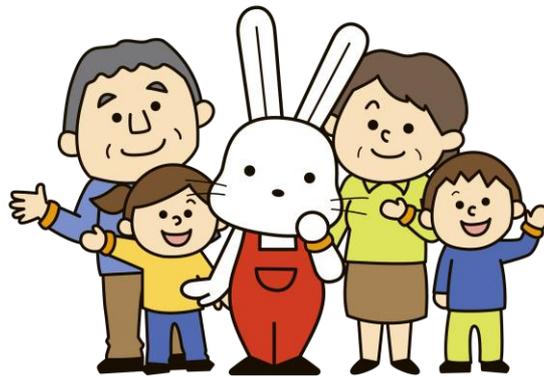


令和4年度  
福島市認知症の人と家族の実態調査  
こころの声アンケート結果報告



福島市長寿福祉課地域包括ケア推進室

福島市では、「すべての人が人間として尊ばれ、生きがいを持ち、心豊かに安心して安全に暮らせる長寿社会の実現」を目指し、福島市高齢者福祉計画・介護保険事業計画とあわせて福島市認知症施策(福島市オレンジプラン2021)を策定し施策を進めています。

本市オレンジプランでは、目指す姿を実現するための視点として「認知症の人やその家族の思いを重視する」と謳い、平成30年度に「福島市認知症の人と家族の実態調査(こころの声アンケート)」を実施し計画に反映させました。

令和6年度から次期オレンジプラン策定にむけて、認知症の人と家族の思いを知るために令和4年度に2回目となる「福島市認知症の人と家族の実態調査(こころの声アンケート)」を実施しました。調査結果は、次期計画にいかすとともに、今後もいただいた多くの声を受け止め、目指す姿に向かって地域づくりを進めて参ります。

今回のアンケートにさまざまな思いをお話くださった皆様、コロナ禍の困難な中ご協力いただきました地域包括支援センターや居宅介護支援事業所の皆様、検討委員会の皆様に感謝いたします。

## 【 目 次 】

I 調査実施内容	
1. 目的	2
2. 実施方法	2
3. 調査内容	3
II 調査結果	
1. 認知症の人と家族への個別聞き取り調査	6
2. 地域包括支援センター職員、介護支援専門員へのアンケート調査	32
3. 調査結果のまとめ	35
III 参考	
1. こころの声アンケート取り組みの経過	37
2. 調査票	39
3. 認知症高齢者の日常生活自立度	44
4. 障害高齢者の日常生活自立度	44

# I 調査実施内容

## 1. 目的

福島市高齢者福祉計画の基本理念である「すべての人が人間として尊ばれ、生きがいを持ち、心豊かに安心して安全に暮らせる長寿社会の実現」に向けて、認知症の人と家族の声を聴き、認知症の人が地域で暮らしていく上での課題について把握し、施策へいかしていく。

- ・認知症の人や家族を支える仕組みづくりにいかす（本人視点の支援の構築）  
認知症ガイドブック（認知症ケアパス）の作成と地域づくりの推進
- ・本人、家族の思いやメッセージを広く市民や認知症支援に携わる関係機関に伝える（認知症の正しい知識の普及）
- ・個別聞き取りを通し、地域包括支援センター職員及び介護支援専門員のアセスメントにいかすとともに、本人、家族の支援の一助とする

## 2. 実施方法

### (1) 認知症の人と家族への個別聞き取り調査

福島市地域包括支援センター職員、福島市内居宅介護支援事業所に所属する介護支援専門員1名につき下記の条件を満たす利用者と家族1組へ個別聞き取り調査を実施する。

- ①市内在住の要支援・要介護認定を受けている方（若年性認知症も含む）
- ②本人が「もの忘れ」の自覚があること
- ③家族が、対象となる本人が認知症であると理解していること

### (2) 地域包括支援センター職員、介護支援専門員への調査

調査を行っての感想や気づいたこと、認知症施策への要望等についてアンケート調査を実施する。

### (3) 調査期間

令和4年10月3日（月）～令和4年11月18日（金）

### (4) 調査集計方法

聞き取った声をグループ化して集計。

本人・家族から聞き取った声をそのままメッセージとして記載。

## 3. 調査内容

## (1) 認知症の人と家族への個別聞き取り調査

## ①基本情報

	内 容		内 容
1	地区	8	要介護認定
2	年齢	9	利用している介護サービス
3	性別	10	認知症高齢者の日常生活自立度
4	認知症のタイプ	11	障害高齢者の日常生活自立度
5	発症して何年か	12	介護者の続柄
6	医療機関（主治医）	13	前回調査の有無
7	同居家族の人数		

## ②聞き取り内容

## 【本人に質問】

	内 容
1	日頃から楽しんでいる趣味や活動はどのようなことですか？
2	普段から自宅や地域などで行っている役割などはありますか？ どのようなことですか？
3	普段から利用するお店や出かけて行く場所はどのようなところですか？
4	日頃から交流のある友達や知人はいらっしゃいますか？ どのような方ですか？
5	やりたいことや行きたいところがありますか？ その内容や場所を教えてください。
6	ご家族について、日頃思っていることを教えてください。

## 【本人・介護中の家族に質問】

	内 容
7	最初に認知症ではと気づいたのは、いつ頃でどのような状況でしたか？ また、身近な人は誰に相談しましたか？
8	最初に相談した専門機関はどちらですか？その機関はどこで知りましたか？
9	上記の機関へどのような相談をしましたか？
10	いつもと違うと気づいてから、専門機関へ相談をするまでの期間はどのくらいでしたか？また、相談してみようと思ったきっかけはどのようなことでしたか？
11	主治医には病気のことについてどのようなことを相談していますか？
12	医療機関等についての思い、希望することはありますか？ それはどのようなことですか？

13	困っていることや不安なことはありますか？ それはどのようなことですか？
14	うれしいと思うことはどのようなことですか？
15	あなたの支えや励みになっていることはどのようなことですか？
16	相談できる人や協力してくれる人はいますか？ その方はどのような関係の方ですか？
17	周囲の人にしてほしいこと、言ってほしい言葉はどのようなことですか？
18	周囲の人にして欲しくないことは、どのようなことですか？
19	今後、介護保険サービスに限らず、地域でご本人やご家族を支える仕組みとして あったらいいなと思うことはどのようなことですか？

## 【本人・介護中の家族からのメッセージ】

	内 容
20	認知症の方や、これから認知症になるかもしれない皆さんへ、言いたいことやメ ッセージがあれば教えてください。(本人より)
21	介護中の家族の皆さんへ、言いたいことやメッセージがあれば教えてください。 (介護中の家族より)

## (2) 地域包括支援センター職員・介護支援専門員へのアンケート

	内 容
1	経験年数
2	調査対象の選択理由について
3	アンケートを行ってみて、項目ごとに感じたことについて ①ご本人の声を聞いて ②ご家族の声を聞いて ③介護サービスについて ④医療について ⑤地域での支え合いやインフォーマルサービスについて ⑥その他
4	日頃の悩みや研修の希望について

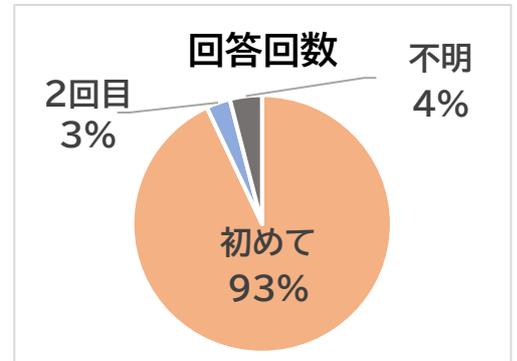
## Ⅱ 調査結果

1. 認知症の人と家族への個別聞き取り調査

※認知症の人(以下、本人と表記) 介護中の家族(以下、介護者と表記)

(1)実施事業所数・調査件数

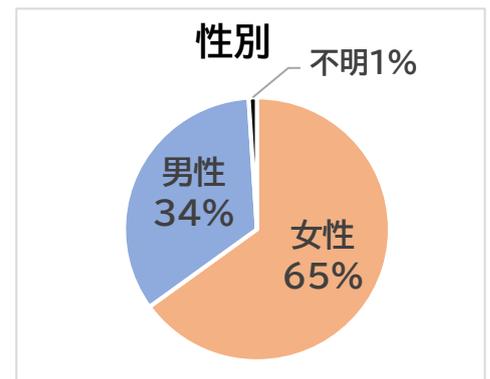
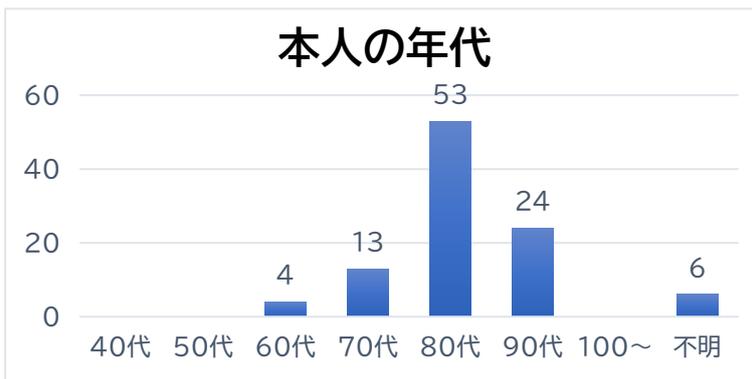
	R4年度		
	事業所数	調査件数	
		本人	介護者
地域包括支援センター	17	39	37
居宅介護支援事業所	25	58	53
市	1	3	3
計	43	100	93



(2)本人の概要

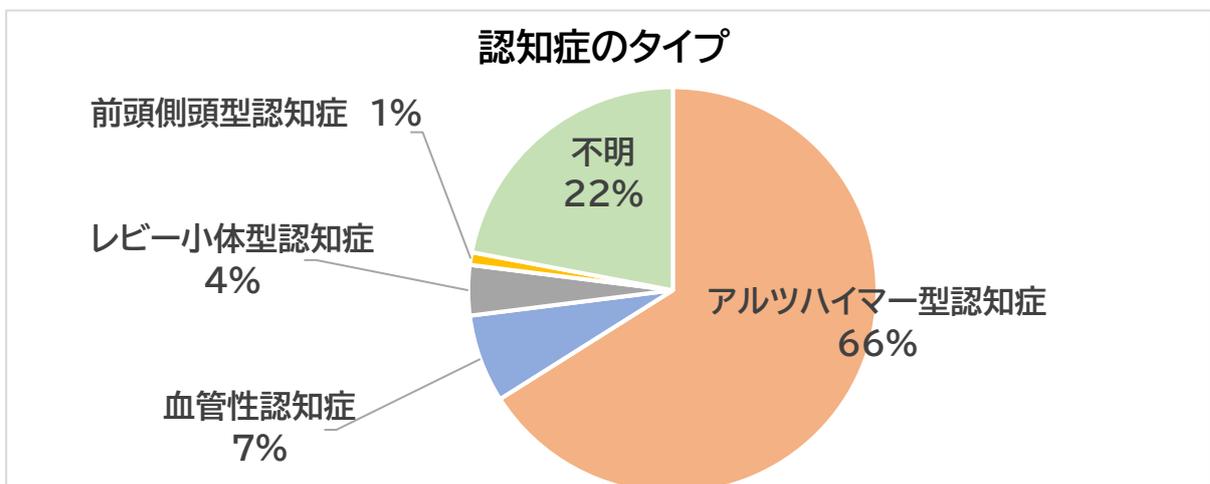
① 性別と年代

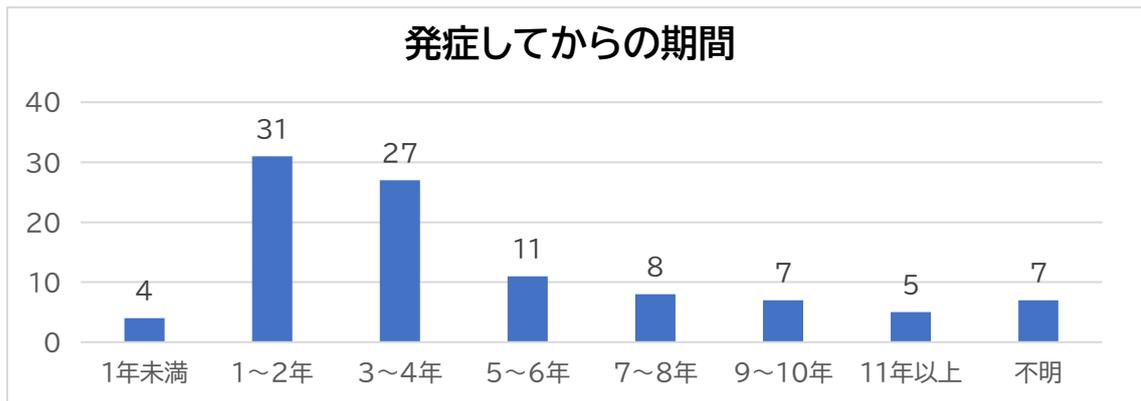
後期高齢者からの回答が多く、中でも80代が半数を占めており、53人であった。



② 認知症のタイプと発症してからの期間

アルツハイマー型認知症が66人で最も多く、次いで脳血管性認知症の7人であった。





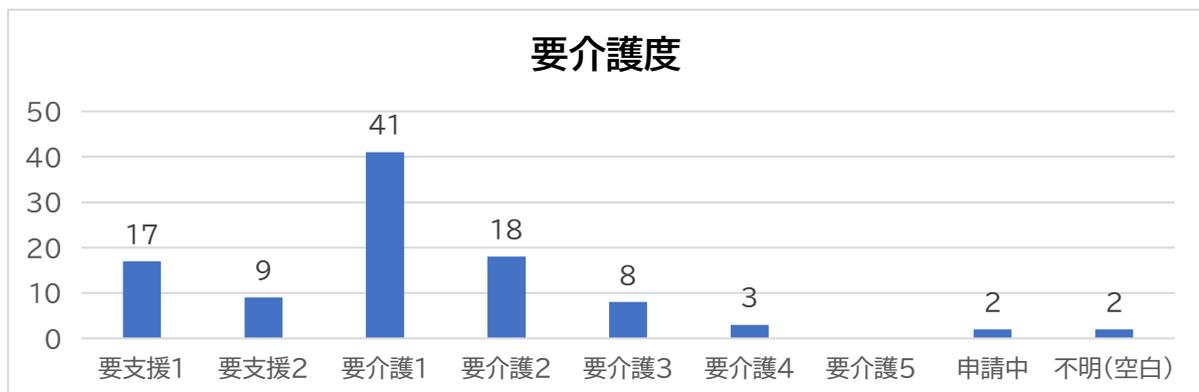
### ③ 医療機関(主治医)

