

## 活動報告

## 認知症の啓発活動“ほんわか手帖”について

－子育て世代に向けて－

仁愛大学人間学部心理学科

水 上 喜美子

Kimiko Mizukami

## 1. はじめに

平成29年度高齢社会白書（内閣府, 2018）によると、認知症高齢者数と有病率の将来推計は2025年に約700万人前後となり、65歳以上の高齢者に対する割合は、約5人に1人になるとの推計がある。このように認知症の人が増加する中で、できる限り住み慣れた地域のよい環境で自分らしく暮らし続けることができる社会を実現すべく、2013年度から2017年度までの暫定施策として「認知症施策推進5か年計画（オレンジプラン）」が策定された。しかし、計画期間中に、施策の見直しがなされ、2015年度には新たに「認知症施策推進総合戦略～認知症高齢者等にやさしい地域づくりに向けて～」(以下、新オレンジプラン)が公表された(厚生労働省, 2015)。このプランでは、基本的考え方として7つの柱が設定され、その中の一つに「認知症への理解を深めるための普及・啓発の推進」が挙げられている。ここでは、具体的に①認知症の人の視点に立って認知症への社会の理解を深めるキャンペーンの実施、②認知症サポーターの養成と活動の支援、③学校教育等における認知症の人を含む高齢者への理解の推進など、社会全体で認知症の人を支える基盤づくりが重視されている。

新プランでは認知症サポーターの人数は目標が800万人とされていたが、2018年12月末で約1,110万人に達成している(全国キャラバン・メイト連絡協議会, 2019)。このように認知症サポーター養成講座などが開催される機会は増えてきているが、その参加者は、男性よりも女性の方が多く、20代や30代の

参加者が少ない(Table 1 参照)。しかし、認知症の人が地域でよりよく暮らしていくためには、子どもや学生、これから介護者となる可能性がある成人期や中年期の方が認知症に関心を持つことが重要であり、この年代を対象とした啓発活動の実践が望まれる。

本活動では、子育て世代に向けた認知症に関する啓発活動を行い、その取り組みから臨床心理士の専門業務の1つである臨床心理学的地域援助のあり方について考察することを目的とした。

## 2. 活動内容

子育て世代が参加しやすいように、「紙芝居」「折り紙」「認知症のことを説明したパネル展」「お悩み相談」の4つの活動を実施した。

## 2-1) 活動日時と会場

活動は、2年間継続して行い、2015年は5日間、2016年は4日間の計9日間行った。会場は、10月は大学祭の時に大学で実施し、11月～2月はショッピングセンターで行なった。活動時間は、10時～15時の5時間であった。

Table1 認知症サポーターの性別・年代別構成  
(平成30年12月31日現在)

	男性	女性	合計
10代以下	1,279,757	1,176,665	2,456,422
20代	517,751	382,967	900,718
30代	476,337	383,406	859,743
40代	696,394	446,114	1,142,508
50代	861,729	491,061	1,352,790
60代	1,247,027	616,591	1,863,618
70代以上	1,594,331	712,191	2,306,522
合計	6,673,326	4,208,995	10,882,321

※年代別の回答がなかったものは除く

## 2-2) 来場者アンケート

来場者アンケートでは、イベントに参加した動機、認知症の方との同居経験、認知症への関心、認知症の情報に接する頻度、基本属性の項目への回答を求めた。来場者には、紙芝居後に、調査目的やプライバシーの保護について説明し、協力は自由意思であることを伝え、同意が得られた方にアンケート用紙を配布した。

## 2-3) 活動手続き

今回の活動は、心理学を学ぶ大学生5名が中心になり、認知症の人に関わった経験のある専門職3名と共に行なった。5名中3名の学生は認知症の人と接した機会が全くなかったため、事前に高齢者施設に見学に行き、認知症高齢者と接する機会を設けた。

活動の予告は、チラシを作成し（資料1参照）、それを市内のコンビニや飲食店および美容院、駅などに配置した。また、大学のホームページにも活動の予告を掲載し、学生への呼びかけもおこなった。イベントの当日は、風船やチラシを配ったり、アナウンスしたりするなどの工夫をした。

「紙芝居」では、学生が2パターンのお話を作成し、認知症の人への接し方をクイズ形式で説明した。クイズに正解した参加者には景品を渡すようにし、積極的に参加してもらえるようにした。「折り紙」では、認知症の簡単な説明と認知症の予防に折り紙が有効であること、家に帰ってから祖父母と一緒に話をしながら折り紙を作ってほしいことなどを伝えた上で、

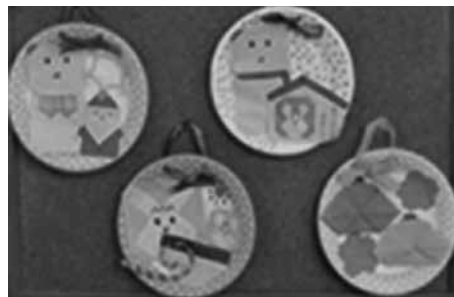


Figure 1 制作した折り紙

来場した子どもと一緒に制作した。ここでは、季節に合わせた折り紙を折り、家に持ち帰って飾れるように工夫した（Figure1）。

「パネル」では認知症のことを簡潔に説明する内容をポスター4枚にまとめ、活動中、掲示しておいた。悩み相談では、相談がある方を対象に、認知症の方と関わりがある臨床心理士、言語聴覚士、作業療法士が相談に応じた。

