



認知症の人と家族を支援する やさしい地域づくり

認知症ひとり歩き見守り模擬訓練
実施手引き



福井市 地域包括ケア推進課
平成29年 3月

はじめに

我が国の平成24年における、認知症の人の数は約462万人で65歳以上人口の7人に1人と推計されています。今後、高齢化の進展に伴い、その数が約700万人、5人に1人にまで上昇する見込みです。誰でも自分や家族が認知症になる可能性がある中で、認知症という病気のことを理解することが必要です。

認知症には、主に記憶障害や見当識障害などの中核症状と、様々な要因が重なって出現する、妄想、うつ、暴言、徘徊等の行動・心理症状があり、その中でも徘徊は脱水や熱中症、交通事故に巻き込まれるなど生命に関わる危険があります。徘徊行動が原因で行方不明になる人は全国で年間1万人を超えており、早期の保護や発見が重要となりますが、認知症の人を家族だけで見守ることは困難な状況です。そのため、認知症が原因で行方不明になった人を、早期に発見、保護するために、全国の自治体や警察が連携して様々な取組がなされています。

本市では、平成26年度より地域住民が主体となって地域包括支援センターや介護サービス事業者とともに認知症高齢者ひとり歩き見守り模擬訓練を実施しています。ある地区では、認知症と思われる人が区域内で不慮の事故に遭ったことが地域住民としての意識を高め、実施へとつながりました。また別の地区では、以前から力を入れていた認知症サポーター養成講座による理解の広がりが実施につながるなど、取組が拡大しています。

各地区とも子どもから高齢者まで安心できるやさしいまちづくりをスローガンに掲げ、地区に合った取組を進めており、将来的には福井市内の全ての地区で認知症ひとり歩き見守り模擬訓練が実施されることを目標としています。

この手引きは、認知症に関心を持ち、ひとり歩き見守り模擬訓練に取り組みたいと考えている地区、又は住民の方に活用していただけるよう作成しました。事業の概要やスケジュールなどに加え、これまでに実施した地区での具体的な取組も掲載していますのでご活用ください。

平成29年3月

福井市 地域包括ケア推進課





目 次

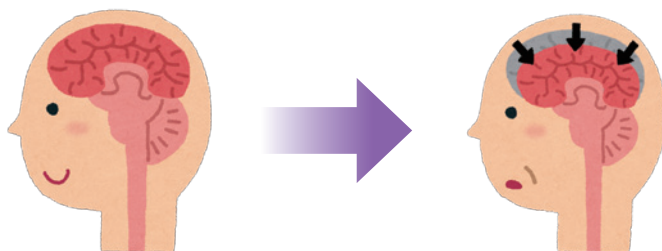
認知症について理解しましょう	1
ひとり歩き見守り模擬訓練の目指すもの	3
ひとり歩き見守り模擬訓練の内容	
1. 講演会や認知症サポーター養成講座	4
2. 声かけ訓練	5
声かけ訓練当日の流れ	6
参加者の声	7
ひとり歩き見守り模擬訓練をやろう！ 何から始めればいいのか？	
実行委員会を立ち上げ、企画運営を行いましょう	8
今後のスケジュールを決めましょう	9
こんなときはどうするの？	11
行方不明の人を早期に発見する取組	12