認知症専門医療機関の受診が71人で最も多く、その他の専門外の医療機関が24人であった。

		人数	
専門	もの忘れ相談医	71	37
	認知症専門医		29
	認知症疾患医療センター		
	精神科		5
専門外(かかりつけ医)		24	
不明		5	
計		100	

### ④ 本人の介護度

要介護1が41人で最も多く、認知症高齢者の日常生活自立度は、Ⅱa「家庭外で多少困難さがあるが、誰かが注意すれば自立」の者が27人と最も多かった。

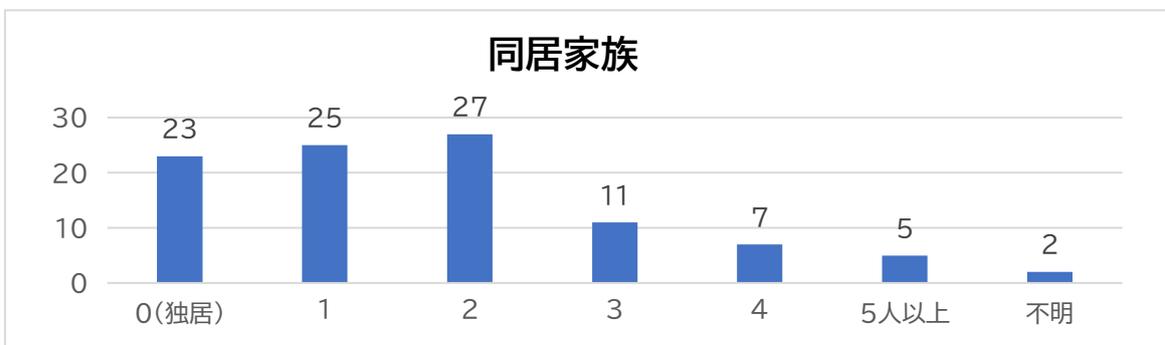




※自立度基準 P44 記載

#### ⑤ 同居家族の人数

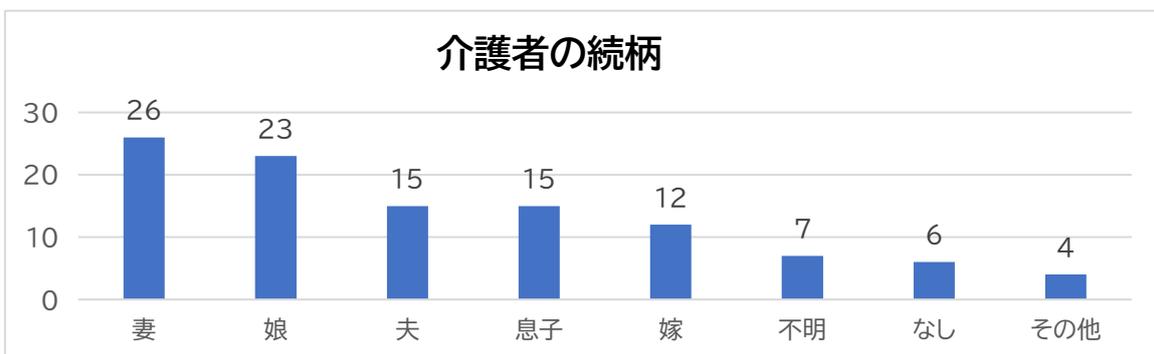
同居家族は、2人(3人暮らし)が最も多かった。また独居は23人であった。



#### (3)介護者の概要 ※独居の場合、同居していない介護者に調査を実施

##### ① 介護者の続柄

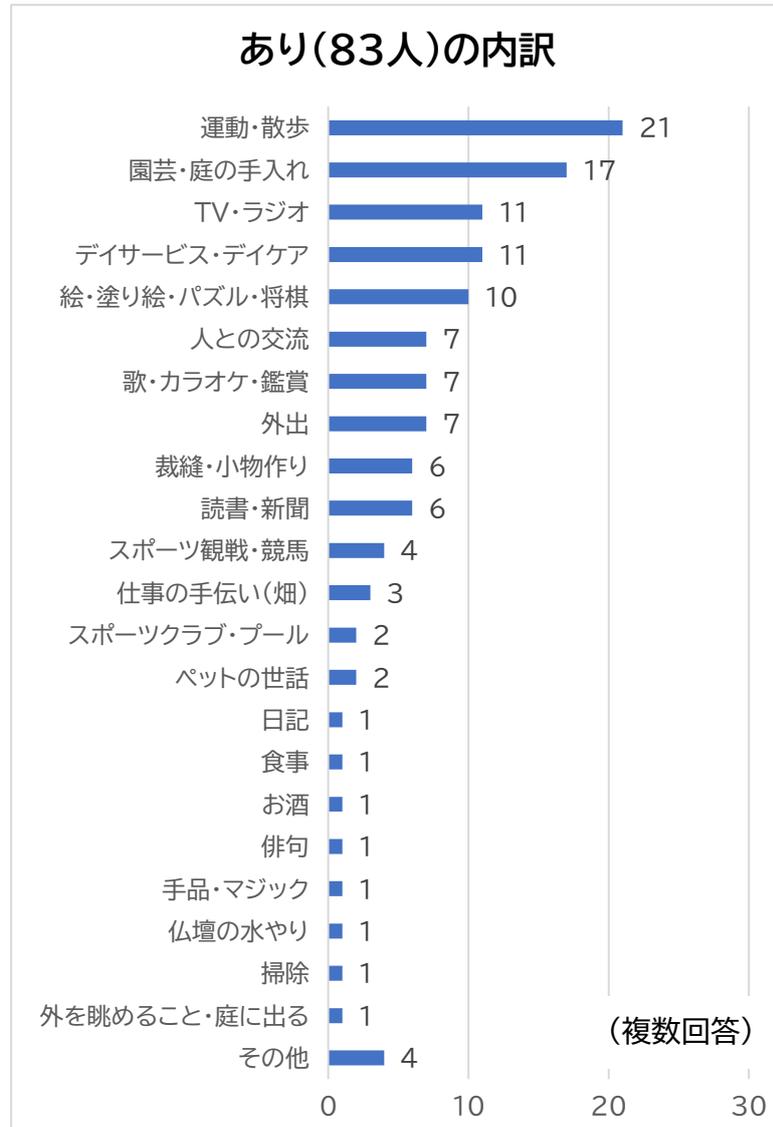
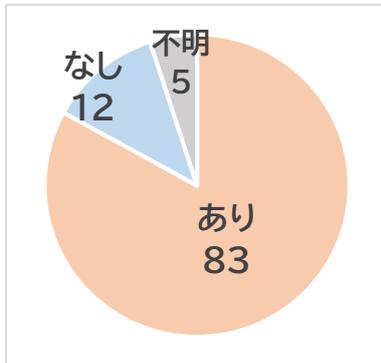
妻が26人で最も多く、次いで娘が23人、夫、息子、嫁が続いている。



(4)本人の調査

① 日頃から楽しんでいる趣味や活動

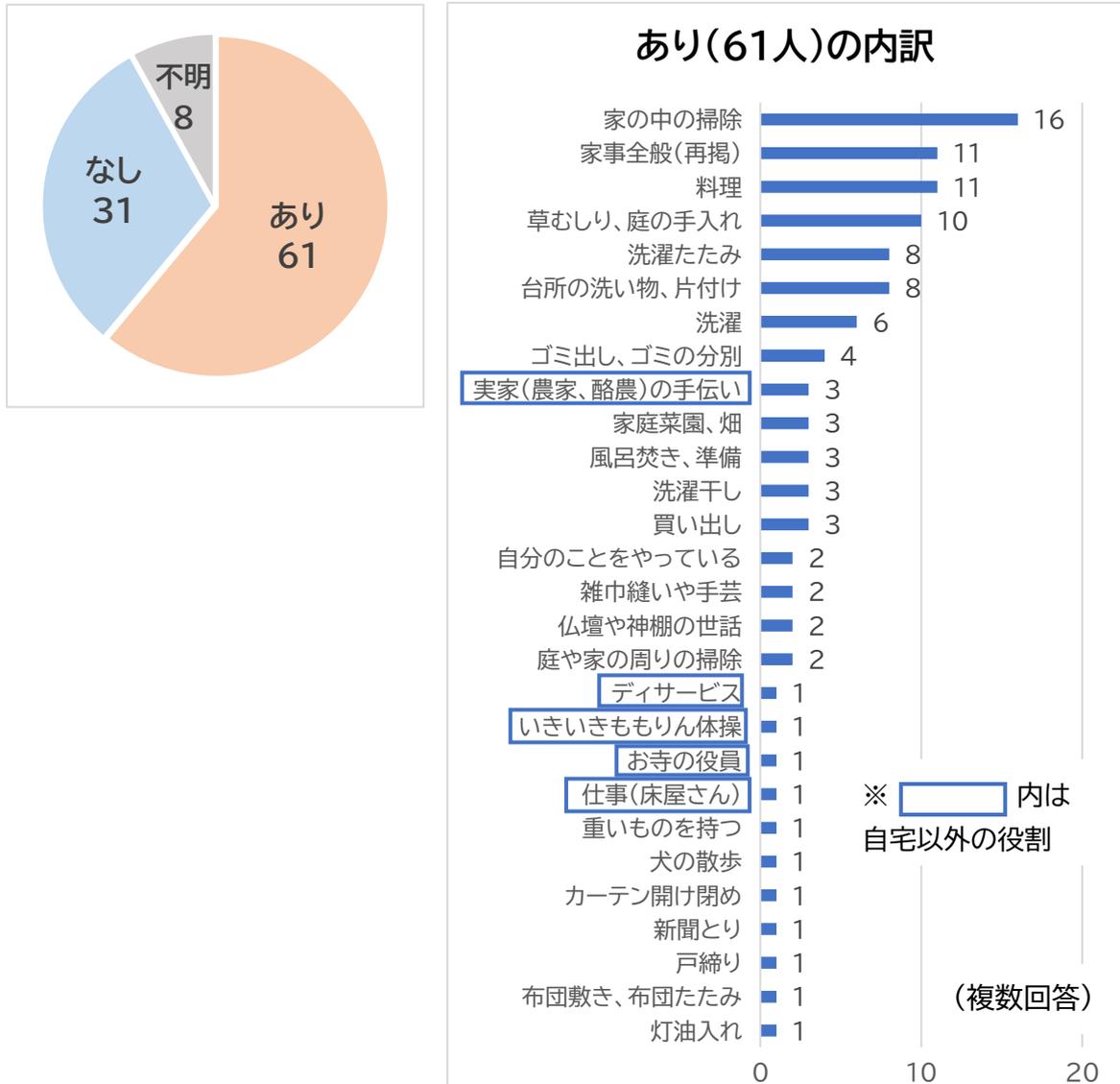
最も多いのが「運動、散歩」で21人、次いで、「園芸、庭の手入れ」が17人、その他の活動の内容も幅広い回答があった。



本人の言葉	本人の言葉の意味や背景
今度、近所の友達と同じ曜日にデイサービスに行けるようになったので、おしゃべりできるのを楽しみにしている。	なかなか会えない友人や近所の人とデイサービスを利用するなかで再会。本人が楽しんでいる様子が見える。

