

## 広島文化学園大学研究ブランディング看護・医療福祉研究部門公開講座

### —認知症になっても地域で幸せに暮らすために—

土肥敏博、高齢者カフェチーム：讃井真理 森田克也  
前信由美 田村和恵 新川雅子 岩本由美 平岡正史  
認知症カフェチーム：加藤重子 山内京子 大塚 文  
林 君江 高橋登志恵 小林浩美 風間栄子 岡田京子  
空本恵美 今坂鈴江  
事務局： 富永泰三 小田正敏 岡田真亮

広島文化学園大学研究ブランディング事業看護・医療福祉研究部門では、下記のとおり公開講座「認知症になっても地域で幸せに暮らすために」を開催した。第1部では、講師井門ゆかり先生の講演、第2部では、研究ブランディング事業看護・医療福祉研究部門による「看護・来んさいカフェ：呉の紹介」を行った。

参加者：一般市民 119 名、学生 121 名 大学関係者 27 名

### 広島文化学園大学研究ブランディング看護・医療福祉部門公開講座スケジュール

日 時	2017 年 10 月 28 日(土)
	開 場 13 時
	開会の挨拶 (佐々木副学長) 14 時
第 1 部	
講 演	14 時 00 分～15 時 40 分
第 2 部	
研究ブランディング事業紹介	15 : 40～16 : 00
閉会の挨拶 (山内学部長)	16 時 05 分
第 1 部 講 演 講 師	「認知症になっても地域で幸せに暮らすために」 井門ゆかり先生 医療法人社団知仁会 メーブルヒル病院 広島県西部認知 症疾患医療・大竹市認知症対応・玖波地区地域包括支援・ 合併型センター センター長 神経内科医師
第 2 部 事業紹介	広島文化学園大学研究ブランディング事業紹介 (土肥) 看護・来んさいカフェの紹介 高齢者カフェ (讃井)、認知症カフェ (加藤)
主 催	広島文化学園大学研究ブランディング事業看護・医療福祉部門
共 催	呉市、新老人の会 広島支部 呉ブラン
後 援	認知症の人と家族の会 広島県支部



## I 第一部「認知症になっても地域で幸せに暮らすために」

### 1. 講師紹介 講師 井門ゆかり先生

広島大学大学院修了 博士(医学)。神経内科医。認知症専門医・認知症サポート医として活躍し、センター長である医療と介護を一元化した合併型センターは、全国初の取り組みとして注目され、NHK テレビシンポジウムで取り上げられた。認知症早期発見のための井門式簡易認知機能スクリーニング検査(ICIS)を開発し、早期認知症の発見に寄与されている。国際アルツハイマー病協会国際会議(2017、4、26-29、京都)において認知症の人に優しい社会づくり「行動計画」が世界戦略として提言されたが井門先生はまさしくその提言を先取りして実行されている。



オープニングスライドに豪華客船、井門先生とどこかで見たことのある人、そうまさしく司会の児玉清さん、これはまさしくテレビ番組アタック 25 ではないか。お聞きすると井門先生は当時のアタック 25 に出場し、見事優勝を勝ち取って、ご子息さんと地中海クルーズに行かれたとのことであった。

## 2. 講演内容

認知症の早期発見・早期対応の重要性、スクリーニング検査（井門式イシスの実演）、認知症の治療、ご家族の対応方法、認知症に優しいまちづくり（広島県の取り組み：動画）、認知症の予防などについて分かりやすく解説がなされた。