## 3. 活動成果



Figure 2 紙芝居の様子（大学祭）



Figure 3 2019年2月29日の日刊県民福井に掲載された記事（ショッピングセンターでの様子）

活動の様子をFigure 2に示した。また、この様子は、新聞社からの取材を受け、新聞にも掲載された(Figure 3)。

### 3-1) イベントの来場者

1年目の来場者は291名、2年目は223名であった。このうち、幼児・児童は266名であった。来場者アンケートへの回答者は160名で、Table 2にその内訳を示した。性別は、男性66名(41.25%)、女性94名(58.75%)であった。年代は、30代が46名(28.75%)と最も多く、次に20代が38名(23.75%)、40代25名(15.62%)の順であった。現在、認知症の人と同居している人は7名(4.37%)、過去に同居した経験がある人は26名(16.25%)であり、約8割の人は認知症の人との同居経験がなかった。

	男性	女性	合計
10代	1	2	3
20代	25	13	38
30代	17	29	46
40代	7	18	25
50代	3	7	10
60代	5	4	9
70代以上	2	6	8
未記入	6	15	21
合計	66	94	160

### 3-2) イベントに参加した動機

イベントに参加した動機について回答を求めた結果、「学生に声をかけられたから」(25.16%)という回答が最も多く、次に「子どもが行きたいと言ったから」(18.24%)、「認知症について知りたいから」(16.98%)であった(Table 3)。

Table 3 イベントに参加した動機(複数回答)(N=138)

項目	人数(割合)
認知症について知りたい	27 (16.98%)
家族が認知症かもしれない	6 (3.77%)
よく分からないけど参加してみた	16 (10.06%)
友人・知人に誘われて	25 (15.72%)
学生に声をかけられて	40 (25.16%)
子どもが行きたいと言った	29 (18.24%)
福祉サービスが知りたかった	5 (3.14%)
その他	11 (6.92%)

### 3-3) 年代別でみた認知症への関心

ここでは、年代別に認知症への関心があるかどうかを尋ねたところ、認知症に対して、「とても関心がある」と回答した人の割合は30.43%、「まあ関心がある」と回答した人の割合は50.72%と、約8割の人が認知症に関心をもっていることが認められた(Table 4)。10~20代から40代、60代では、「とても関心がある」よりも「まあ関心がある」と回答する人が多かった。50代以降では、「あまり関心がない」と答える人がみられなかった。

Table 5では、認知症の人と関わった経験を示した。この結果、「身近な人が認知症になった」という回答が多かった。この一方で、「全く関わったことがない」と答えた人も39名いた。

Table 4 年代別でみた認知症への関心度(N=138)

	とても関心がある	まあ関心がある	どちらともいえない	あまり関心がない	全く関心がない
10-20代	11	22	5	3	0
30代	7	27	9	3	0
40代	9	11	2	2	1
50代	6	4	0	0	0
60代	3	4	1	0	0
70代以上	6	2	0	0	0
合計	42	70	17	8	1

Table 5 認知症の人と関わった経験(複数回答)(N=138)

	身近な人が認知症になった	ボランティア等で関わったことがある	話を聞いたり、勉強したことがある	全く関わったことがない
10-20代	20	7	11	8
30代	21	5	11	16
40代	13	3	2	8
50代	5	0	1	4
60代	6	1	2	1
70代以上	3	2	4	2
合計	68	18	31	39

### 3-4) 認知症に関する情報

認知症に関する情報にどの程度、接しているかを尋ねたところ、「月に数回」という回答が最も多く(36.02%)、次いで、「年に数回」が28.67%、「ほとんど見たり、聞いたりしない」が27.20%であった。

また、この情報源について尋ねたところ(複数回答)、多い順でみていくと、「テレビ」が101名

Table 6 認知症に関する情報に接する頻度 (N=136)

	週に数回以上	月に数回	年に数回	ほとんど見たり、聞いたりしない
10-20代	2	16	16	7
30代	7	11	12	15
40代	3	5	5	12
50代	2	4	2	2
60代	1	3	3	1
70代以上	1	5	1	0
合計	16	44	39	37

(72.66%)、「新聞」が50名 (35.97%)、「医療機関・福祉機関・役所」が37名 (26.61%)、「講演会・勉強会・講座」が31名 (22.30%)、「家族・親せき」が24名 (17.27%)であった。この他に、インターネット (20名)、映画・ドラマ・小説 (19名)、ラジオ (7名) などから情報を得ているという回答もあった。