② 普段からの自宅や地域での役割

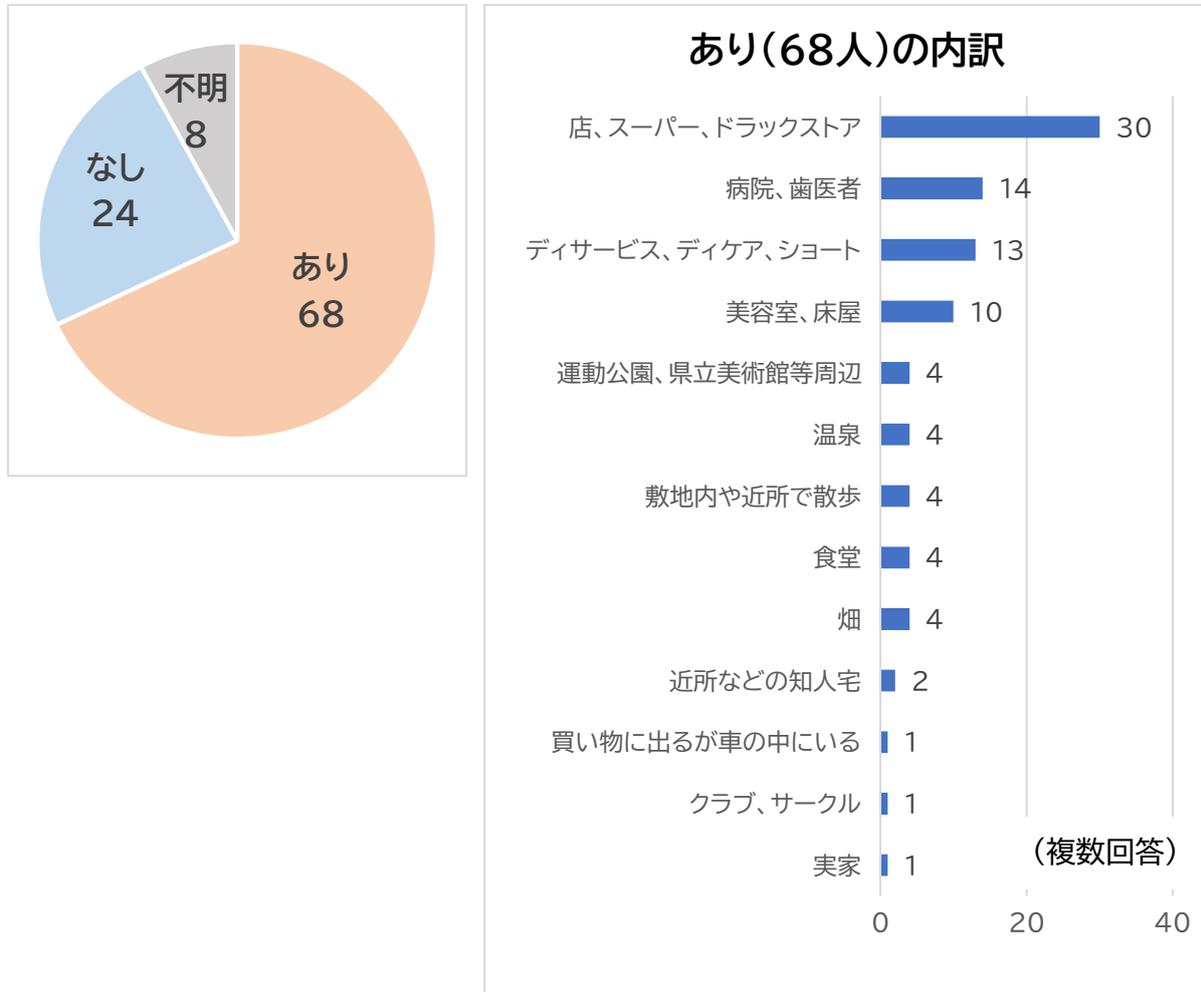
役割があると回答した方61人のうち自宅での役割は53人、自宅以外の役割は7人で、仕事（床屋さん・畑など）、いきいきももりん体操、ディサービスの参加、お寺の役員といった内容である。



本人の言葉	本人の言葉の意味や背景
重いものは自分で持つようにしている。 (男だから)	認知症になったとしても家族の役に立ちたい。 助けたいという気持ちは忘れない。

③ 利用する店や出かける場所

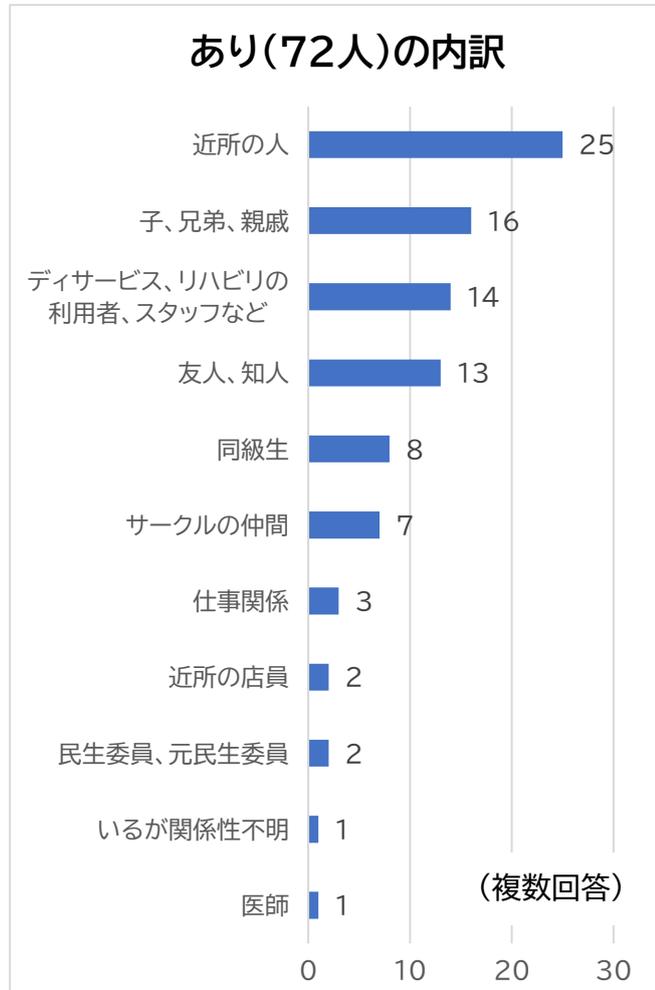
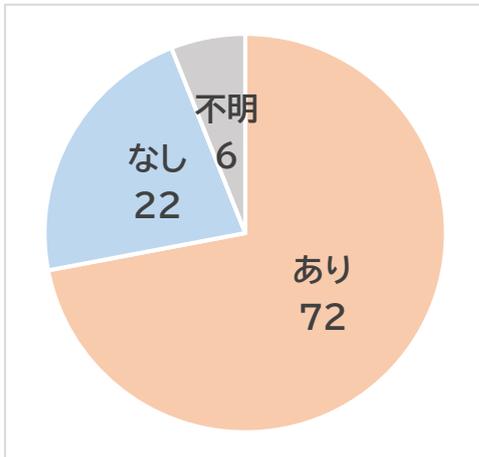
出かける店や場所がある人は、ない、不明を除くと68人で、そのうちスーパーやドラッグストアが30人と最も多く、次いで病院、介護サービスの利用であった。



本人・介護者の言葉	本人・介護者の言葉の意味や背景
<p>【本人】美容室は行きます。お寿司が好きなのでお寿司屋さんにもよく行きます。</p> <p>【介護者】おいしいと言ってくると嬉しい。</p>	<p>本人の好きなところに一緒に行き、喜んでくれると家族も嬉しいことがわかる。</p>

④ 交流のある友人、知人

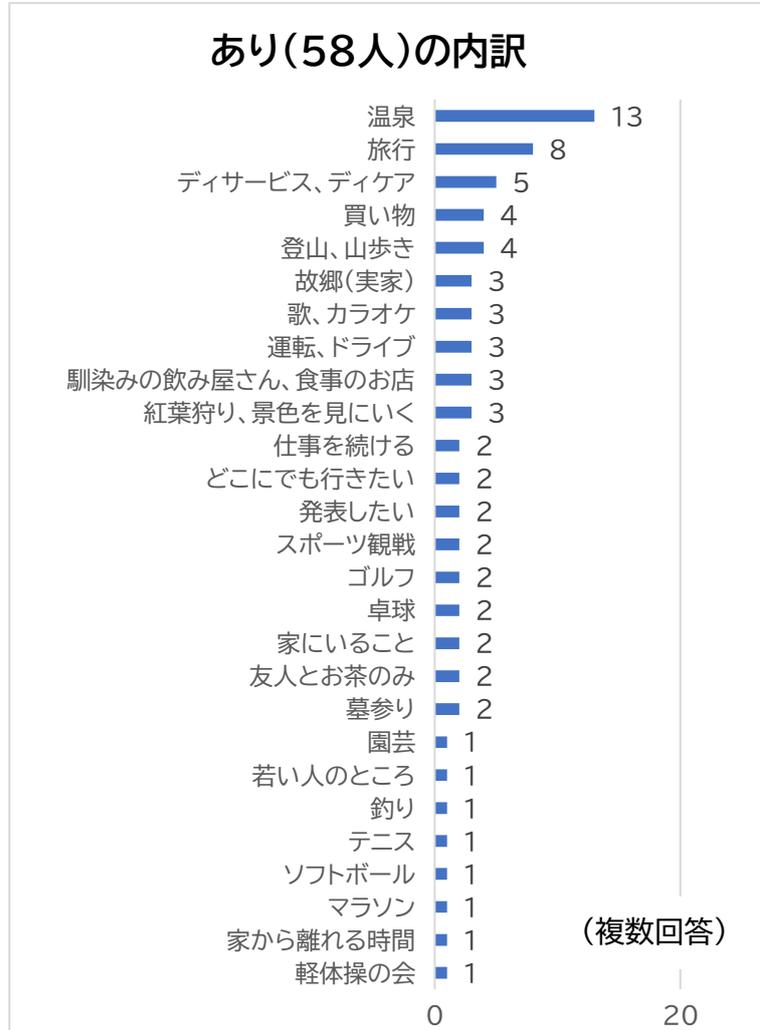
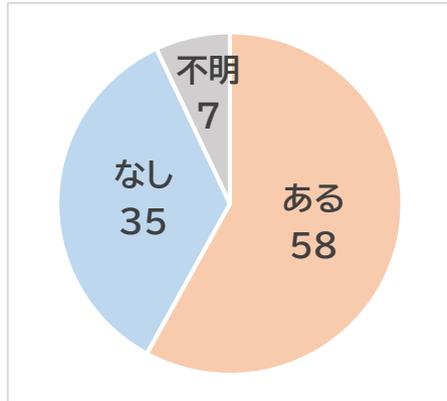
72人が交流のある友人、知人がおり、最も多かったのは近所の人で25人、次いで子、兄弟、親戚の16人である。



本人の言葉	本人の言葉の意味や背景
ご近所さん2~3人が来てくれる。	認知症になっても変わらない関係性がみえる。
近所の友人(一人暮らしで買い物に誘ってくれる)	買い物等の生活での一場面を共有できる友人が近くにいることが、本人や家族にとって大きな支えになっている。

⑤ やりたいこと、行きたいところ

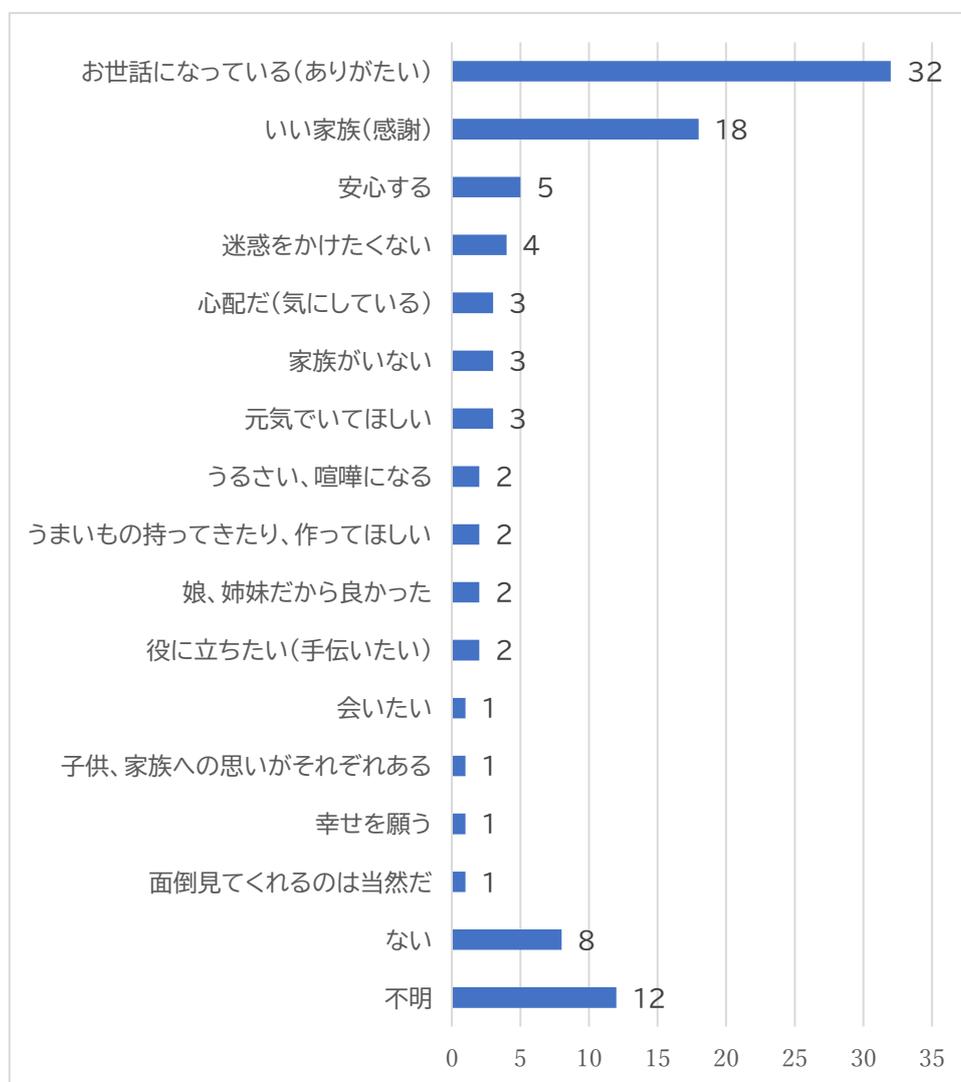
温泉、旅行、ディサービスと内容も多岐にわたった。ないと回答した35人のうち「ない=現状に満足」が8人、「ない=あきらめも含む」が27人であった。