認知症について理解しましょう

認知症とは…

脳の細胞が死んでしまったり、働きが悪くなったために、さまざまな障害が起こり、日常生活に支障がでている状態のことです



認知症の症状

記憶障害

- 覚えられない
- 同じことを何度も聞く

見当識障害

- 時間の感覚が薄れる
- ここがどこかわからなくなる



理解・判断力の低下

- 考えるスピードが遅くなる
- 考えることが難しくなる

実行機能障害

- 段取りよく行動できない
- 今までできていたことができなくなる

本人の性格・環境、人間関係などが影響



※認知症の徘徊行動は、本人なりの目的があることから「ひとり歩き」としています。

行方不明の原因となる「ひとり歩き」について 考えてみましょう

こんな場面を見かけたことはありませんか？



雨が降っているのに傘もささず、
住宅街ではないところを
下を向いて黙々と歩いている



同じところを行ったり来たり
キョロキョロしている



深夜のコンビニの前に
長い時間座り込んでいる

これらは、実際に道に迷った人の事例です。
見かけた人が「あれ？おかしいな」と気づき、声をかけ、保護につながりました。

「あれ？」気づきのポイント

「時間」

- 早朝
- 深夜
- 長い時間ずっと 等

「場所」

- 道路の真ん中
- 農道
- バス停や公園のベンチ 等

「様子」

- 服装
- 疲労
- ケガ
- 汗だく 等



その人なりの目的や理由が あることを知る

会社へ行ってきます！

そろそろ
自宅に帰らないと…



目的や理由があって歩き始めますが、
歩いているうちに…

- 目的を忘れてしまう
- 昔と今の記憶が混在していて風景の違いに混乱する
- 道に迷ったことを人に言えず、
自分で何とかしようと歩き続けてしまう

その人の気持ちに共感する

誰でも道に迷ったら、不安や焦り、時にはイライラした
気持ちになります。どのように声をかけられたら、安心
するでしょうか。

不安な気持ちをわかってくれる
やさしくゆっくり声をかけてくれる
頭ごなしに否定しない

対応の心得 “3つの「ない」”

1. 驚かせない
2. 急がせない
3. 自尊心を傷つけない



ひとり歩き見守り模擬訓練の目指すもの

1. 地域住民が認知症を正しく理解する

子どもから高齢者までの幅広い世代で、認知症の人や家族を、日頃から見守る人が増えることを目指します。

- 講演会
- 認知症サポーター養成講座
→ 4 頁へ



2. 行方不明になることを未然に防ぐため 認知症の人に声をかけ、適切に対応できる

日常生活の中の不自然な様子に気づき、声かけする人が増えることを目指します。

- 声かけ訓練
→ 5～6 頁へ



3. 認知症になっても 安心して暮らし続けることができる地域をつくる

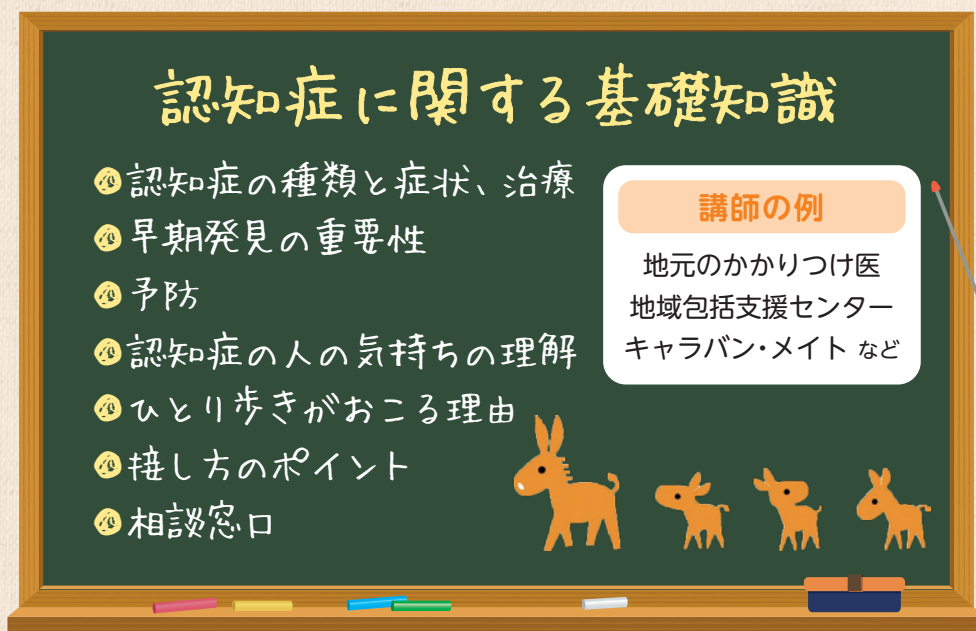
普段から自分や家族が認知症であることを周囲に話すことができ、もしもの時には、SOSが出せるような地域を目指します。