一口に認知症といっても、アルツハイマー病、レビー小体型認知症、前頭側頭型認知症、脳血管性認知症の4大認知症とその他に認知症をおこす代表的な疾患があること、後者は適切な治療により改善すること、認知症の中核症状と行動心理的症候について具体的な例を交えて紹介された。アルツハイマー病の病態・病理、進行の時間経過では、80歳頃に発病した場合、物忘れがあるが認知症の前段階とされる軽度認知障害(MCI:Minimum Cognitive Impairment)は70歳初期、アルツハイマー病発症の原因の一つとされるタウ蛋白質の蓄積・神経原線維変化・神経細胞脱落などの神経病理変化は60歳代から、さらにアミロイド病理は50歳代から始まっていることを示された。すなわち症状発症の20～30年も前から神経病理的变化が始まっていることになる。このことは、発症した段階では多くの神経細胞が変性・脱落してしまっているため改善は困難となる。逆に言えば、長い経過のもとに発症してくるので、この間に予防すれば発症を遅らせる、あるいは発症を予防することが可能であることを示唆している。実際、講演では認知症者を早期発見・早期治療すれば、認知症を遅らせる、認知症にならずに済むことも出来ること、その重要性について解りやすく紹介された。とりわけ MCI を認知し、適切に治療することが有用である。MCI の検査は、井門先生が開発された井門式スクリーニング検査方イシスが有用であることが実演で紹介された。イシス (Imon Cognitive Impairment Screening Test : ICIS) は、ちょっと恐れ多いがエジプト神話の女神-イシスにちなんで名付けたとのことであった。レビー小体型認知症は、認知障害は比較的軽い、幻視、パーキンソン症状（ふるえ、動作緩慢など）やレム睡眠行動障害（寝言など）などを伴うのが特徴で、中でも幻視はとてもリアルであることが映像で紹介された。“映画「妻の病 -レビー小体型認知症-」は、四国・南国市の豊かな自然に生まれ、支えあうように生きて来た一人の医師と、認知症の日々を生きる妻との、10年間に及ぶ“いのち”を巡る物語である“と感動の物語が紹介された。

認知症の人との接し方、介護の重要性などのお話、認知症者に優しいまちづくりとして、広島県西部認知症疾患医療・大竹市認知症対応・玖波地区地域包括支援センター(メープルヒル病院)の取り組み“NHK テレビシンプodium (H28.9.17 放送)「認知症の人がいきいきと暮らせる新たな社会を」”が動画で紹介された。ここでは医師、看護師、理学療法士、作業療法士などの医療従事者とケアマネジャー、社会福祉士、診療情報管理士が共同して初期集中支援チームを組み認知症の人の介護と家族に対する社会資源の活用などを支援している。このような認知症医療センターと包括支援センターを一元化した合併型センターは全国初の取り組みとして注目されている。また、当センターの認知症カフェ・オレンジカフェ「いこか!」の活動が紹介された。

以下のスライドは、井門先生ご講演の一部をご提供いただいたものである。

## 認知症になっても 地域で幸せに暮らすために

出来るだけ認知症の経過を良くすること

◎できるだけ認知症にならないように(予防)

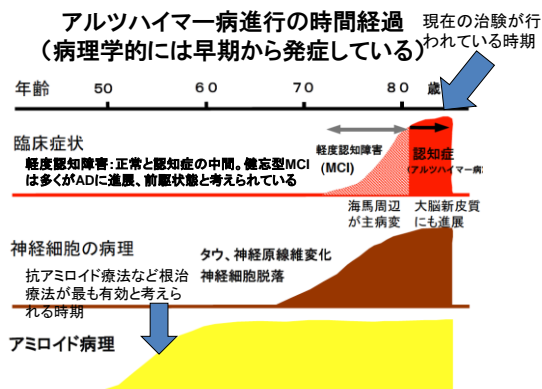
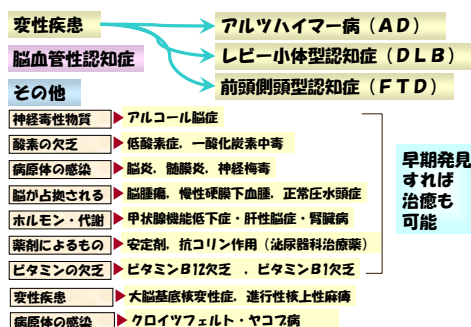
◎もし認知症の症状が出てきたら、早めにちゃんと診断し、治療やリハビリなどで、できるだけ良い経過に!