本人の言葉	本人の言葉の意味や背景
年に一回、子供・孫・ひ孫と温泉に泊まりに行くのが楽しみ。	家族間の連携がなされており、助け合いをしている。同居家族のみが負担しているわけではなく遠方にすむ家族からの支援がある。
家が一番いいな。	家に居たいという気持ちが伝わってくる。認知症の人は施設というイメージがあるのかもしれない。
以前のように車もないので寂しい。	移動手段がなくなっても生活の質を下げないような仕組みづくりを整備してほしい。

⑥ 家族への思い

「お世話になっている」が32人で最も多く、次いで「感謝している」が18人、「安心する」5人、「迷惑をかけたくない」4人など、家族を思いやる回答が多かった。



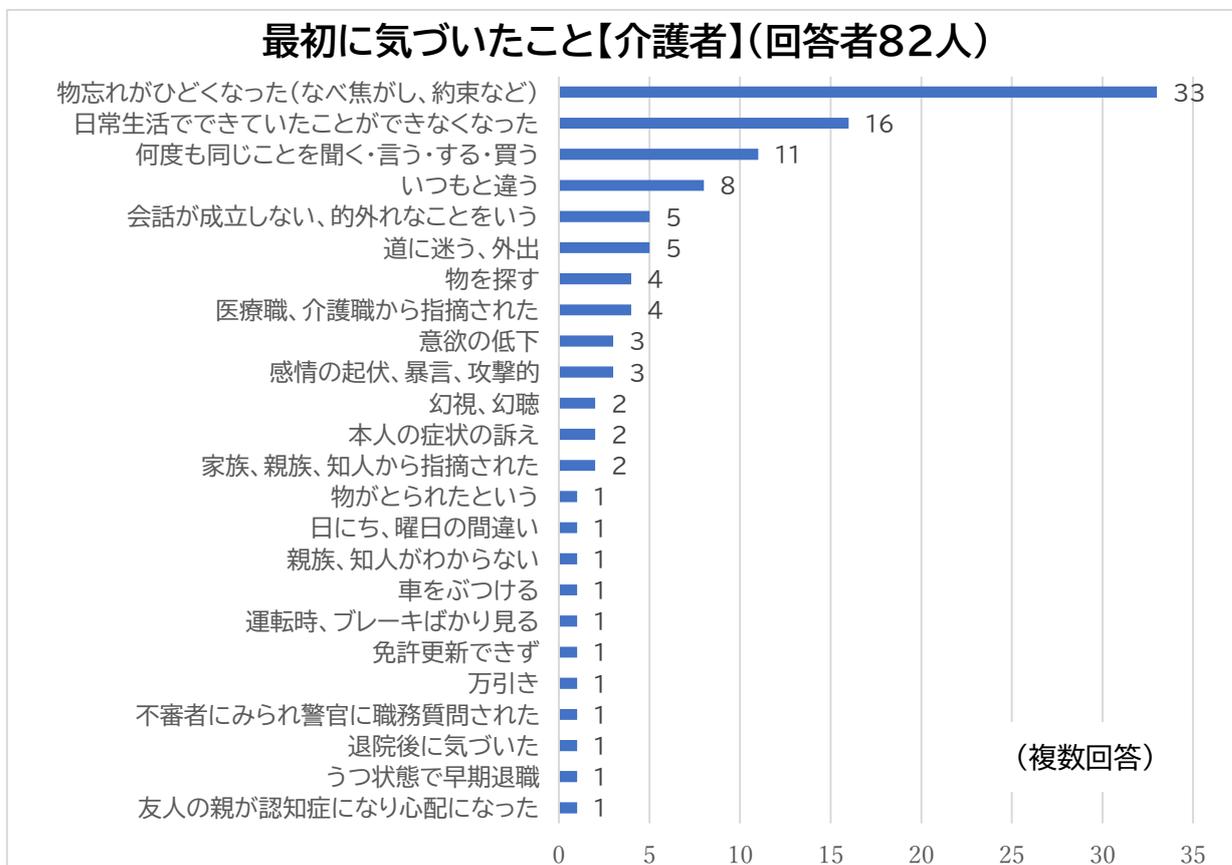
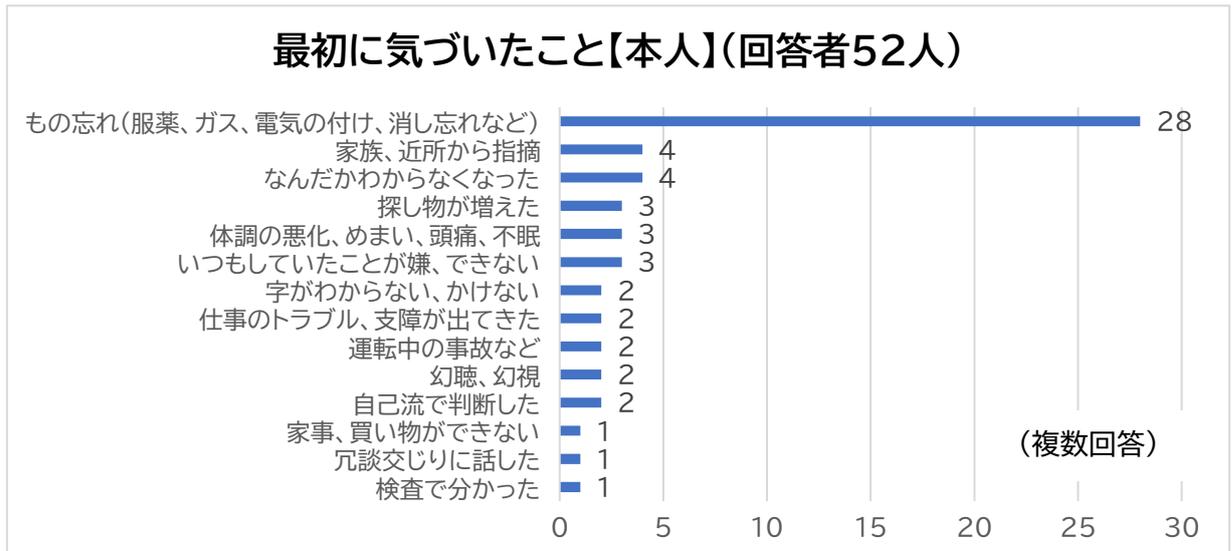
本人の言葉	本人の言葉の意味や背景
やれることはやりたい。役に立ちたい。口揉め(けんか)はしたくない。	本人の切実な思い(役に立ちたい)がある。 →社会的で昔は仕事をしたり主婦の仕事をし家族を支えてきた背景がある。
夫はいつも買い物に行ってくれるから助かる。娘息子もいつも心配して電話をよこしてくれるからありがたい。	身近な家族だけでなく、遠方の家族も気にかけて見守っている。その気遣いが本人の支えになっている。
いつもありがとう。	感謝の気持ちを介護者にも知ってもらいたい。

(5)本人、介護者に共通した調査

①最初に認知症に気づいた状況

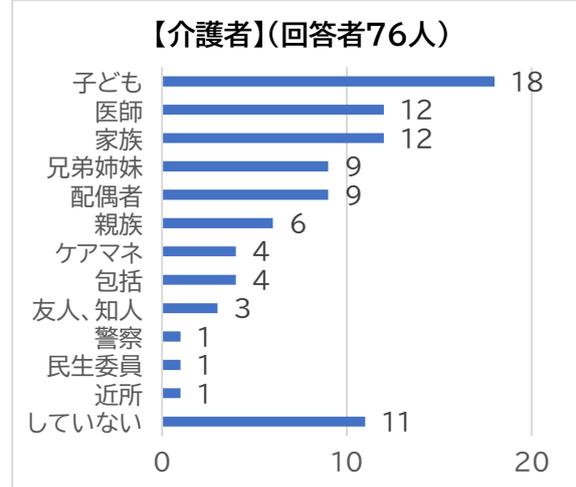
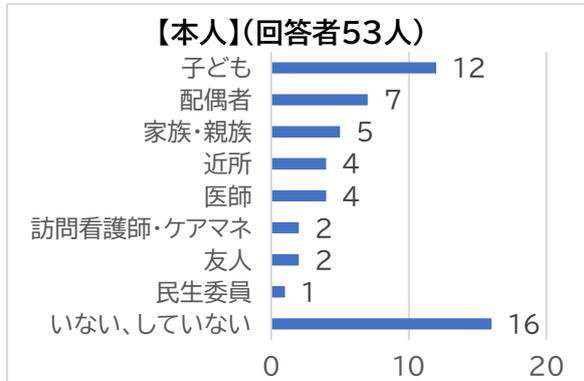
本人、介護者ともに「もの忘れ」が最も多かった。周りの人から指摘されて気づいた者もいるが、本人の半数が症状も含めて何らかの気づきがある。

介護者からは、もの忘れに次いで、「できていたことができなくなった（服薬や金銭管理など）」「何度も同じことを言ったり行動したり、買ったりする」ことがあげられた。



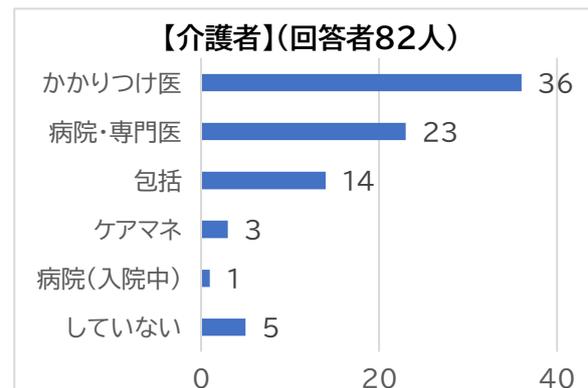
② 最初に相談した身近な人

本人・介護者とも「子ども、配偶者、親族」が多かったが、介護者では医師との回答も多かった。



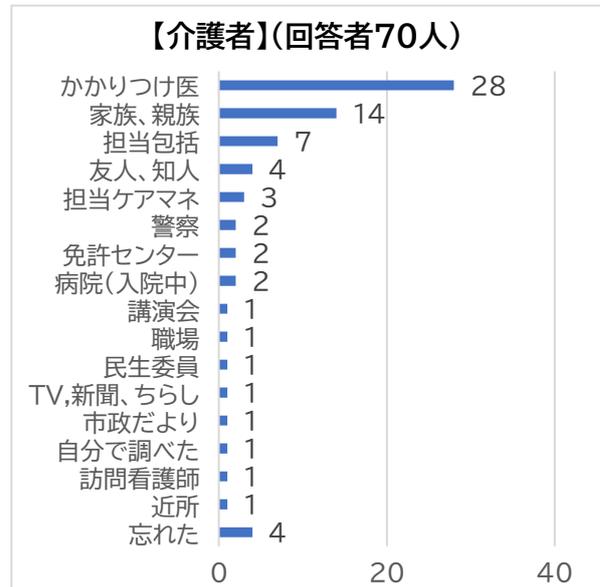
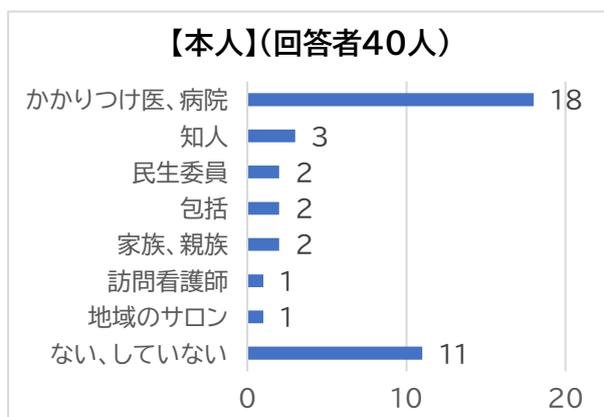
③ 最初に相談した場所（機関）

