

5-2

家族支援とは、 好事例を紹介



1 家族は認知症をもつ当事者ではないが、認知症とともに歩む重要な当事者です

当事者というと自分は当事者だと思う人も、そうでない人もさまざまです。広く考えれば、認知症という病気が多くの年代、多くの人々に関連していることを思えば、当事者は私たちすべてと言えなくないでしょう。一方で病をもつ人の苦しみは、周囲の人のそれよりも相当大きいものですし、単純に比較できるものではありません。同様に、認知症の人とともにいる家族も、認知症により生じるさまざまな出来事に大なり小なりまきこまれながら暮らしている当事者です。

2 認知症の人への支援は、認知症をもつ本人への支援とあわせて、 認知症の人とともにいる家族への支援が大切です

家族がある日、認知症と診断され、認知症の人とともに戸惑い、将来への不安を抱え、困惑しつつ日々を過ごし、そのうちに認知症の人に支援が必要となり介護家族になります。しかし、家族だから介護をしなければならないかと言えば、そんなことはありません。一方で、家族との大切な時間を介護をしていながら過ごす幸せを感じる人も少なくありません。家族であるあなた自身の人生も大切にしながら、介護をどのようにしていくか、自分がどこまでやり、サービスや周囲の人にどこまでをやってもらうか、一緒に考えて決めていけばいいのです。

「苦しいよ」「これ以上は無理」「できない」というのは、かかわってきたからこそ言える言葉です。決してわがままではありません。声に出してください。きっと、あなたの声を拾い上げてくれる支援者が見つかるはずです。

認知症の人の家族が望む支援の基本

- まずはただ、家族の話を聴いてほしい
- 家族が困惑した時にこそ安心できるようにサービスが支えてほしい
- 家族が認知症の人への思いを最大限に尊重されたうえで、家族自身の生活や人生が認知症の人の介護を経て豊かになるように支援してほしい
- 認知症とともに生きるということを家族がわかるように支援してほしい
- 診断直後からのきめ細かな支援として認知症とともに生きる本人や介護家族同士をつないでほしい
- 認知症の人と家族の生活を守るための経済的な支援がほしい
- 多様な介護状況に合わせた個別支援をしてほしい

支援者に望むこと

- 家族の頑張りを認めてほしい
- ケアプランは家族支援の要素も入れてつくってほしい
- ケアマネジャーだけで抱え込まないために家族を含めた多職種連携をしてほしい

3 家族支援 好事例 紹介

全国でさまざまな取り組みがある中で、いくつかご紹介します。

ピアサポート	常設型認知症カフェにおける 本人の居場所づくりと家族支援そして、広がる（認知症）当事者の輪 京都では、京都認知症総合センタークリニックで診断直後からの支援や常設型認知症カフェという「場」を活かした支援をしています。ここでは、ピアサポート（peer：仲間、Peer Support：仲間同士の支え合い）や、伴走型の支援（リンクワーカー的支援）を行っています。 ①認知症本人と家族による相談窓口「オレンジドアノックノックれもん」 ②若年性認知症本人が中心で社会参加と就労目的「作業工房ほうおう」 ③認知症の正しい理解を深める「認知症本人・家族支援者教室」
家族の力活用	家族の介護力をつける「家族支援プログラム」普及と人材育成 認知症の介護家族のための研修講座「家族支援プログラム」を考案し、平成15年以来、これまで3,000名を超える介護家族が受講。同じメンバーで半年間受講することで、お互いが力づけられ、混乱の中から抜け出しやすくなる。講座終了後は見違えるように明るくなり介護力がつく。 病院との連携による実施の他、愛知県内の自治体の約3分の1が家族支援の講座として導入しており、他県での実施も徐々に広がっている。 このプログラムはピアサポートによる運営を基本としているため介護経験者が携わるが、現在では過去に講座を受けて力をつけた介護家族が、講座スタッフや電話相談員として支援する側に回り活躍しており、人材育成の場ともなっている。また講座終了後には病院や各自治体において家族交流会を立ち上げて継続支援している。この講座を活用することで、交流会も容易く立ち上げることができている。
専門職教育	かかりつけ医認知症対応力研修に届ける家族の声 名古屋市では、かかりつけ医認知症対応力向上研修で認知症のひとと家族の会の活動内容がカリキュラムに盛り込まれており、活動や介護家族が医師に望む対応などを知る機会となっている。認知症当事者のピアサポート活動を知り、受診した介護家族に対して、交流会や電話相談など必要な情報を提供してもらうことができる。また顔のみえる関係ができ、受診からピアサポートにつながる連携体制づくりには欠かせない重要な取り組みである。
すきまサポート	和歌山市認知症見守り支援員派遣事業（メイト） 和歌山市では、認知症の方を介護されている介護者のレスパイトケアとして、一か月15時間以内実費1時間147円の負担で、認知症の方（40歳以上）と家族の代わりに友人として過ごす「認知症見守り支援員派遣事業」を行っている。 認知症移動支援ボランティア—第三者の訪いが窒息寸前の家族に新鮮な空気を届ける— 大阪府支部では、認知症のひとと家族が自由に外出できるための支援策として「認知症移動支援ボランティア育成」に着手し、ボランティアの派遣にも取り組んでいる。コロナ禍でも2020年5月立案から2年間で講座実施2回とボランティア実習を行った。外出自粛が続く中での同行希望、それに呼応したボランティアとの出会いはとても有意義であった。