地域で認知症を理解し、見守る(互助) 地域づくり

☆将来を見据えた準備

遺言書の必要な人は、病院に来る前に手続き

## 認知症を起こす代表的な病気・病態



## 早期発見・早期対応の意義

- 治療可能な認知症をきちんと治せる
- アルツハイマー型認知症であれば薬物療法による進行抑制が可能
- 本人が変化に戸惑う期間を短くでき、その後の暮らしに備えるために、自分で判断したり家族と相談できる
- 適切な介護方法や支援サービスに関する情報を早期から入手でき、適切な介護を行うことでBPSDの悪化を抑制し家族の介護負担の軽減ができる
- 施設入所、入院の時期を遅らせることができる

## 認知症? 年相応?

いつでも、どこでも

井門式簡易認知機能スクリーニング検査

(Imon Cognitive Impairment Screening Test)

IGIS: イシス-エジプト神話の女神にちなんで



広島県西部認知症疾患医療・地域包括支援・合併型センター 井門ゆかり

## まとめ

### 広島県地域医療介護総合確保事業(H26～)

#### 認知症循環型医療介護連携システム推進事業

- 認知症疾患医療・地域包括支援 **合併型** センター  
「**広島県西部認知症疾患医療・大竹市認知症対応・玖波地区地域包括支援・合併型センター**」
- 認知症初期集中支援チーム  
(広島県認知症疾患医療センターに設置)

日本初!!

広島県西部認知症疾患医療・地域包括支援・合併型センター 井門ゆかり

### 当センターの認知症カフェ・オレンジカフェ「いこか！」

- 平成28年9月から月1回開催(第3金曜午後)
- 平成29年4月～隔月で院内と院外で開催
- 院外は、大竹市の各地域を回り、「認知症予防カフェ」として開催。カフェの中で、認知症サポーター養成講座を開くこともあります。
- 地域の中に出ていくと、年のせいと思われている認知症の方が多いことに驚きます。

### なぜ、運動がアルツハイマー病の予防によいのか？

- 有酸素運動は血流を増やし、脳の血流も増える
- 手足の動きにより脳細胞が賦活される
- 記憶中枢の海馬の神経幹細胞は運動により新たに作り出される
- 運動は脳内の神経伝達物質(アドレナリンなど)を増やす

### アルツハイマー病発症の相対リスク

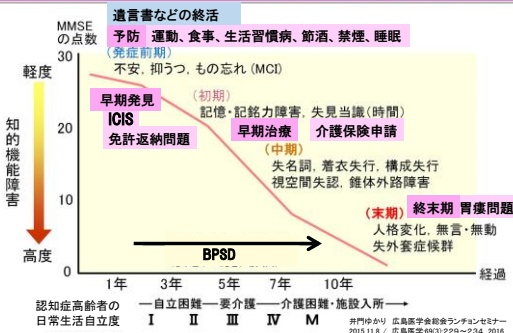
中高年の高血圧	1.61
中高年の肥満	1.60
糖尿病	1.39

(Barnes DE et al; Lancet Neurol; 2011)

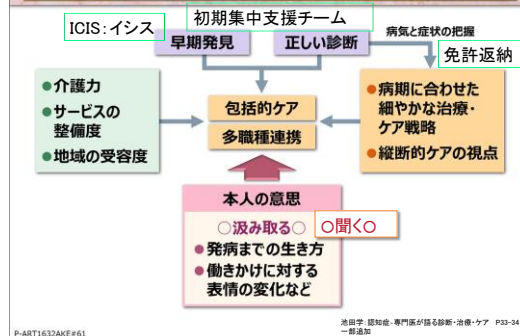
久山町研究  
糖尿病患者のアルツハイマー型認知症  
発症率 **4.6倍**

