も増え、3年目になると地域の関心も高まり、気持ち良く検診や予防教室に参加していただけるようになりました。まだまだ課題も多いですが、認知症の方や家族が安心して暮らせる地域を目指し、支援できる体制を構築していきたいと思います。

住民パワーでまちづくり ～認知症予防ってカッコいい～

境港市健康長寿課　保健師
田中美津枝氏

境港市では認知症の早期発見と受診、住民主体の認知症予防の拠点づくりに取り組んでいます。各地区でリーダー的役割を担う皆さんなどを中心に、検診の声掛けや地域の特性に合ったプログラムを工夫するなど、住民主体の自主活動が広がる中で、「自分には関係ない」という意識から「認知症予防はかっこいい」という意識に変わりつつあります。この活動と皆さんの笑顔が続くように支援しながら、まちづくりに取り組んでいきます。

ひとりひとりからまちづくりまで! ～ネットワークでひろがる支援の可能性～

米子市弓浜地域包括支援センター　主任介護支援専門員
小坂　一氏

当地域でのネットワークづくりは、2006年に地区の垣根を越えたシンポジウム「弓浜助け合いネットワーク」を開催することから始まりました。課題は多いですが、住民や関係機関、医療、福祉などの大きなネットワークと、1人1人が持つ小さなネットワークが連動し、補完し合うような仕組みができれば、認知症になっても安心・安全に暮らせるまちが実現できると信じて、協働の仕組み作りを支援していきたいと思っています。

認知症への取り組みからみえてきたもの

伯耆地域包括支援センター
保健師
有富千帆氏

伯耆町は2003年から始めた認知症予防事業を地道に進めてきました。もの忘れ相談プログラムに加え、昨年度から頸部エコー検査も取り入れて早期発見に努めているほか、認知症予防教室などに取り組んでいます。教室に参加した皆さんが地域で率先して活動を盛り上げてくださり、このことがまちづくり発展のカギであることを学びました。これからも住民の皆さんとの出会いを大切にしながら、一歩ずつ前に進んでいきたいです。

備えあれば憂いなし。 上手に制度も使いましょう!

鳥取県社会福祉協議会
福祉人材部副部長
朝倉香織氏

鳥取県社会福祉協議会では、高齢者や障害のある方が福祉サービスを利用しながら安心して地域で暮らしていただくため生活上のお手伝いをする、地域福祉権利擁護事業を実施しています。この事業や成年後見制度について、「（自分で）できなくなったから使う」というマイナスイメージではなく、「自分らしく生きていくために、上手に制度やサービスを使う」という意識に変わっていくよう、取り組みを進めていきたいと思います。

「市民フォーラム・第1回認知症サミット鳥取」の開催をお慶び致します。（順不同）

鳥取大学医学部 浦上克哉教授と共同開発
トリゴネコーヒー
★インターネットで「トリゴネコーヒー」を詳しく見ることが出来ます
http://www.trigone.jp/
■月曜～金曜日 AM9時～PM6時受付（祝日・年末年始除く）
お問い合せ・お申し込みは、株澤井珈琲へ
0120-475-381

鳥取大学発ベンチャー
株式会社ハイパーブレイン
代表取締役 加藤 豊実
米子市西町86 鳥取大学医学部アレスコ棟内
TEL0859-31-2828 FAX0859-31-2829

厚労省許認可臨床研修協力型施設
日本抗加齢医学会認定専門医施設
(医)高野歯科医院
院長 高野 淳人・由美
米子市東福原3-1-15
TEL0859-33-2038

「新老人の会」鳥取支部
世話人代表 入江 伸二

NPO法人
がいなネット
理事長 小田 貢

真誠会 健診センター
米子市河崎580

㈱さんれいフーズ
三和商事㈱ 米子支店
㈲花の館よみ
はらガス産業㈱
㈱はらぶん 米子支店
安酸社会保険労務士事務所
㈲米子プラスチックス
和幸電通㈱ 米子支店
新鋭工業㈱
㈲サンユービルド
東京印刷㈱
リコー中国㈱ 鳥取支社
永瀬石油㈱
㈱備中屋本店
㈱福山臨床検査センター
㈲阿部白衣
豊田工芸
アスカ保険サービス
イシバシホールディングス㈱
日産プリンス鳥取販売㈱ 米子支店

米子ホスピタウン
米子市河崎581-3

真誠会 セントラルクリニック
米子市河崎580

弓浜ホスピタウン
米子市大崎1511-1

在宅福祉センター 真誠会
米子市富益町235-8

小規模多機能センター
真誠会 ふる里
米子市和田町1722

リハビリ強化型通所介護
真誠会 ローズガーデン
米子市冨士見町6-6