#### 4. まとめ

本活動では、特に子育て世代に認知症のことを知ってもらいたいと考えたため、大学祭やショッピングセンターを会場とし、子どもが関心を示す活動内容として紙芝居や折り紙を選んだ。この結果、4歳～8歳ぐらいの子どもと一緒に、親子での参加が多くみられた。啓発活動を実施する際、どの年代を対象に認知症のことを知らせたいのかを明確にしたうえで、活動内容を組み立てていくことが重要だと考えられた。また、学生が活動スタッフであり、専門家が専門的なことを伝えるわけではないため、「学生に声をかけられて」と気軽に参加しやすかったようである。以上のことより、子どもと一緒に参加できる活動を実施することによって、子育て世代である20代～40代の人の参加を促すことが示された。

来場者アンケートからは、約8割の回答者は認知症の人との同居経験はなかったが、約7.5割の人は身近な人やボランティアで認知症の人との関わりがあると答えており、家族ではなくとも認知症の人との関わりが増えてきていることが考えられた。また、約8割の人は、認知症についての関心があると答えており、認知症への関心も高まってきていると思われる。しかし、認知症に関心があると回答する割合

が高いものの、認知症に関する情報に接する頻度は少ないことが明らかになった。また、認知症のことを知る情報源としてはテレビが多く、メディアで認知症の話題が取り上げられることが増えていることが影響していると考えられる。ここで、インターネットや映画、講演会といった回答が少なく、能動的に情報を得ようとしている人は少なく、新聞やテレビから受動的に情報を得ていることも推察された。

山本 (2001) は、臨床心理学的地域援助とは、「地域社会で生活を営んでいる人々の、こころの問題の発生予防、心の支援、社会的能力の向上、その人々が生活している心理的・社会的環境の調整、心に関する情報の提供などを行う臨床心理学的行為」であると述べている。その内容として、①問題が発生しないようにあらかじめ予防対策をすること (とくに第一次予防)、②心の支援、③社会的能力の向上、④心理的・社会的環境の調整、⑤地域生活を営んでいる人々に心の問題についての情報を提供する活動の5つを挙げている。今回の活動は、⑤の活動として、認知症という病気の知識や理解について情報の提供につながった活動ではないかと考えられる。

今回、この活動を企画し、実施した学生から、「活動を通して認知症への考え方や認知症以外の病気の人との接し方などについて考える機会になった」「認知症のことを何も知らない人の立場に立って考えることが必要だと実感した」「今の子どもたちと触れ合うことによって自分の世代との考え方や価値観の違いを知ることができた」などの意見が挙げられた。すなわち、学生自身が認知症に関心をもつようになっただけでなく、地域生活を営んでいる人々にも関心をもつようになったことが示された。また、仲間と活動することを通して、一緒に何かを作り上げていく喜びを感じている様子も見受けられ、学生自身の変化もみられた。今回の活動で、学生は「認知症だからといってその人自身が変わるわけではない」ということを地域の人たちに一番伝えたいと考えていた。このことを、若者が地域の人に呼びかけたことは、大きな意義があったように思う。

今後の課題として、参加してくれた子どもたちの感想を尋ねていないので、子どもたちがどのようなことを考えたり感じたりしたのかということについても明らかにする必要があると考えられた。また、学生スタッフから、「自分の将来のことも考えるようになった」「ニュースなどで認知症のことを気にするようになった」などの声も聞かれ、活動に関わることが学生にどのような影響があるのかという点についても検討していくことが重要だと思われる。

認知症の人が住みよい地域を作っていく上で、このような啓発活動を継続することが大切であると考えられるが、どのように活動を続けていくべきなのかについては課題として残された。

### 【謝辞】

本活動は、平成27年度一般社団法人日本認知症ケア学会地域ケア活動支援事業、平成27年度越前市地域貢献活動支援補助金、平成28年度仁愛大学地域貢献活動支援補助金の助成を受けて実施しました。本活動にご協力いただきました介護老人保健施設ヴィラ岩井 岡本直美さん、嶺南認知症疾患医療センター 寺川智浩さんに感謝いたします。

### 【付記】

本報告は、第19回認知症ケア学会で発表した内容に加筆・修正をおこなったものです。

### 引用文献・参考文献

厚生労働省 (2015). 資料1「認知症施策推進総合戦略～認知症高齢者などにやさしい地域づくりに向けて～(新オレンジプラン)」(概要)

[https://www.mhlw.go.jp/file/04-Houdouhappyou-12304500-Roukenkyoku-Ninchishougyakutaiboushitaikakuishinshitsu/01\\_1.pdf](https://www.mhlw.go.jp/file/04-Houdouhappyou-12304500-Roukenkyoku-Ninchishougyakutaiboushitaikakuishinshitsu/01_1.pdf) 2019.1.20閲覧

内閣府 (2018). 平成29年版高齢社会白書

認知症サポーターキャラバン(2019). 認知症サポーター養成状況 <http://www.caravanmate.com/result/> 2019.1.20閲覧

山本和郎 (2001). 臨床心理学的地域援助とは何かーその定義・理念・独自性・方法について 山本和郎 (編) 臨床心理学的地域援助の展開 培風館, p244-256.

### 【資料1】配布したチラシ