本人・介護者とも「かかりつけ医・病院」が最も多い。



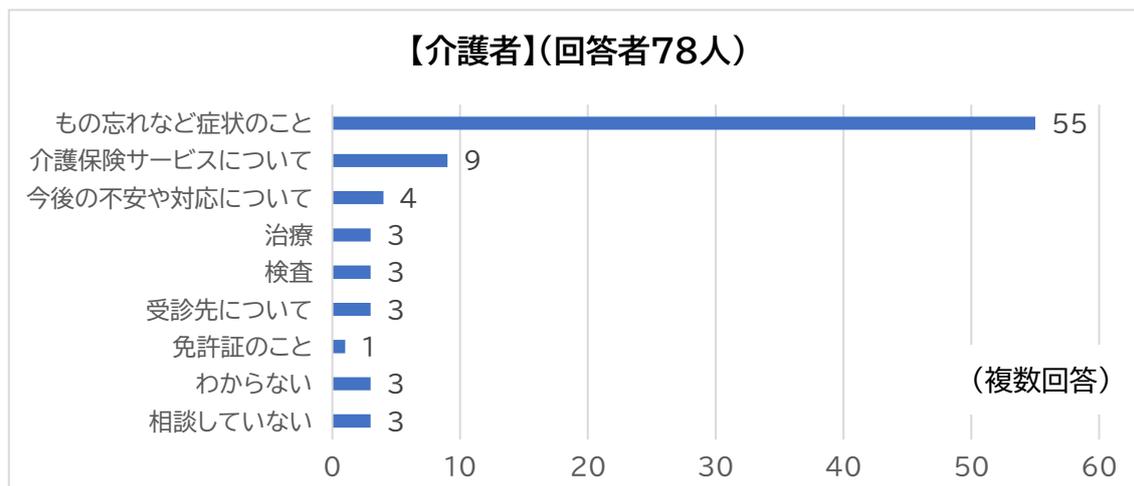
④ 相談場所をどこで知ったか

本人・介護者とも「かかりつけ医・病院」が最も多い。



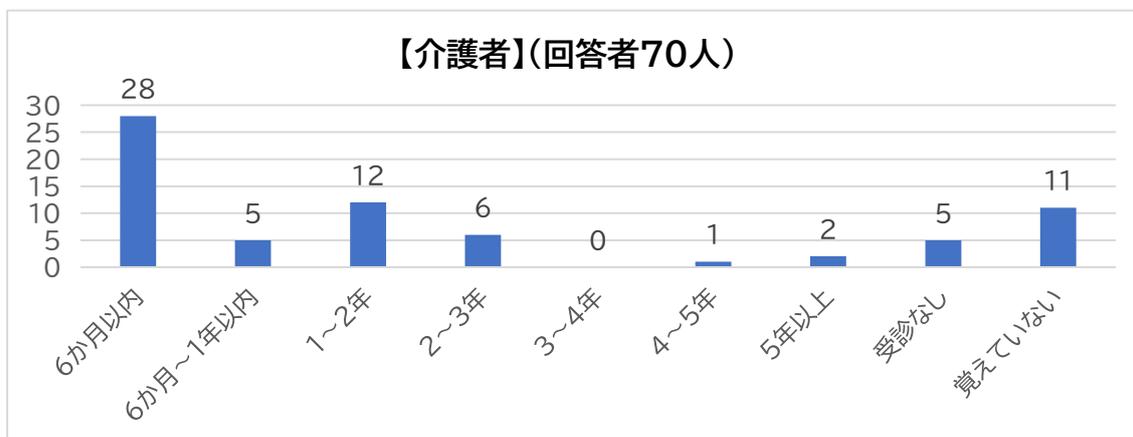
⑤ 最初の相談内容

本人、介護者ともに「もの忘れや症状」が多かった。また、介護者は「治療や介護保険サービス」についても多い。



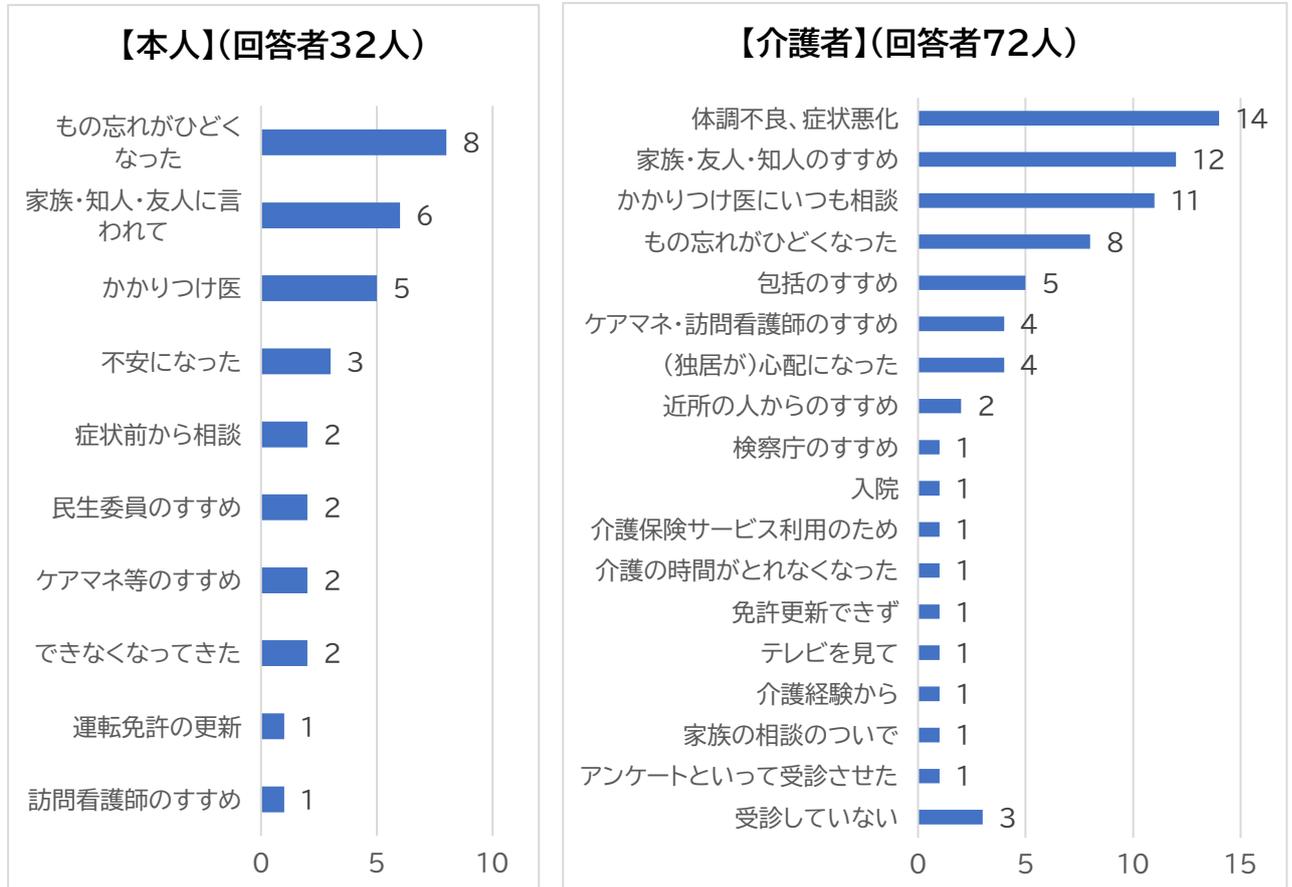
⑥ 気づいてから専門機関に受診するまでの期間

半年以内に受診している者が最も多かった。



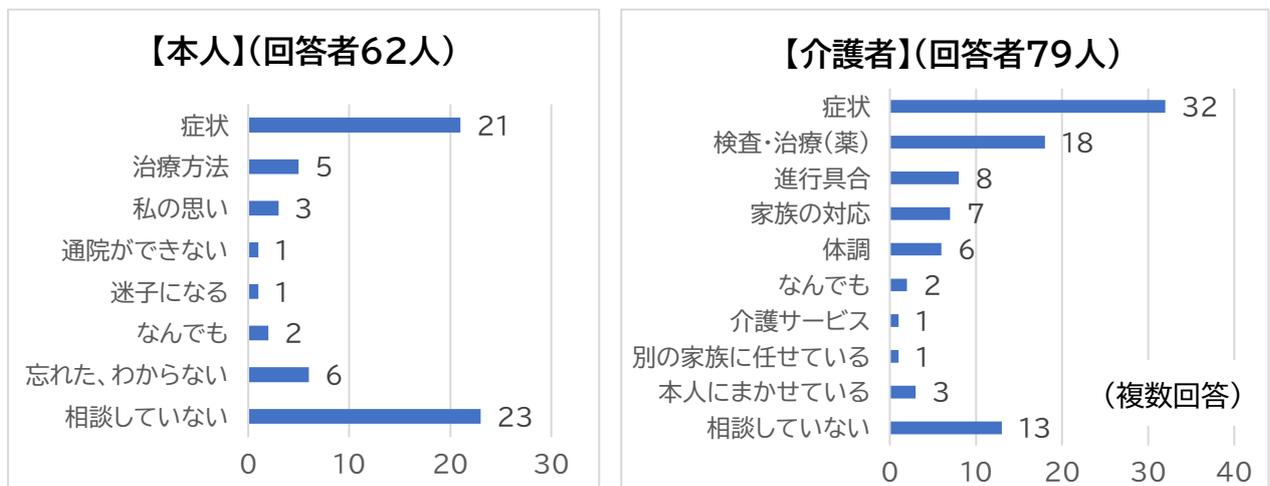
⑦ 専門機関に相談したきっかけ

本人は「もの忘れがひどくなった」「家族、知人等に言われて」が多く、介護者は、「体調不良や悪化」「家族・友人・知人のすすめ」「かかりつけ医にいつも相談」が多かった。



⑧ 主治医への相談内容

本人・介護者とも「症状」「治療に関して」が多かったが、「相談していない」と回答もあった。



⑨ 医療機関への思いや希望

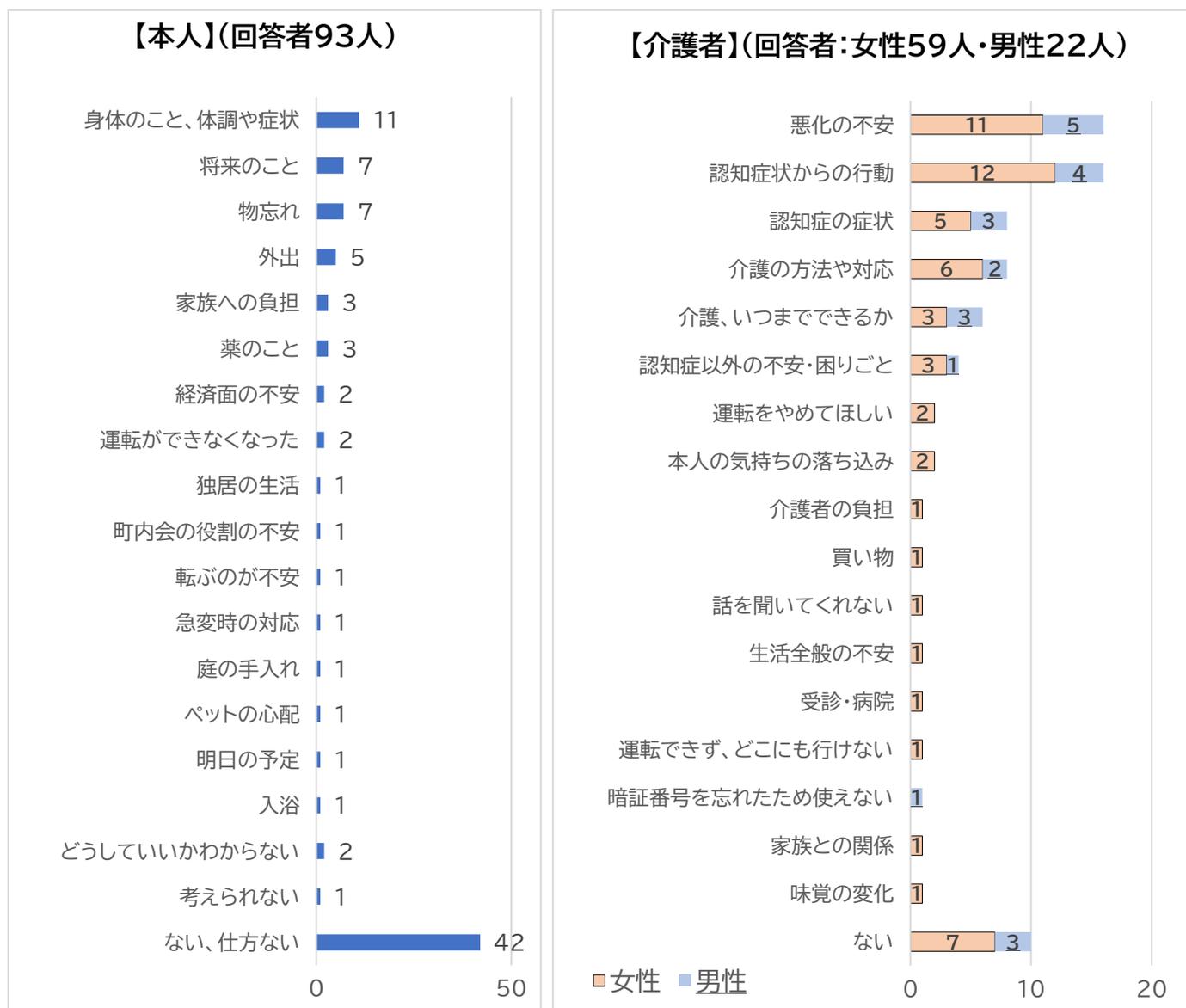
本人・介護者とも、「ない」が最も多かったが、「満足」「感謝している」も多かった。



本人の言葉	本人の言葉の意味や背景
今の先生はよく話を聞いてくれている。	患者ではなく一人の人間として接してくれており、(主治医はかかりつけ医)本人は安心して受診していることがわかる。
よく話を聞いてくれる医療機関に期待している。	不安なことや相談事を聴いてくれる主治医であると推測される。
介護者の言葉	介護者の言葉の意味や背景
患者の話をよく聞いてほしい。心に寄り添った回答が欲しい。	主治医に相談しても「年だから」で済まされてしまい相談できなかった。
相談できる場所、時間を増やしてほしい。	認知症カフェが身近な相談場所になってほしい。(医療機関以外でも相談できる場があることを知ってほしい。)

