

認知症施策推進のための ヒアリング調査 報告書

令和8年10月

明 石 市

1 ヒアリング概要

(1) 実施目的

「都道府県・市町村向け認知症施策推進計画策定の手引き」では、認知症の当事者・ご家族の意見を把握することが必要とされています。認知症の当事者・ご家族の声を直接うかがう等、生活課題や家族が直面する様々な負担や困りごとを把握し、今後の支援策の改善につなげるためのヒアリング調査を実施しました。

(2) 実施場所・日時

ヒアリングは、次の日程で開催しました。

日時	開催場所	意見聴取対象者		
		本人	家族	支援者
7月15日(水) 10:30	みつくすカフェ	1人	1人	1人
7月16日(木) 14:30	オレンジカフェ山手台	0人	0人	2人
7月18日(土) 13:30	ハートオレンジカフェ	2名	0名	1名
7月21日(火) 13:30	ふらっとカフェ	1名	2名	1名

2 実施の流れ

(1) ヒアリングの進め方

認知症カフェを訪問し、カフェ運営の時間内でヒアリングを実施させていただきました。ヒアリングはカフェを利用されている認知症患者ご本人、ご本人に同伴されているご家族の方、およびカフェ運営者（支援者）対象に実施しました。

ヒアリングは、一対一の対面式として実施し、後述の設問を含むヒアリングシートに基づいてご意見を聴取いたしました。実施時間は、概ね1回あたり30-60分程度となりました。

(2) 設問内容

【本人】

- 問1：日々の生活の中で楽しみはありますか、今後やってみたいことはありますか。
- 問2：ご自分の気持ちや悩み(困ったこと)を話せる場所がありますか。また、話せる人がいますか。
- 問2-1：問2で「ある」場合、気持ちが大切にされている・意思が尊重されていると感じていますか。
- 問3：日々の生活の中で「こんなことに困っている」「こうなったらいいな」「本当はやりたいが諦めていること」はありますか。
- 問3-1：問3は、どのような手助けがあれば解決できると思いますか。
- 問4：認知症ではないかと感じた時、家族・親族・知人以外で最初にどこに（誰に）相談しましたか。
- 問5：あなたが共感できる考え方はありますか。
- 問6：（診断・告知がされている場合）認知症とわかった時の気持ちはどうでしたか。
- 問7：あなたにとって(今参加している)ここはどんな場所ですか。
- 問8：「明石市みまもりあいプロジェクト」や認知症の事業を知っていますか、利用していますか。

【家族】

- 問1：ご本人が認知症と診断された時、どのように感じましたか。
- 問2：認知症について相談した時に、病院や相談した機関の対応はいかがでしたか。医療受診、診断、福祉サービスへのつながりは適切でしたか。
- 問3：ご本人が「こんなことに困っている」「こうなったらいいな」「本当はやりたいが諦めていること」ことについて、どのような手助けがあれば解決できると思いますか。
- 問4：ご家族が気持ちや悩みを話せる場所がありますか。また、話せる人がいますか。
- 問5：家族会や認知症カフェに参加したきっかけや今参加しているこの場所はどのような場所ですか。
- 問6：ご家族が介護を行う上でどのような支援があればよいと思いますか。
- 問7：住み慣れた地域で安心して暮らしていくために、特に必要だと思うことは何ですか。
- 問8：認知症の人が尊厳をもち、希望を持って暮らすことができる共生社会の実現に向けて、市では以下の取り組みを行っています。あなたは、次の取り組みをご存じですか。また、今後利用してみたいと思いますか。（それぞれあてはまるもの1つに○）
- 問9：認知症予防、認知症や軽度の認知機能の障害の早期の発見・診断について、情報が得られていると感じていますか。地域や行政、医療機関等に伝えたいことはありますか。

【支援者】

問1：新しい認知症観について知っていますか。

問2：本人発信支援ややりたいことが実現できるように工夫していることはありますか。

問3：ACP(アドバンスケアプランニング＝人生会議)という言葉や認知症の人の意思決定支援ガイドラインを知っていますか。

問4：認知症の疾患別にケア等で気をつけていることや工夫していることはありますか。

問5：住み慣れた地域で安心して暮らしていくために、特に必要だと思うことは何ですか。

3 意見の整理

意見聴取で得られた回答を以下の通り整理いたしました。整理に当たっては、回答から「現在、困っていること」「今後やってみたいこと・やりたいけどできないこと」「参加者にとっての認知症カフェの意味」の3点に着目しました。

①現在、困っていること

- 認知症によって孤独や役割の喪失感を感じており、それに伴って家族への気兼ねなどを感じることもある状況です。

【具体的意見】

(孤独感と話し相手の不在)

「家に閉じこもっていてしゃべる相手がいない。ひとりぼっち。」

(役割の喪失感と自己への無関心)

「誰かのために尽くすという事が出来ないから一人だとしんどい。子どもや主人のためになら一生懸命できるが、自分の為だと手を抜く」

(家族への気兼ね)