ひとり歩き見守り模擬訓練の内容

1. 講演会や認知症サポーター養成講座

認知症について正しい知識を持ち、認知症の人の気持ちを理解しましょう。



講師の例

地元のかかりつけ医
地域包括支援センター
キャラバン・メイト など

上記の基礎知識に加え、地区のことや認知症のことなど、
地区それぞれのテーマで意見交換をしましょう。

地区の良いところを話そう！

- 地区での活動を通して感じること
- 地区の誇りや大事にしていること

地区行事に
若者が参加して
活気がでてきたね



ひとり暮らしの
高齢者が
増えたなあ



自分だったらどうするか 考えよう！

Q1

あなたは介護者です。さっきまでの
認知症のおばあちゃんがいません。
今はお昼前、しばらく待つ？

YES or **NO**

Q2

道に迷っている認知症の人を見かけ
ました。あなたには急用があります。
立ち去る？

YES or **NO**

2. 声かけ訓練

認知症役の人への声かけなどの対応を通して、認知症の人の気持ちや地域で認知症の人を支えることの大切さを体感しましょう。

声かけの場面

夏なのに冬用のはんてんを着て、キョロキョロと不安な様子で歩いている人がいます。



参加者

「どうかされましたか？
私は近所の〇〇です。」

認知症役

「郵便局に行きたいんやけど、
道がわからなくなったんや。」

参加者

「郵便局ですか。私も同じ方向なので
一緒に行きましょう。」

認知症役

「そうですか。
ありがとうございます。」

サポート役のアドバイス

- 自分の名前を伝えたことで安心してもらえたと思います。
- 熱中症の心配がないか木陰などに誘導し、体調を確認することが大切です。
- 郵便局に送り届けるだけでなく、郵便局の方に状況を伝えましょう。

認知症役の様々な設定の例

設 定	対応のポイント
昔と今の記憶が混在して、 現在は閉店したお店に行こうとしている	● 間違いを否定しない。 ● 行き先が不明確な時は、身元がわかるものがないか尋ねる。
室内スリッパを履いたまま、 デイサービスから出てきて歩いている	● スリッパや杖等に事業所の名前が記載されていないか確認する。
道に迷い、水路の脇に、 疲れた様子で座りこんでいる	● 驚かせないように声かけし、安全な場所へ誘導する。 ● 体調不良やケガはないか確認する。

※地域の介護サービス事業所の専門職と一緒に考えましょう。

声かけ訓練当日の流れ

タイムスケジュールの例

(休日の午後に実施した場合)

13:00～

受付

パンフレットと名札を渡す

13:30～

開会式

主催者あいさつ

警察からの講話

(行方不明の現状、高齢者に関する相談等)

13:40～

説明

認知症の人への対応のポイント

声かけ訓練の手順の説明

参加者がイメージしやすいように、寸劇などで訓練の流れを説明します。

14:20～

声かけ訓練 (5頁を参照してください。)

15:30

終了後、アンケート記入

その他、参加品を渡した
地区もあります。

15:30～

閉会式

参加者の感想発表

閉会の言葉

パンフレットの内容

- 事業の目的
- タイムスケジュール
- 認知症の方への対応のポイント
- 声かけの手順や注意事項
- 緊急連絡先 (公民館など) など
- 訓練ルート及び認知症役の配置場所を示した地図 (下図参照)

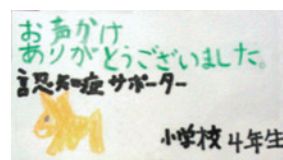


MEMO

- 地図のA～Jのポイントに認知症役の人を配置します。
- 各ポイントからスタートし、スタンプラリー方式で順に回ります。
- 3～4人のグループで行い、原則1人が声をかけ、他の人はその様子を見学し、次のポイントでは交代します。

参加品の例

- 手作りロバ隊長マスコット
- 小学生が描いた「ありがとうカード」



参加者の声



声かけはとても勇気がいること。
まずは、話を聞くことから
はじめようと思う。

認知症かどうかに関係なく、
困っている人に声をかけることが
大事なんですね。



声かけをすることができて、
自信になったかな。
地域でも声をかけたい。



同級生で関心を持つ子は
少ないと思うけど、
私が発信していこうと
思いました。



地域のつながりが大事。
毎年実施してほしい。
みんなに知ってほしいから、
次は若い世代に参加を
呼びかけよう！



認知症の人や家族が
望んでいることは何かと
考えるきっかけになりました。



実行委員会

ひとり歩きのことだけでなく、
認知症全般のことを
考えていく必要がある。
地区で認知症の
理解者を増やしたい。



ひとり歩き見守り模擬訓練をやりよう！ 何から始めればいいのか？

実行委員会を立ち上げ、企画運営を行いましょう。

- 【委員】** ● 地区社会福祉協議会 ● 公民館 ● 自治会連合会 ● 民生委員児童委員
● 福祉委員 ● 保健衛生推進員
● 老人クラブ ● 婦人会 ● PTA ● 子ども会育成会
● 介護サービス事業者 ● 福井市社会福祉協議会 ● 地域包括支援センター ● 市 等
※一例です。地区の状況に合わせて選定してください。