⑩ 困っていること、不安なこと

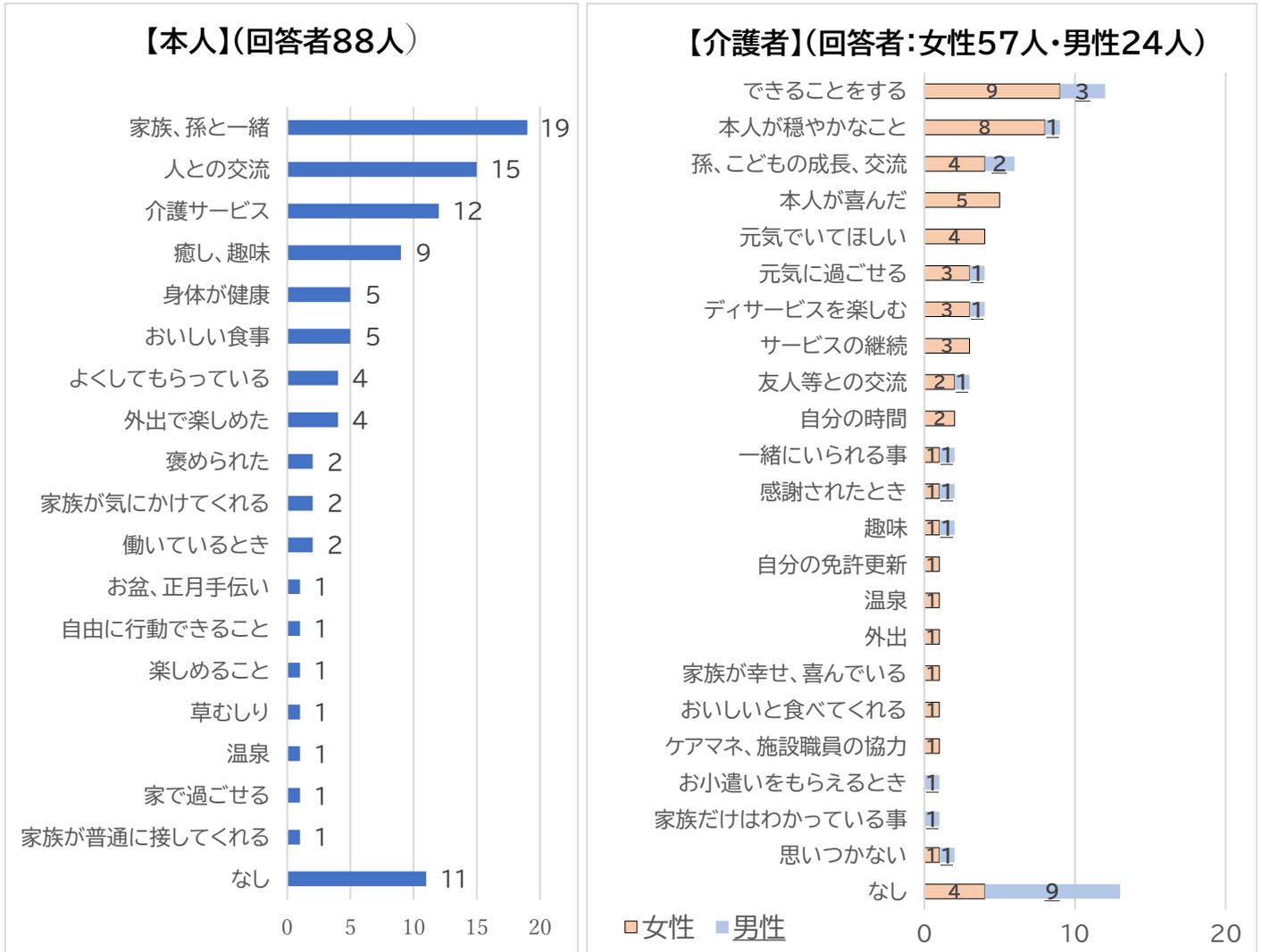
本人は、「ない」が42人で最も多かったが、ある者では、「身体の体調や症状」「将来のこと」「もの忘れ」「外出」の順で多かった。介護者は、「悪化の不安」「認知症状からの行動、症状」「介護方法や対応」「いつまで介護できるか」が多かった。



本人の言葉	本人の言葉の意味や背景
出かける場がない。 自分にも聞こえるように話をしてほしい。誰にでもしてもらえたら嬉しい。	デイサービスには行っているが、本人は、デイサービスは外出の場ではないと感じている様子。 耳が遠いと、訪問しても家族との会話を中心にがち。本人との会話が大切だと思う。

⑪ 嬉しいこと

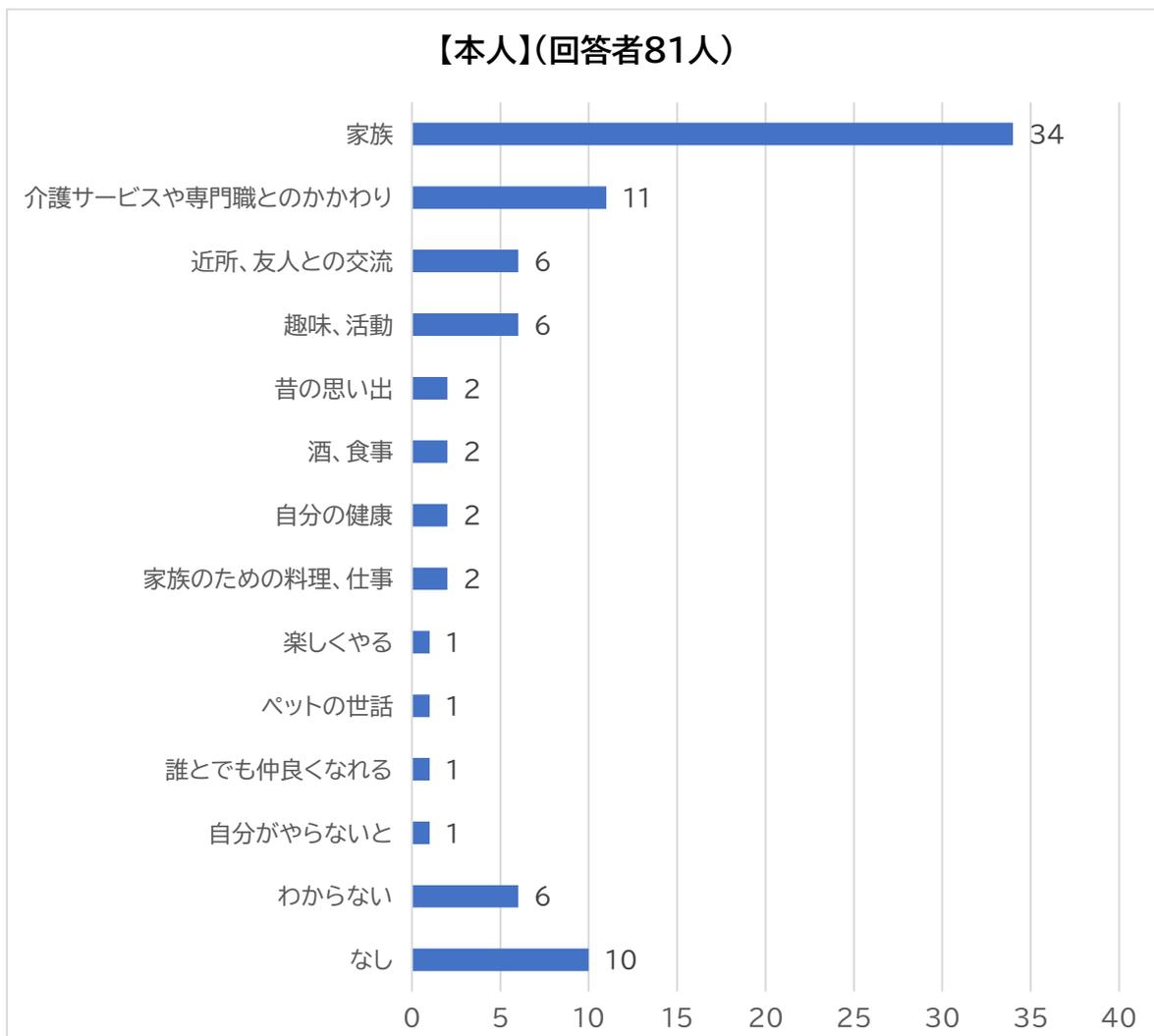
本人は「家族、孫と一緒に」「人との交流」が多く、介護者は、「本人ができることをやってくれている」「本人が穏やかな時」と本人に関する回答が多かった。



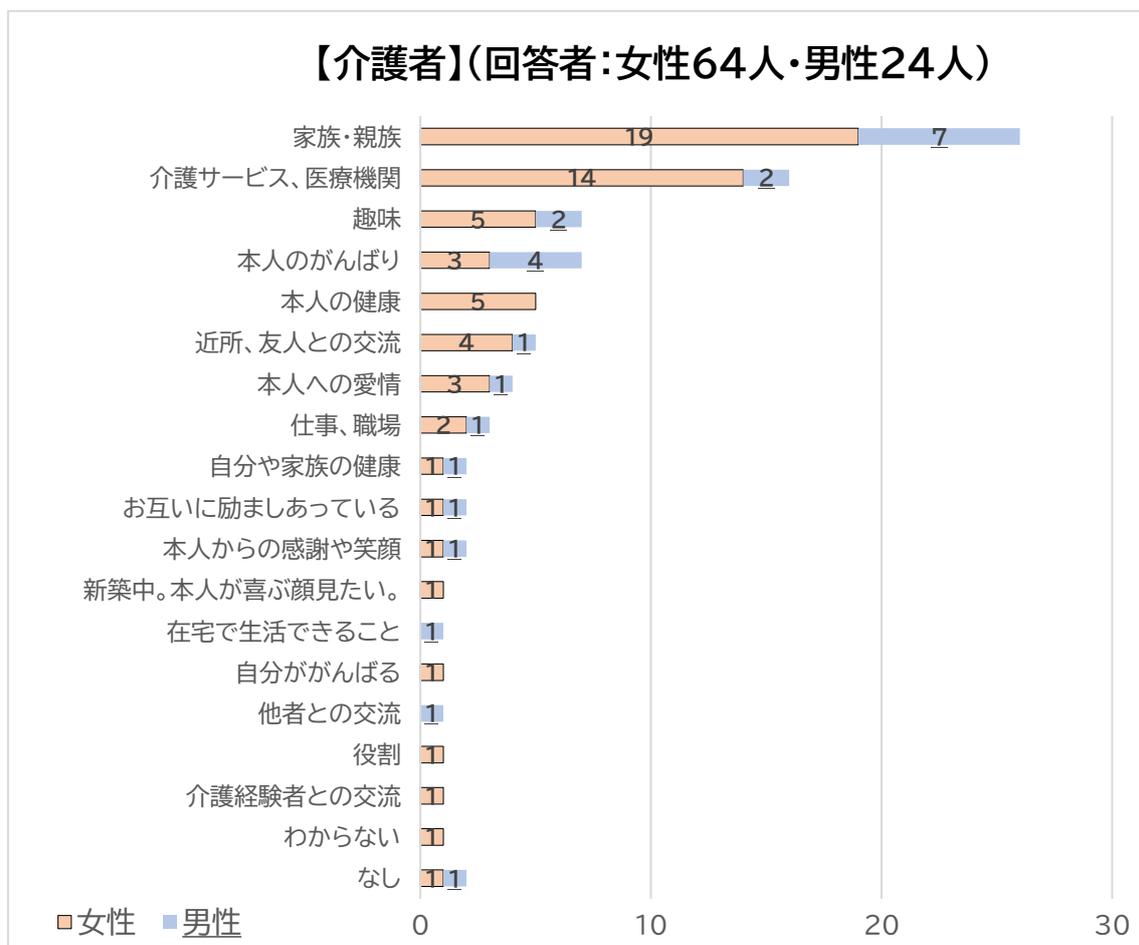
本人の言葉	本人の言葉の意味や背景
みんなによくしてもらっていること。	認知症高齢者の日常生活自立度Ⅲa の方で受け答えも難しいと思うが、うれしいと思うことを伝えてくれた。ほかの質問には無回答だった。
近所の幼稚園の子供に「おはよう」と声を掛けられ嬉しい。	特別なことをしなくても良い、当たり前のこと、普通の事、大切なんだとわかる
近所の友人から電話がくるから嬉しい。	認知症になっても変わらない友人関係が素敵だと思った。

