

※「かだる」という言葉は、岩手県の方言で「参加する」、「集う」、「加わる」などを意味します。

認知症への理解啓蒙・社会生活支援の創出

ひまわりの会（介護家族とサポーターの会）久喜美知子代表 会員4名



盛岡市のひまわりの会（介護家族とサポーターの会）は認知症・障がいがあっても、住み慣れた地域で親しい人たちと暮らすために、優しい地域づくりを目指して活動しています。



介護家族のお茶飲み会 の様子

代表の久喜美知子さんは、盛岡市在住の実のお母さんが老人性認知症を発症したのを機に釜石市から盛岡市に移住し、約10年間在宅で介護に従事、平成26年にひまわりの会を設立。母親と歩いた毎日の徘徊での見聞や介護生活から介護家族の情報交換・介護相談の場、認知症の方とその家族の社会参加の場、地域での認知症の方に対する正しい理解啓蒙の必要性を感じ、認知症カフェ「介護家族のお茶飲み会」「ひまわりのカフェ」を開催しています。認知症カフェの理解普及を目指し、平成28年にもりおか認知症カフェ連絡会設立。毎年1回から2回、研修会や講演会等を開催中。

一級ヘルパー、看護師、ケアマネジャー、認知症ケア指導管理士、認知症介助士等をスタッフとして、毎月第2月曜日におでって・グループホーム等において介護家族のお茶飲み会を開催、毎月第4日曜日おでって・復興支援センター等においてひまわりのカフェを開催、隔月1回肴町アーケードにおいて まちかど相談室・みんなで作るカフェテリアの開催。また、もりおか認知症カフェ連絡会の行事として年2回の開催を予定しています。

事業実施により、介護家族の孤立感や介護の負担感を和らげ、独りではないと勇気をもらえる場所になっています。種々企画される講座や講話を体験学習することで、より良い介護の仕方や介護される側の大変さも学び、前向きな介護に向う姿勢が見えてきています。参加者がカフェスタッフとして自ら支援する立場に立ち、役割や生きがいを発見する場にもなっています。他市のボランティアや町内会有志、専門職と交流することで、幅広い情報交換や学びの機会となっています。毎回参加できない方達にとっても、カフェという小さな灯が心のよりどころとなっているようです。課題としては、認知症の方の参加が少ないことです。今後、認知症の方の参加・活躍を目指す方策について検討したいと思っています。

《今後の展望》

スタッフ研修のあり方、家族向けの研修、講習会が少ないので、家族の介護力向上のため、介護家族対象の研修会を増やしたいと考えています。また、認知症の人と家族が人として尊厳され、地域で普通に生活することができる地域づくりを目指して活動していきたいと思っています。

「ひまわりの会」のお問合せ先

代表 久喜美知子 019-624-6357

いわて幸福白書2020について

県では、平成31年3月に「幸福」をテーマとして策定した「いわて県民計画（2019～2028）」の一層の推進を図るため、幸福度の向上につながるトレンドや、国内外における「幸福」をめぐる動きを紹介するとともに、県の施策や今後の方向について広く県民にお伝えするため、「いわて幸福白書2020」を作成しました。

白書は、第1部「令和2年の幸福トレンド」、第2部「幸福度指標をめぐる展開と課題」、第3部「『希望郷いわて』の今」、第4部「データ編」の4部構成となっており、第3部「『希望郷いわて』の今」では、県民の幸福感の現状や、県民の幸福度の向上に向けた県の取組・成果を紹介しています。

○ 県民の幸福感の現状

主観的幸福感とは、県民意識調査で、「あなたは現在、どの程度幸福だと感じていますか。」という設問に対し、5段階で把握したものです。その結果、幸福と感じている人の割合は平成30年度で52.3%と50%を上回っています。

また、同調査で、「あなたが幸福かどうかを判断する際に重視した事項は何ですか。」という設問に対し、17の項目から該当する全てを選択いただき、その結果、幸福かどうか幸福かどうかを判断する際に重視する割合が高い順に「健康状況」（70.8%）、「家族関係」（68.8%）、「家計の状況」（63.8%）で、いずれも50%を上回っています。

また、県の政策推進の基本方向「10の政策分野」のもと、一人ひとりの幸福を守り育てる取組を展開することとしています。

「10の政策分野」のうち

政策分野Ⅰの「健康・余暇」は、「健康寿命が長く、いきいきと暮らすことができ、また、自分らしく自由な時間を楽しむことができる岩手」を目指しています。

県民意識調査の結果として、「こころやからだ健康だと感じますか」という設問については、「感じる」と「やや感じる」を合わせるとは平成29年度で36.9%、平成30年度で36.5%となっています。また、「余暇が充実していると感じますか」という設問については、「感じる」と「やや感じる」を合わせると平成29年度で33.9%、平成30年度で34.0%といずれも横ばいとなっています。

いわて幸福関連指標の結果として、健康寿命（平均自立期間）については、男性が平成28年度で79.32年、平成29年度で79.45年、女性が平成28年度で83.96年、平成29年度で84.10年と向上していますが、余暇時間（一日当たり）は、平成28年度で373分、平成30年度で371分と低下しています。