高血圧も耐糖能異常も無い場合が基準

### 幸せな人生のための「幸せな認知症」医療



### その人にあったケアのために



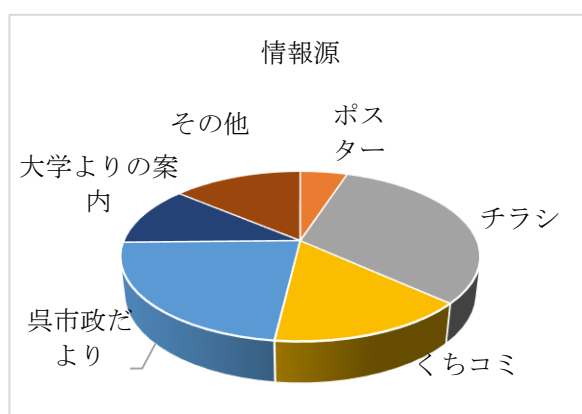
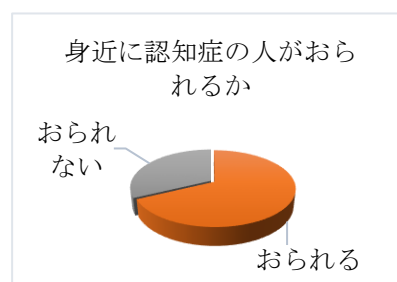
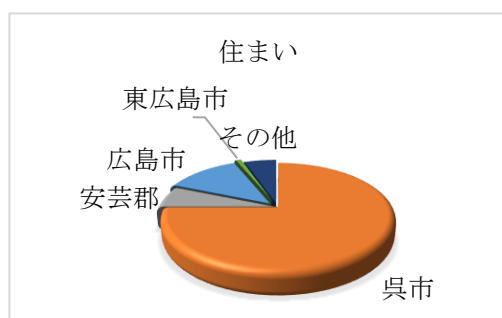
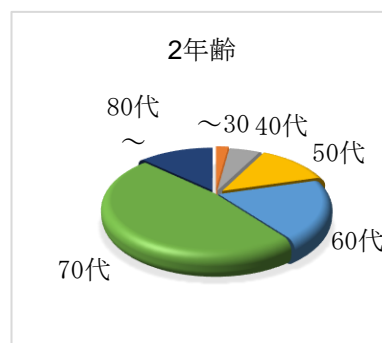
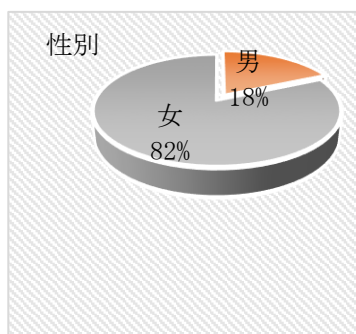
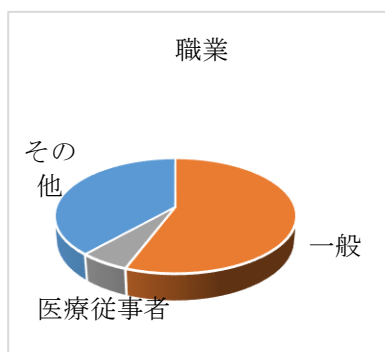


### 3. アンケート調査結果

#### 1) 参加者アンケート結果（回収率 78%）

参加者の年齢は70歳代が最も多く、80歳代とあわせると半数以上、女性は80%以上であった。呉市以外からの参加者が見られるようになった。情報源ではチラシ、呉市政だよりが有力で、口コミも結構情報源であることが分かる。その他病院上司、ひよこ塾、新老人の会、加藤先生からの紹介、友人から、新聞などもあった。高齢者の参加者が多いだけに、身近に認知症の方がおられる回答が多かった。

講演内容は大変好評であった。

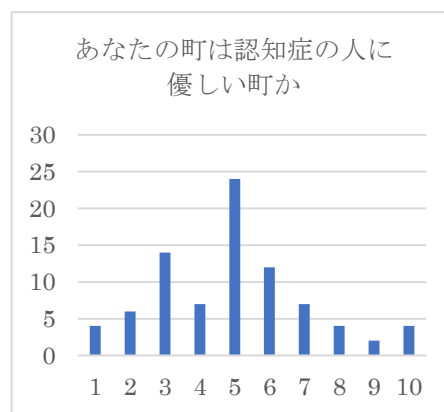
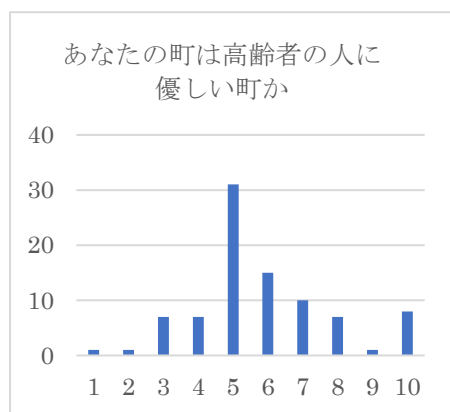


「あなたの町は高齢者の人に優しい町か」との問に対してやや優しくない町との傾向が窺えた。その理由として、坂道、車の入らない家が多く、少し足腰が弱くなると外出できない・町営バスが通っているが、停留所まで行くのが大変、もっと小さい車で、家の近くまで来てほしい、