⑫ 支えや励みになっていること

本人・介護者とも「家族、親族」「介護サービスや専門職とのかかわり」「近所、友人と交流」「趣味」「本人のがんばり」が多かった。



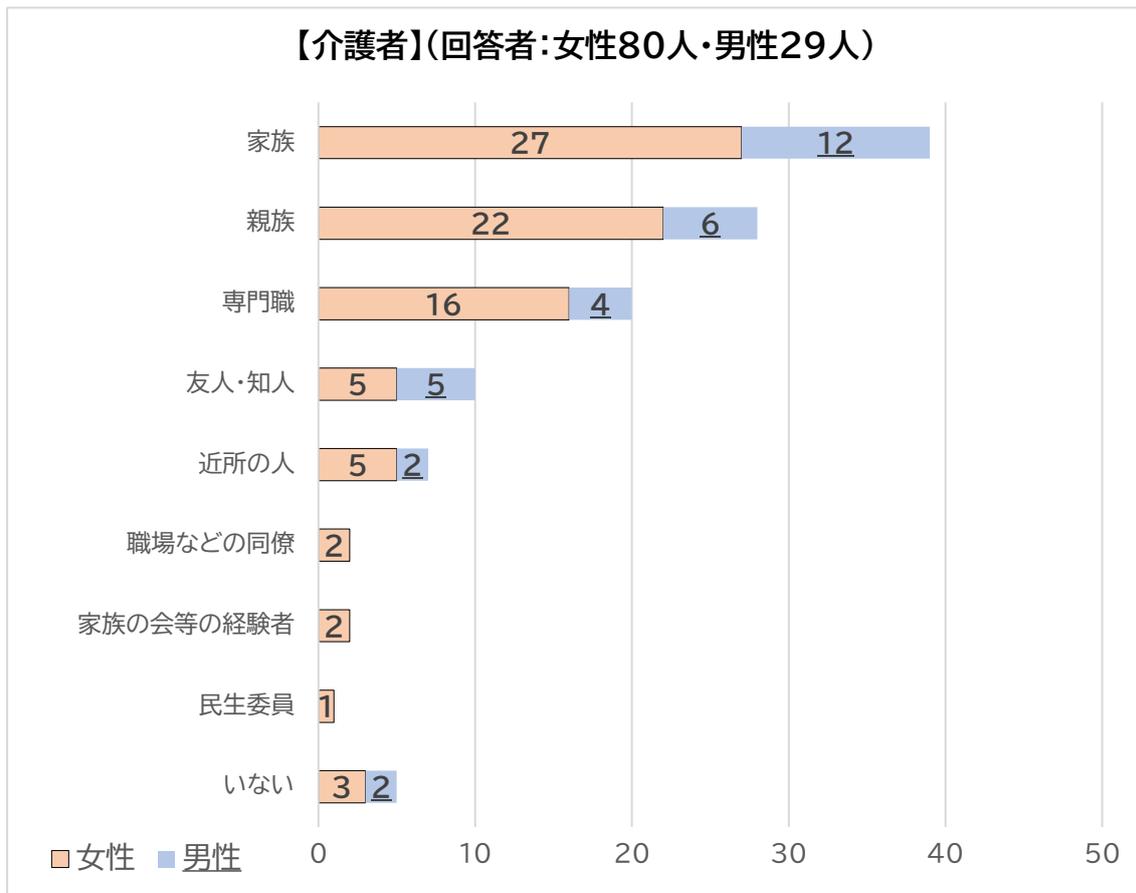
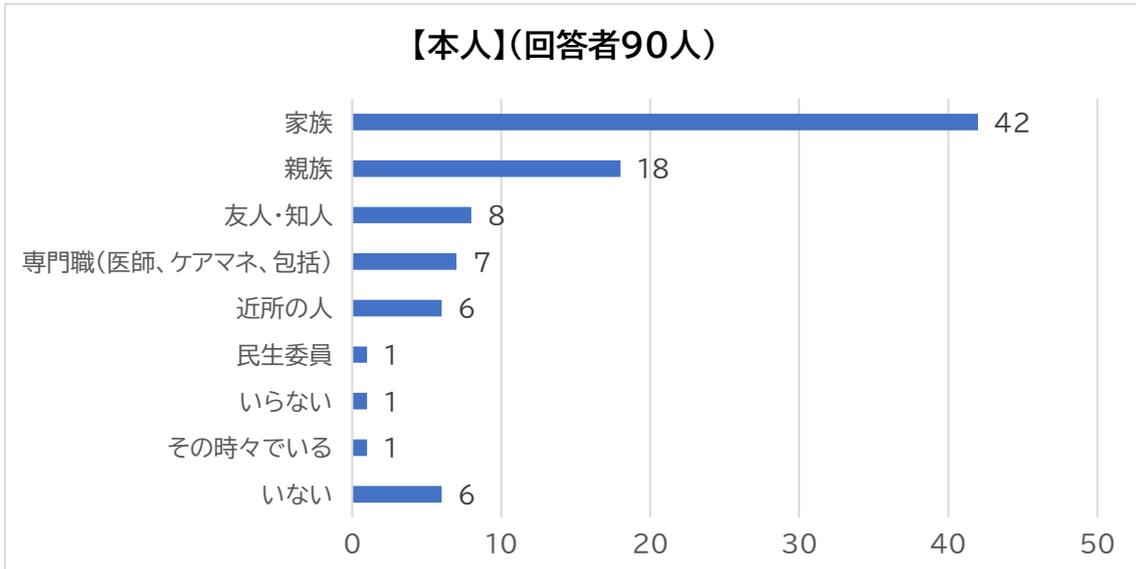
本人の言葉	本人の言葉の意味や背景
(妻と一緒に)日常が一番。	特別なことではなく日常を続けられることを望んでいる。大きなことではなく、いつものことを続けたい気持ちがわかる。
毎週日曜日に県外の息子家族が電話をしてくれる。	家族の絆や気にかけていることがわかる。気にしてくれる人がいるのは支えになる



介護者の言葉	介護者の言葉の意味や背景
認知症になってもらえてくれることがありがたい。一人では寂しい。	自分は寂しい人生を送りたくない。この方は家族から支えられているようであり、心に染みる言葉である。
主治医が真摯に向き合ってくれたり、ケアマネが傾聴してくれたり提案してくれたり、励みになる。	一人ではなく協力してくれる人、安心できる場所があるのは必要だと思われる。
趣味をしながら過ごせること。	今までの活動を続けている姿も家族は嬉しい。大切にしようと思っているのがわかる。
近所の人と短歌をやっていた。でも行くのが大変だし、どこかに行ってしまうのも心配だからやめようと思う。	趣味活動継続の難しさの言葉。一緒に行ったり誘ってくれる人がいると続けられるかもしれない。
母がいてくれること、仕事ができること。	本人と2人暮らし。介護は大変だと思うが、本人がいてくれることが家族にとって励みや支えになっている。

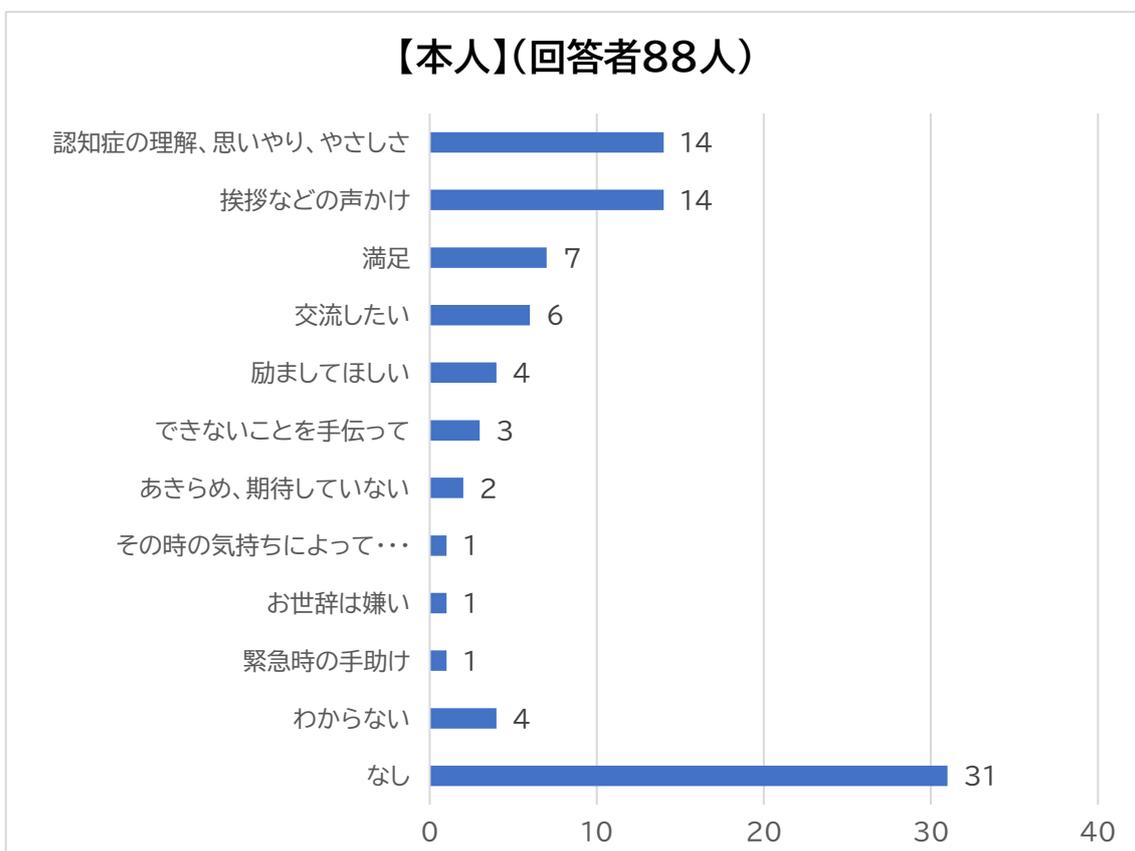
⑬ 相談する人や協力してくれる人

本人・介護者とも「家族・親族」が多かった。本人は「友人・知人」、介護者は「専門職」と続く。

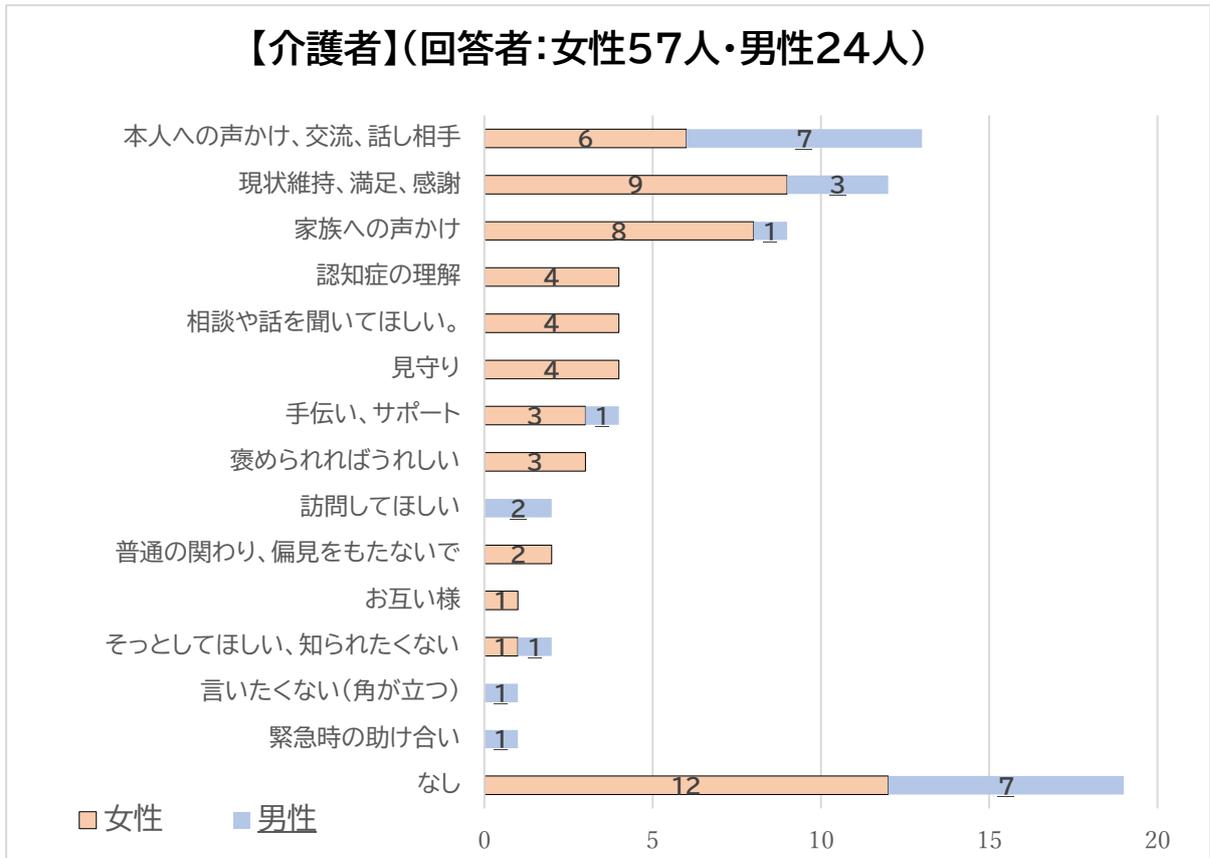


⑭ 周囲の人にしてほしいことやかけてほしい言葉

本人・介護者とも「なし」が最も多かった。本人からは、「認知症の理解や思いやり」「挨拶などの声掛け」も多い。介護者は、「満足、現状維持」「本人への声掛けや話し相手」も多く、特に男性介護者は、本人への声掛け話し相手の回答が多かった。