- 【検討内容】** ● 認知症に関する講演会や認知症サポーター養成講座の日程、内容、講師
● 声かけ訓練の日程、内容、実施エリア
● 地区住民への周知、各種団体等への参加協力依頼
● 事業を振り返り、成果や課題の把握、次年度の計画

地域の協力を呼びかけましょう。

地域全体で認知症の人やその家族を支えていくことの大切さを理解してもらい、やさしい地域になるよう、地域の方へ参加協力を依頼しましょう。

協力団体（例）

- | | |
|----------------|------------|
| ● 地区各種団体 | ● 病院、医院 |
| ● 介護サービス事業所 | ● 歯科医院 |
| ● 薬局、ドラッグストア | ● 地元の商店、企業 |
| ● 郵便局、銀行等の金融機関 | ● 警察・交番 |
| ● スーパー、コンビニ | ● 公共施設 等 |

地域にはこんなお店等があります

認知症にやさしいお店等

認知症の人や家族が安心して利用できる
お店づくりに取り組むお店や企業等



認知症にやさしいまちづくり協力事業所

認知症への理解を深める取組を行う介護
サービス事業所や医療機関



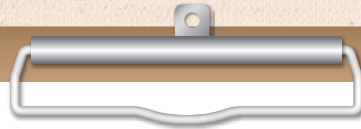
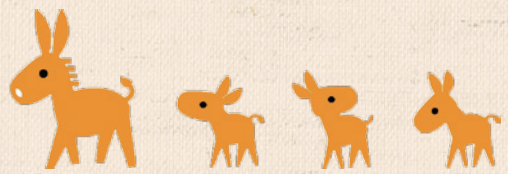
※福井市のホームページで確認できますので参考にしてください。

地元の協力団体



今後のスケジュールを決めましょう

時期の 目安	内 容
模擬訓練の 4 か月前	☐ 模擬訓練の日程を決める(月 日 : ~ :) ☐ どんな訓練にしたいかを検討する ★何人くらいの参加を見込むのか、訓練の規模等、大まかに考えておきます。 ★雨天の場合はどうするかも考えておきます。 ☐ 講演会の日程等を決める(月 日 : ~ :) ●認知症の基礎知識 講師() ●気持ちの理解、接し方 講師() ●その他 ☐ 講師に依頼する 担当()
3 か月前	☐ 実施するエリア、会場を決める エリア() 会 場() ★開会式等を行う会場から30分以内で歩ける範囲を目安に選定します。 高齢化率が高い、独居が多いことなどを参考にしましょう。 ☐ 訓練のルート、認知症役の配置場所等を決める 地区踏査日(月 日 : ~ :) ★実施エリアを実際に歩くなどして、所要時間や危険箇所等の把握を行い、 訓練当日のルートを決めます。 ☐ 地図を作成する 担当() ★当日、参加者に渡す地図を作成します。(6頁参照) ☐ 地域の関係団体へ協力を依頼する 担当() ★地域の商店、飲食店、医院、歯科医院、薬局、金融機関、駅等を把握し、参加協力を依頼 します。 ★特に訓練ルート上にあるお店等へは事業説明を行い、声かけ訓練の場所等の協力を 依頼します。 ★介護サービス事業所へは認知症役やサポート役、寸劇等の協力を依頼します。 ☐ 地元の交番・駐在所へ参加を依頼します



時期の 目安	内 容
模擬訓練の2か月前	☐ 講演会、声かけ訓練の案内チラシを作成する 担当() ☐ 周知の協力を依頼する 地区内回覧(市政広報／ 月 日号の配布に併せて) チラシ設置やポスター掲示の依頼先 [] ☐ 声かけ訓練のスケジュールを決める(6頁参照) ☐ 声かけ訓練の役割分担を決める 担当() ★役割分担表を作成します。 (受付、救護、警備、司会、記録、認知症役、サポート役、寸劇等) ☐ 講演会の準備 ★会場準備、受付、司会等の役割を決めます。配布資料を準備します。
1か月前	☐ パンフレットを作成する(6頁参照) ※ひな型もあります 担当()
講演会	講演会・認知症サポーター養成講座(4頁参照) 月 日 : ~ :
2週間前	☐ 当日に向けた最終打ち合わせを行う ★実行委員と協力事業所との顔合わせを行います。 ★全体の流れ、役割分担、準備物、寸劇の内容等の確認をします。
訓練当日	声かけ訓練(5～6頁参照) 月 日 : ~ :
終了後	☐ 事業の振り返り 成果と課題を把握し、今後の地域づくりにつなげます