「家族といっても迷惑をかけるだけ。迷惑をかけてはいけないと思っているけれど。」

- 外出の難しさなどから、地域社会への参加頻度の減少、生活上の楽しみの減少などがみられる状況です。

【具体的意見】

(一人での外出の難しさ)

「一人でいるのは心細い。防犯のため、入り口に棒を2本立てておいたら娘に見つかり、やめときなさいと怒られた。」

(地域社会への参加しづらさ)

「地域の自治会館の集まりには行っていない。誘われないので行きづらい。」

(生活の楽しみの減少)

「近所に友達もできたがデイサービスに行くから断った。食事に行ったり家に呼んだりしていて楽しかったが、出来ないようになった。両方は難しい。」

- 身体機能や発話能力の低下に対して不安や懸念を感じている状況です。また、それにもなって防犯などの面での不安もみられます。

【具体的意見】

(防犯面と不審者への強い不安)

「一人でいるのは心細い。防犯のため、入り口に棒を2本立てておいたら娘に見つかり、やめときなさいと怒られた。」(※再掲)

(発話能力の衰えへの懸念)

「長い事一人部屋で入院していて退院したときに言葉が出なかった。何でも使わんといかん。」

②今後やってみたいこと・やりたいけどできないこと

- 海外旅行などの大掛かりな希望に加え、友だちとの交流を再び楽しみたいという切実な願いもみられました。

【具体的意見】

(海外旅行)

「飛行機に乗って外国に行きたい。ハワイに行きたい。」

(交流)

「食事に行ったり家に呼んだりしていて楽しかったが、できないようになった。」

③参加者にとっての認知症カフェの意味

- 誰とでも対等に話せる暖かい場所、孤独を解消する場所であるという認識や、日々の生活の楽しみとなっている様子がうかがえました。

【具体的意見】

(誰とでも話せる場所)

「みんな仲良し。誰とでもしゃべれる。」

(自宅の孤独を解消する場所)

「デイサービスもここもどちらもよい場所。デイサービスに行かないと一人だから。」

(生活の楽しみ)

「月1回のこのオレンジカフェは楽しみにしている。」

4 まとめと考察

①現在、困っていること

認知症によって孤独や役割の喪失感を感じており、それに伴って家族への気兼ねなどを感じることもある状況です。「家に閉じこもっていてしゃべる相手がいない。ひとりぼっち。」といった孤独感や話し相手の不在、「誰かのために尽くすという事が出来ないから一人だとしんどい。子どもや主人のためになら一生懸命できるが、自分の為だと手を抜く」といった役割の喪失感、さらには「家族といっても迷惑をかけるだけ。迷惑をかけてはいけないと思っているけれど。」といった家族への気兼ねがみられます。

また、外出の難しさなどから、地域社会への参加頻度の減少、生活上の楽しみの減少などもみられる状況です。「一人でいるのは心細い。防犯のため、入り口に棒を2本立てておいたら娘に見つかり、やめときなさいと怒られた。」というように一人での外出の難しさや不安があり、「地域の自治会館の集まりには行っていない。誘われないので行きづらい。」と地域社会に参加しづらさを感じています。さらに、「近所に友達もできたがデイサービスに行くから断った。食事に行ったり家に呼んだりしていて楽しかったが、出来ないようになった。両方は難しい。」と生活の楽しみの減少もうかがえます。

さらに、身体機能や発話能力の低下に対して不安や懸念を感じている状況であり、「長い事一人部屋で入院していて退院したときに言葉が出なかった。何でも使わんといかん。」という発話能力の衰えへの懸念や、それにとまなう防犯面・不審者への強い不安もみられます。

②今後やってみたいこと・やりたいけどできないこと

「飛行機に乗って外国に行きたい。ハワイに行きたい。」といった海外旅行などの大掛かりな希望に加え、「食事に行ったり家に呼んだりしていて楽しかったが、できないようになった。」と友だちとの交流を再び楽しみたいという切実な願いもみられました。

③参加者にとっての認知症カフェの意味

誰とでも対等に話せる暖かい場所、孤独を解消する場所であるという認識や、日々の生活の楽しみとなっている様子がうかがえました。「みんな仲良し。誰とでもしゃべれる。」という誰とでも話せる場所、「デイサービスもここもどちらもよい場所。デイサービスに行かないと一人だから。」という自宅の孤独を解消する場所、そして「月1回のこのオレンジカフェは楽しみにしている。」といった生活の楽しみとしての意味を持っています。

④今後の認知症対策

これらのご意見を踏まえると、今後の認知症対策においては、単に介護サービスを提供するだけでなく、本人の「役割」や「繋がり」を維持・創出する取り組みが重要となります。

具体的には、本人が「誰かの役に立っている」と感じられるようなカフェ内や地域での役割づくり、自治会や近隣住民への働きかけによる地域参加のハードル低下、移動支援や見守り体制の強化による防犯・外出面での安心感の確保が求められます。また、会話機会を継続的に設けることで発話・認知機能の維持を図るとともに、旅行や友人との交流といった「やりたいこと」を可能な範囲で再現・代替できるような工夫やプログラムを取り入れていくことが望まれます。