などは呉市の地形を反映したものと思われる。“近くで高齢者の集まりがない、情報がない”については、看護・高齢者カフェの活動を浸透させていかなくてはならない。

「あなたの町は認知症の人に優しい町か」との問に対して、どちらかというところ「優しくない」との回答であった。特に認知症の人に優しくない理由としてアンケート結果（後述）から、認知症への偏見あり、このことで患者家族が孤立しがち、声をかけにくい、皆に迷惑をかけないよう人目から見えない所へ行かせる、結局“認知症を理解している人が少ないと思う”ということに帰結する。これらの事からは、認知症の人への偏見が根強く、人目を避けて暮らす構図がみてとれる。

また、認知症に対して不安を覚え、認知機能を調べたいとしながら検査を受けていない人が多いのは、やはり“認知症”に対する社会的偏見を意識したことの現われと思われる。これらに対しては、今回の講演「認知症になっても地域で幸せに暮らすために」に多くの示唆があり、メープルヒル病院の認知症疾患医療・地域包括支援合併型センターの取り組みこそ解決策のモデルであり、普及されることが望まれる。「認知症の人が安心して暮らせるまちづくり」は、看護・認知症カフェの活動目標の一つに掲げられており、この活動を推進していくことが大切である。



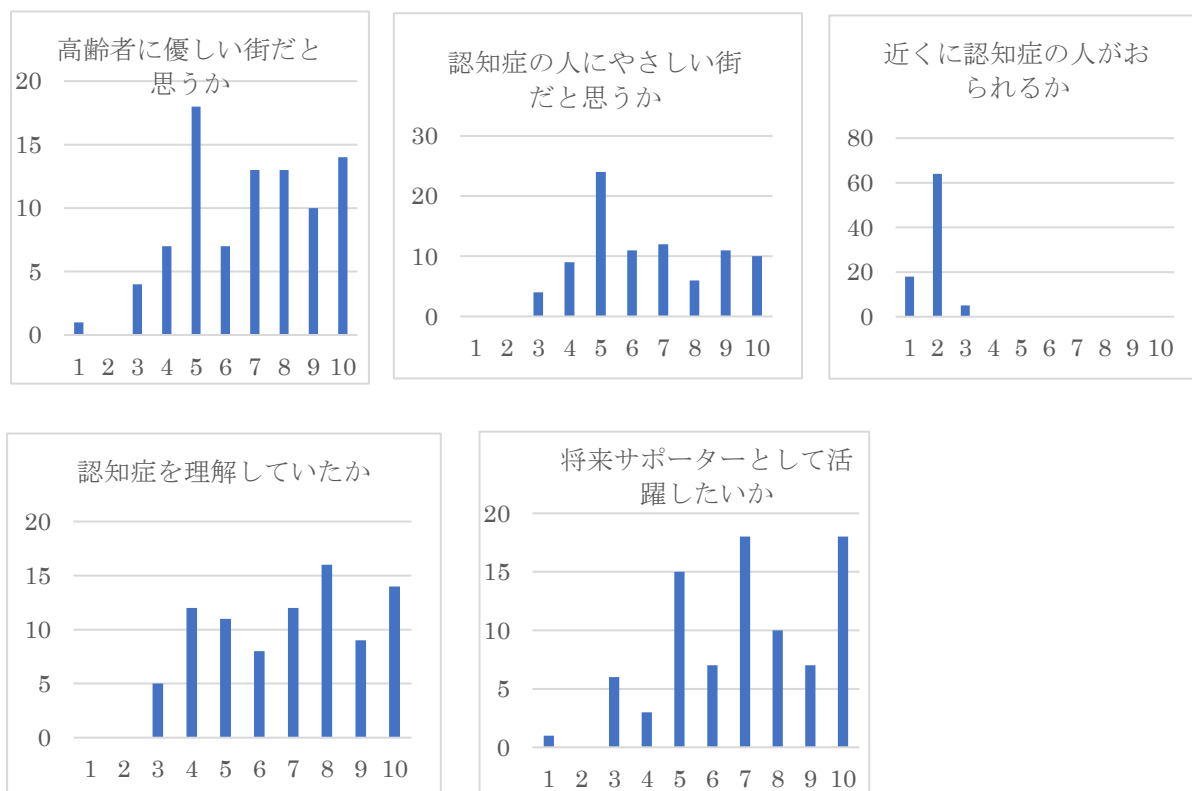
- “あなたの町（地域）は高齢者にやさしい町（地域）と思いますか” の問に対し、思われな  
い点がある場合はどのようなことでしょうか？
- ・ 町営バスが通っているが、停留所まで行くのが大変、もっと小さい車で、家の近くまで来てほしい
  - ・ 車の交通量が多くて危険
  - ・ 近くで高齢者の集まりがない、情報がない
  - ・ 坂道、車の入らない家が多く、少し足腰が弱くなると外出できない、お寺やお店にも行けない、閉じこもるしかない
- “あなたの町（地域）は認知症の人にやさしい町（地域）と思いますか” に対し、思われな  
い点がある場合はどのようなことでしょうか？
- ・ 認知症への偏見あり、患者家族が孤立しがち
  - ・ 近所の方のことが噂話として耳に入った
  - ・ 町内でも離れている。出かけた時に会えることがある。
  - ・ 音戸のさざ波デイケアでボランティアをしているが、かなり重度の認知症の人でも在宅で生活しています。
  - ・ 声をかけにくい
  - ・ 受け入れて下さる施設がない、認知症を理解している人が少ないと思う