こんなときはどうするの？



Q. どのような経費が必要ですか？ 準備物などがありますか？

A. 経費としては講演会の講師の謝礼、模擬訓練当日の参加者の保険、チラシやパンフレットの作成に係る費用が挙げられます。

訓練当日のスタッフ用のゼッケン、参加者のネームホルダー等、市が貸出できる備品があります。ご相談ください。

Q. どんな方法で周知していますか？

A. 案内チラシを作成し、地区内で回覧したり、地区でのイベントや、認知症サポーター養成講座の際に配布します。介護サービス事業所や地区内のお店等でチラシの設置やポスター掲示を依頼します。その他、公民館便りや地区社協便り等に掲載する方法もあります。

Q. 声かけ訓練だけの実施でもいいですか？

A. 認知症の人に適切に声かけし対応するためには、認知症への理解が必要です。講演会や認知症サポーター養成講座で、認知症の正しい知識を深めた上で声かけ訓練を実施してください。

これまでの取組では、講演会の1か月～2週間後に声かけ訓練を実施しています。また、午前に講演会、午後に声かけ訓練として1日で計画しているところもあります。

Q. 続けて実施するにはどうしたらいいですか？

A. 事業の規模を小さくしたり、実施方法を工夫するなどして、地区に合った、無理のないやり方で実施してください。

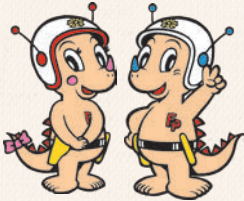
例えば、地区をいくつかのエリア（1～2つの自治会）に分けて、順番に実施する、また、小学生とその保護者を対象に認知症サポーター養成講座と併せて実施する地区があります。この事業は続けて実施することで地域での認知症の理解が広がり、認知症の人と家族にやさしい地域づくりにつながります。

行方不明の人を早期に発見する取組

●市の取組（地域包括ケア推進課）

事業名称	事業概要
行方不明高齢者 事前登録  	認知症で行方不明になる恐れがある方の名前や特徴、写真など、あらかじめ登録した情報を市や警察署等で共有します。実際に行方不明になった際には、早期発見と保護に役立てます。登録者には靴やかばん等に貼って使用する反射材シールを5組お渡しします。 シールが貼ってあることで、本人が名前を言えない場合や声かけができない場合でも、登録番号等から本人の確認ができます。
福井市あんしん 見守りネットワーク 	日常的にご家庭を訪問したり、高齢者や子どもと関わることが多い地域団体や民間の協力事業者と連携し、異変を察知した場合には、必要に応じて、市または警察及び消防に連絡し適切な対応を行います。 また認知症等により行方不明者がでた場合には、関係機関で情報を共有し、早期発見・保護を図ります。
徘徊見守り ネットワーク事業	介護サービス事業者間での携帯メール配信システムを使って、送迎や移動時等、日常業務の中で、ひとり歩きをしている人を早期に発見する仕組みです。

●県警の取組（福井県警察本部 生活安全企画課）

事業名称	事業概要
リュウピーネット 登録 	あらかじめ登録した住民に対して、メールで防犯情報等を発信する取組です。発信情報の一つとして、行方不明になった人の情報等を発信し、できる範囲で捜索のお手伝いをお願いしています。 https://www.fukuikenkei.jp 

●家族や地域の方の取組 もしかしたら…と思ったら速やかに警察や市にご連絡ください。

ご家族	行方不明になってしまったら… 迷わず、警察に連絡しましょう。時間が経つほど、発見が遅れます。
地域の方	認知症で迷っているのでは？という人を見かけたら… ●そっと、声をかけましょう。身元や行き先が分からなければ、警察に連絡しましょう。 ●独りで対応しようとせず、周囲の人と協力しましょう。

連絡先／110番 もしくは 福井警察署 Tel 52-0110 ・ 福井南警察署 Tel 34-0110

認知症になっても
安心して暮らし続けることができる地域を目指し、
ひとりひとりができることをしていきましょう。



(平成26年度 認知症理解普及月間に作成)

認知症ひとり歩き見守り模擬訓練 実施手引き

平成29年3月発行 編集／福井市 地域包括ケア推進課

TEL 0776-20-5400 FAX 0776-20-5426

E-mail hokatsucare@city.fukui.lg.jp