いわて幸福関連指標の動向 健康・余暇

指標名	単位	現状値 (H29)	H30の値	H29との比較	計画目標値 (R4)	R1目標値	参考		
							全国順位(東北順位)		
							H29	H30	比較
1	健康寿命(平均自立期間)	男性 ^㉔ 79.32	㉔79.45	↑	㉔80.60	㉔79.83	—	—	—
2		女性 ^㉔ 83.96	㉔84.10	↑	㉔84.84	㉔84.31	—	—	—
3	がん、心疾患及び脳血管疾患で死亡する人数(10万人当たり)	男性 ^㉔ 305.1	㉔301.6	↑	㉔273.8	㉔295.9	—	—	—
4		女性 ^㉔ 158.7	㉔157.4	↑	㉔135.7	㉔147.5	—	—	—
5	自殺者数(10万人当たり)	21.0	20.5	↑	16.0	19.0	46位(5位)	45位(5位)	(↑)
6	地域包括ケア関連(元気な高齢者割合) ^{※1}	98.71	98.92	↑	98.86	98.77	—	—	—
7	地域包括ケア関連(在宅医療連携拠点の事業区域数)	㉔16	同左	—	27	17	—	—	—
8	余暇時間(一日当たり) ^{※2}	㉔373	371	↓	390	378	—	—	—
9	県内の公立文化施設における催事数 ^{※3}	1,316	1,329	↑	1,385	1,344	—	—	—
10	スポーツ実施率	61.7	㉔同左	—	㉔65.0	㉔63.5	—	—	—
11	生涯学習に取り組んでいる人の割合	40.2	39.5	↓	44.2	41.2	—	—	—



かざばやしボランティアの会（滝沢市） 会長 柳橋 民治 会員20名

滝沢市小岩井地区の高齢者が住み慣れた地域において、健康でいきいきした生活を送るための環境を整備するため、地域の高齢者が相互に支え合うシステムを構築することを目的に令和元年に設立。現在は、移動手段の持たない高齢者を対象に、市役所等の公共施設・病院・商店への移送サービスのお手伝いや地域高齢者の日常生活を応援するため、家事や住居内外の軽易な作業のお手伝いを行っており、地域住民同士が助け合い、地域内の高齢者を互いに支え合う事ができるシステムの構築を目指し活動しています。また、団体の取り組みについては、今年度に入り、地元新聞社の取材を受けております。



地域住民への移送サービス

チーム音めぐみ（紫波町） 代表 鈴木 千佳子 会員 10名

商店街の空き店舗を活用した自治公民館を利用し、町内外の人々の交流の促進を図り、町のにぎわいづくりに貢献することを目的に平成30年に設立。

現在は、地域に住む高齢者が中心となり、自由に集まって情報交換や世代間交流を図る「24節季カフェ」の開催、料理教室・ヨガ教室などのミニ教室等の企画運営を行っている。今年度は「24節季カフェ」の開催に加え、商店街の高齢者の集う場に、起業を志す人のチャレンジショップを組合せ、高齢者と町内外の人が交流できる集う場の提供を目指して活動しています。



町内外の人々との交流風景

（ここで紹介したすべての団体では、事業の一部に、公益財団法人いきいき岩手支援財団の「ご近所支え合い活動助成金」が活用されています。）

認知症の人と家族を支え合う地域づくりを目指す。

認知症を考える会（陸前高田市）

小野寺彦宏代表 会員5名

陸前高田市の認知症を考える会は、地域の認知症の人と家族、若年性認知症の方の支援、そして認知症の人と家族が人として尊厳され、いきいきと楽しく過ごせることができる地域づくりを目指して活動しています。

人と家族を支え合う地域づくり

代表の小野寺彦宏さんは、奥さんが認知症になり13年間介護を行いその後看取りました。その間、公益社団法人認知症の人と家族の会岩手県支部の代表を約10年間務めております。

認知症を考える会は、ご自身の経験から、国の認知症施策は本人支援が中心で、介護家族に対する支援が弱いこと、認知症を介護する家族のために少しでも役に立ちたいとの思いから、認知症介護経験者、介護専門職、介護施設の職員に呼びかけて平成29年に設立しました。

月1回、毎月第2火曜日に、在宅で認知症の家族を介護する高齢者や認知症の方を対象に、偶数月



スローショッピングのお話

はつどい、奇数月は認知症カフェを看護師、介護士、管理栄養士の体制で、それぞれ市民文化会館を会場に開催しています。地域の人達が認知症を学び、認知症の人との接し方についてと喜んでいきます。地域の人達が継続して参加することにより、介護家族の悩みを和らげ情報を共有、交流する場となり、他に口腔ケア講習会・料理教室などの講習会も開催し、認知症予防や健康づくりに効果をもたらしています。

今後の展望

今後は、研修会や講演会で講師の話聞くよりも、参加者同士で会話を深め笑いが起きる進め方にしたいと考えています。また、陸前高田市は広域のため、1か所に集まるのは困難なので、地域を巡回しての開催や施設の見学、他の団体との交流も検討しています。

（この事業の一部に、公益財団法人いきいき岩手支援財団の「ご近所支え合い活動助成金」が活用されています。）



高齢者夏バテしない料理教室

岩手県高齢者社会貢献活動サポートセンターは、特定非営利活動法人いわての保健福祉支援研究会が岩手県から委託を受けて運営しています。

〒020-0871 岩手県盛岡市中ノ橋通2-4-16 やまのえんビル1階 tel 019-604-8862 URL <http://www.hfk.or.jp/>