- ・家庭訪問等がない(一人暮らしなので)
- ・何か手助けしたいという方がおられるのに閉ざしている方が多い
- ・全国共通の制度の他に、何があるのか知らない
- ・サービスの受け皿、資源がない状況
- ・独居の認知症の人がなかなか医療につながらない
- ・一人暮らしの方が多いため、とじこもっている方の交流が少ない
- ・地域での取り組みがみえない
- ・早く施設等に入れば良いのに!!とか、こわいこわい等言われます。
- ・誰も相手しない
  - ・専門家をお願いをするととてもよくしてくれる。近所の人は、人々が個人主義になり、他人に関わりを持たなくなった、認知症だとわかると他人が話し相手にしなくなる。
- ・認知症の方がおられるが、そっとしています。
- ・地域の活動の取り組みの姿がみえない
- ・皆に迷惑をかけないように人目から見えない所へ行かせる

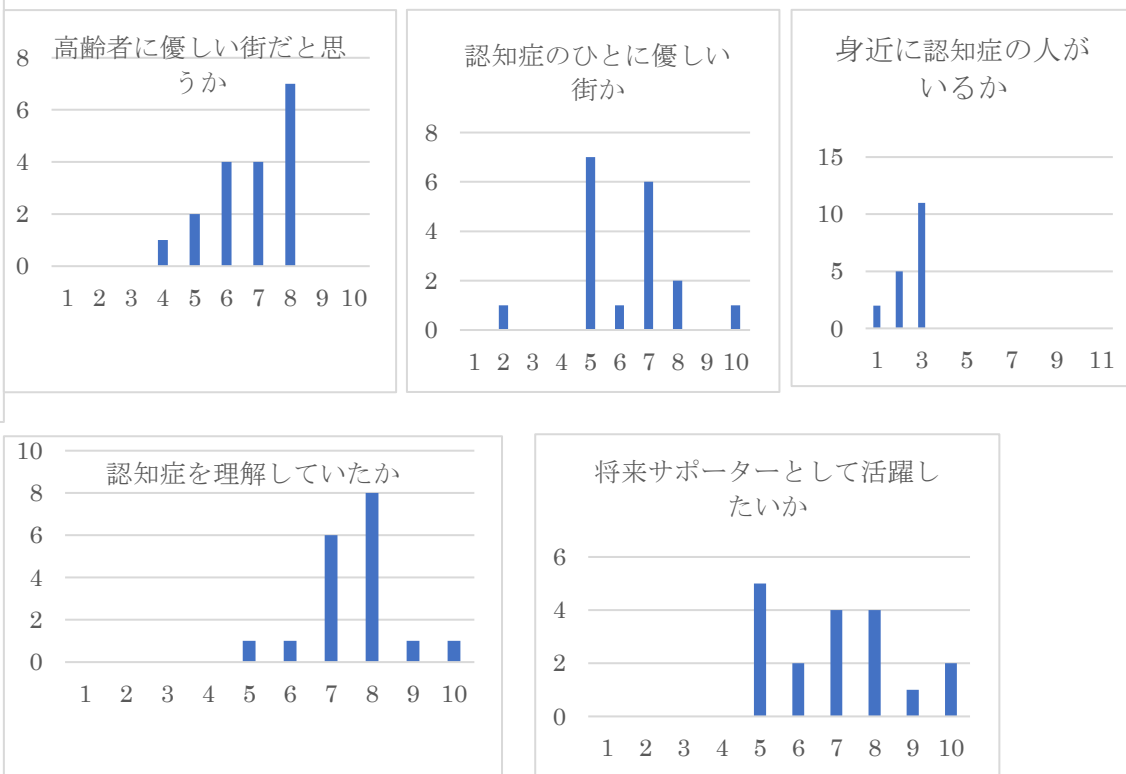
## 2) 学生アンケート結果

高齢者と認知症の人に優しい町とは決して言えないという回答は一般参加者と同様の傾向であった。一般の方には、多数の方が認知症の方が近くにおられると回答していたのに対し、学生1年生、4年生とも認知症の方は身近な存在ではないと回答している。認知症の理解度においては、1年生の理解度は十分とは言えない結果に対し、4年生はかなり理解度が上がっている。また、「将来認知症サポーターとし活躍したいか」、にたいして1年生より4年生にその希望が多くなっているのは、教育効果を反映しているものと思われる。

### 1年生アンケート結果（1そうは思わない～10そう思う）

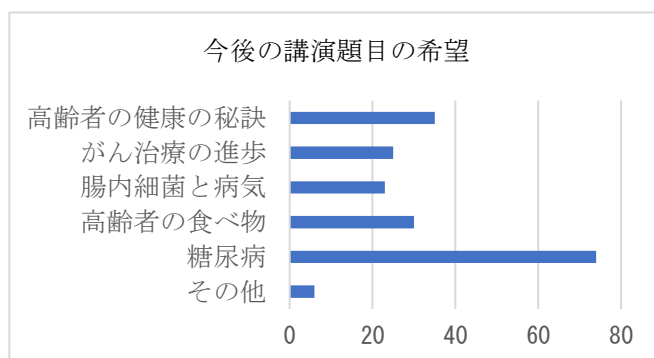


#### 4年生 アンケート結果（1 そうは思わない～10 そう思う）



#### 3. 参加者の今後希望する講演題目

- ・糖尿病が多かった。その他の希望は以下の通りであった。
- ・腎臓のリハビリについて
- ・筋肉をつけるための食事についての講演
- ・生活習慣と体内時計の講演
- ・ガンサバイバーの生活についての講演など
- ・誰もが知っておきたい看護の基本についての講演
- ・認知症になる前の心構えについての講演
- ・ストレスと心の病気の関連性についての講演
- ・骨についての講演
- ・認知の早期治療が大事だということがよく分かりました
- ・その他の講演にも積極的に参加したい
- ・郵送代が勿体無いのでメールにしたらどうですか？・いつもご案内有難うございます。



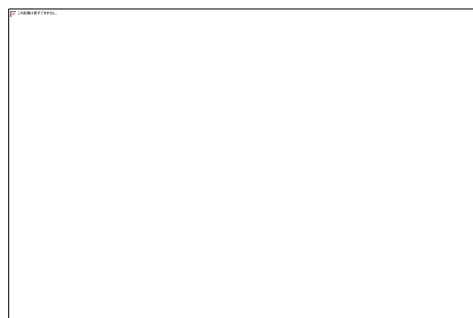


## II. 第二部 広島文化学園大学研究ブランディング事業紹介

1) 2部では本学部の高齢者カフェ・認知症カフェの紹介を行った。参加者アンケート調査結果にみられるように、活動を初めて5ヶ月余であることもあって、まだまだ私どもの取り組みが認知されていない結果であった。ほとんどの人が関心を示し、行ってみたいとの希望であった。多くの方が認知症への不安を覚え、認知機能を調べてみたいとしながら認知機能を調べたことがないと回答している。いざ認知機能検査となると構えてしまい、受けづらいので、こうしたカフェで気軽に、しかも自分一人で検査できることは非常に有益だと思われる



看護・医療福祉部門の紹介（土肥）



高齢者カフェの紹介（讃井）



認知症カフェの紹介（加藤）

### 2) 参加者アンケート結果