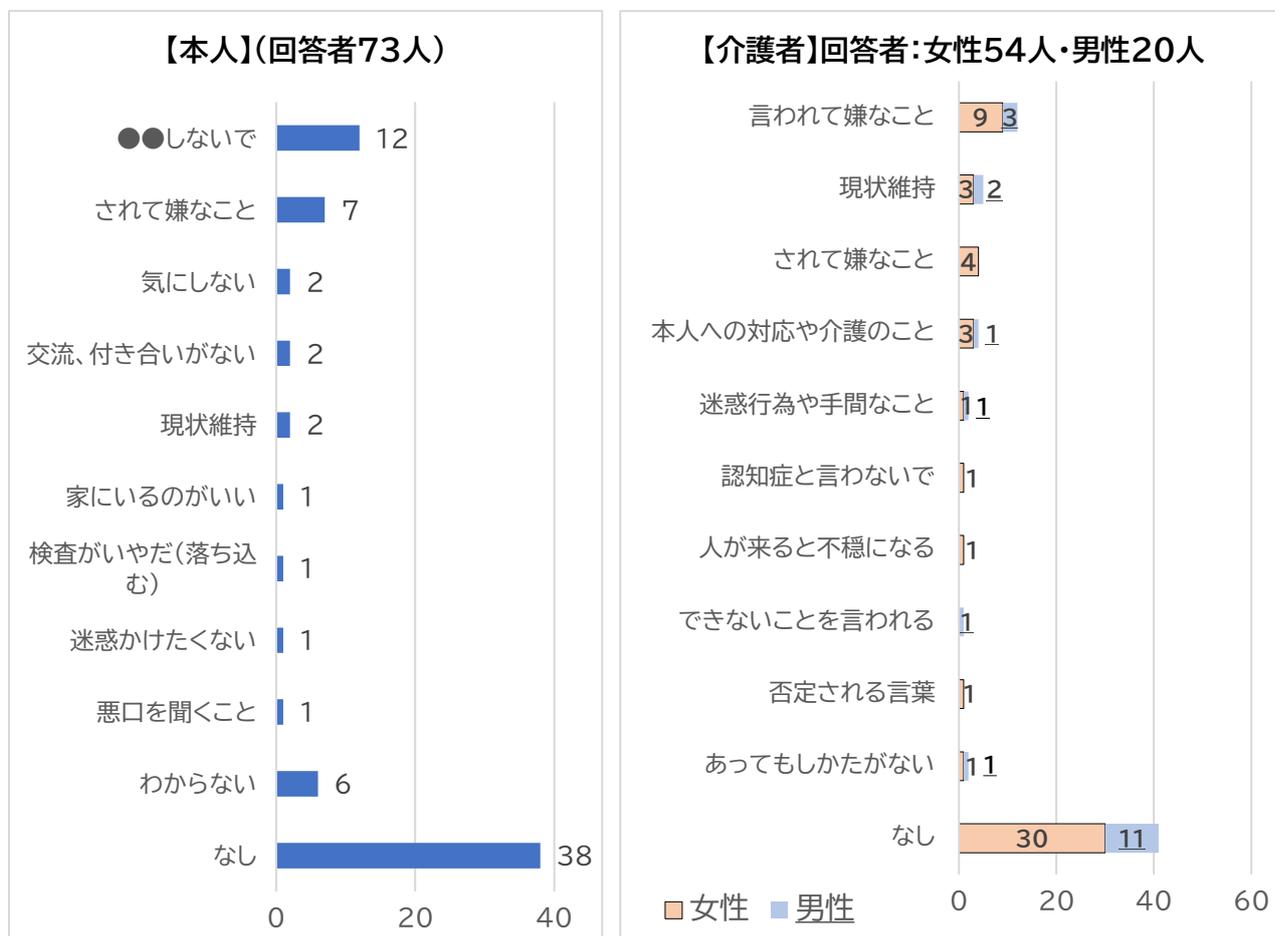
本人の言葉	本人の言葉の意味や背景
当たり前、挨拶、日常の会話。	特別なことをしなくても良い、当たり前のことが普通の事、大切なんだとわかる。
お茶飲みに来ない？と誘ってもらえるのが嬉しい。あーでもないこーでもないと知り合いと話すのが楽しい。	認知症になっても変わらずに接してもらえることが嬉しい。
普通に挨拶をしてほしい。	挨拶しない人がいるため。人に挨拶されることが嬉しく思うことがわかる。
雨が降って自宅水路がいっぱいになった時に近所の人や避難など手伝ってくれるので助かっている、ありがたい。	近所の人や手伝ってくれると安心感が生まれる。独居、認知症に限らずに安心。



介護者の言葉	介護者の言葉の意味や背景
それはやっては駄目だよ。否定的なことを言われると傷つく。これやるといいよと言われたい。	介護者は一生懸命介護をしている、介護者に寄り添った声掛けが大切。
特別なことではなく日常の会話がしたい。	特別なことをしなくても良い、当たり前のことが普通の事、大切なんだとわかる
母の話し相手になってほしい (周りの人にもっと一緒にいてやれって言ってほしくない。	介護者だけでなく、みんなで本人を支えられる環境や、周囲の理解が必要。
最近ジムに週3回通うようになった。体を動かすことでイライラすることが減った。自分の時間が大事。	介護者が息抜きできることが必要
若年性認知症の人もある・・・ということを知ってほしい。本人のしぐさで分かるのか、周囲に横目で見られることがある。	若年性認知症に関しても、周囲の理解が少ない。正しい理解をして、そっと見守ったりなどの対応ができると良いのではないか。

⑮ 周囲にしてほしくないこと

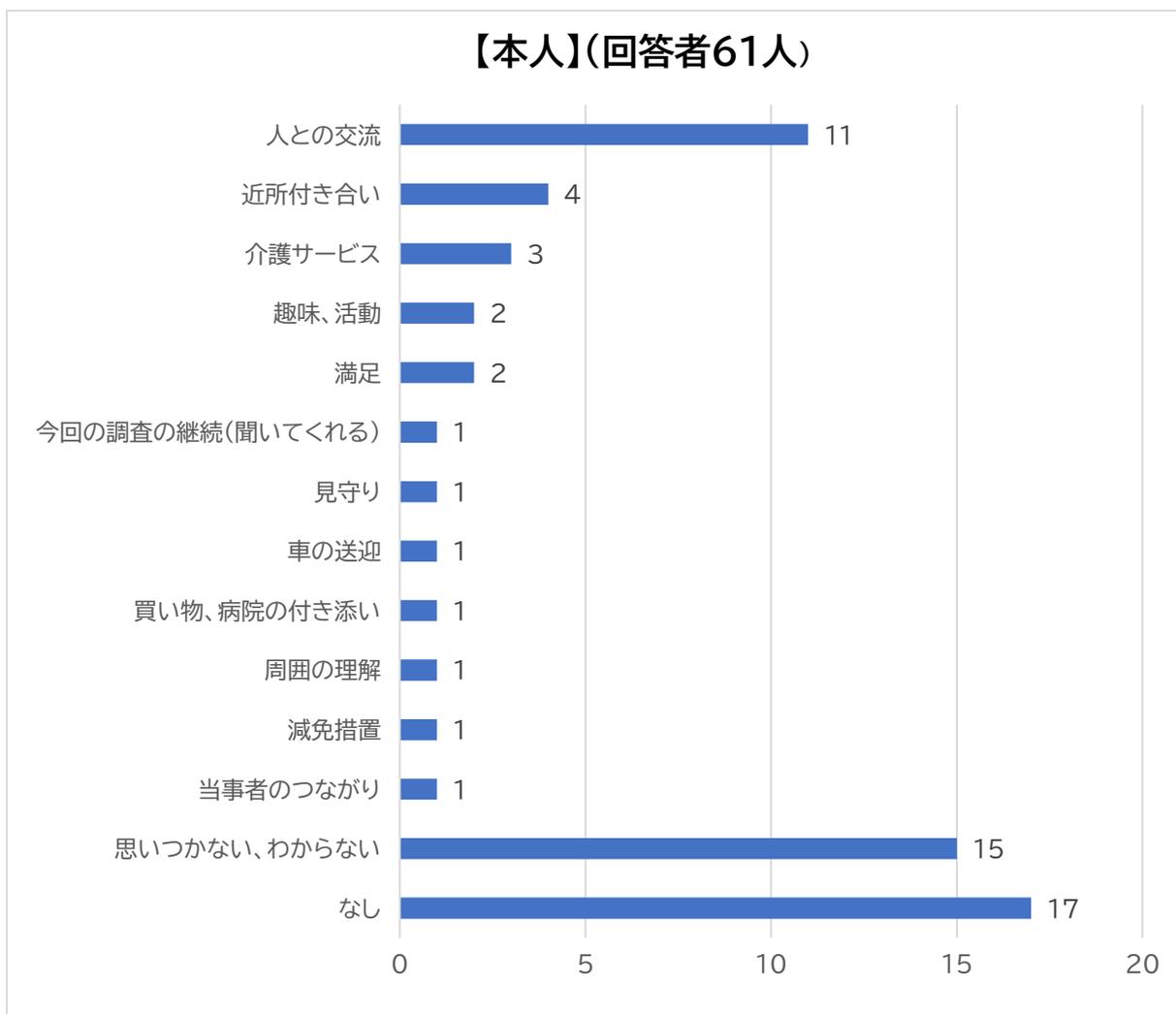
本人・介護者とも「なし」が最も多かった。また、「言われて嫌なことされて嫌なこと」の回答も次いで多かった。



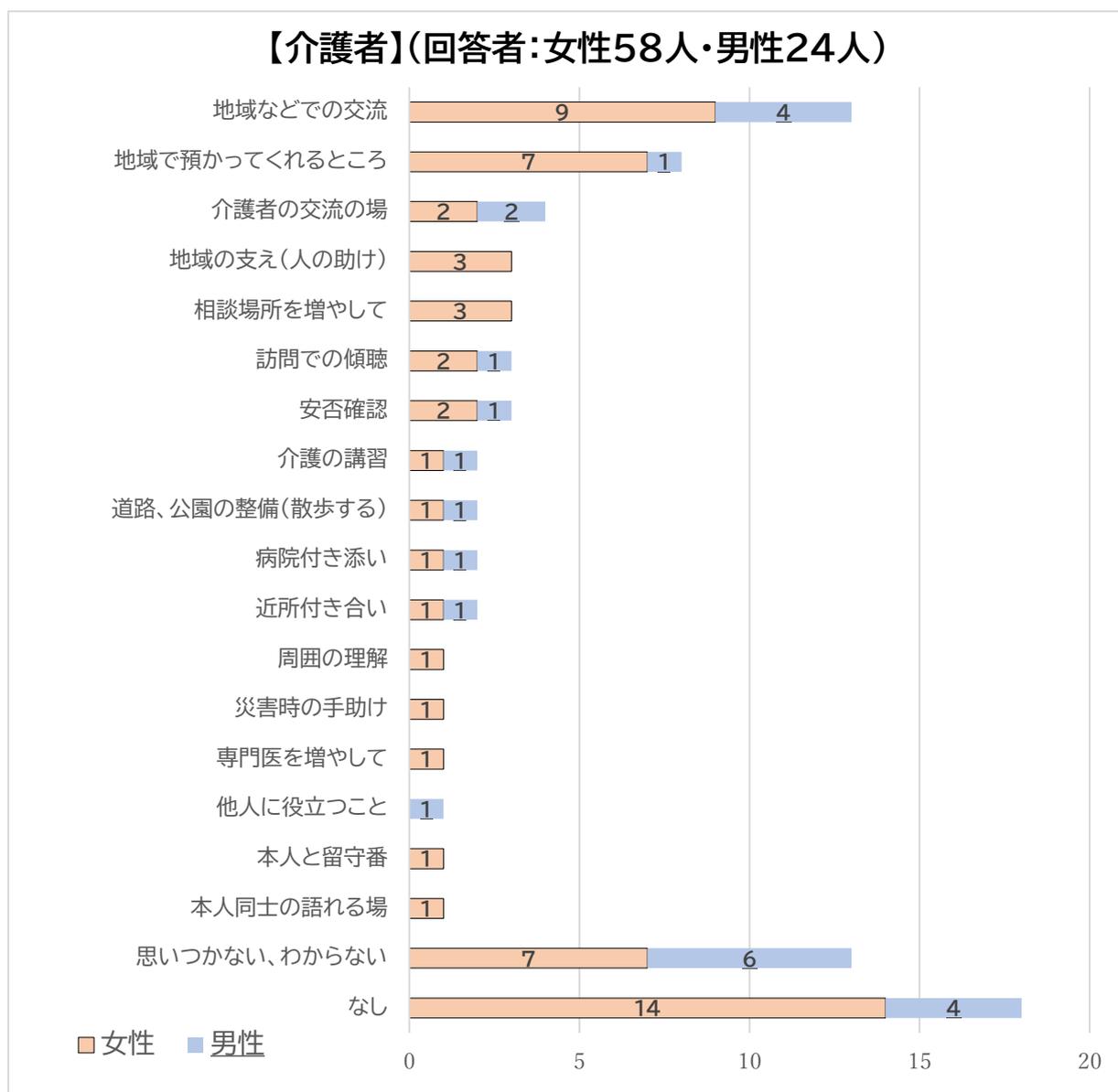
本人の言葉	本人の言葉の意味や背景
忘れていたよと言われても、忘れてしまうのだから仕方がない。自分でもわかっています。	自分ではまだ認知ではないと思っており、忘れてしまうことはわかっているが、認めたくない、受け入れきれない面があると推察される。
介護者の言葉	介護者の言葉の意味や背景
本人が嫌なことはしてほしくない・陰口。	認知症本人の気持ちを周囲が理解してくれない、言葉の重みを感じる。本人家族は言われているのは敏感だと感じる。
母が認知症初期のころ一部のの人に「あの人は認知症なんだ」と言いふらしていると聞きショックだった。	地域で認知症に対する理解が不足している。

⑯ 今後の地域での支えや支援の仕組みで望むこと

本人・介護者とも、「なし」「思いつかない」が多いが、「あり」で多いのは、人との交流や地域で預かってくれるところ、介護者同士の交流の場があげられた。



本人の言葉	本人の言葉の意味や背景
挨拶はするようにしている。	もの忘れがあっても自分から声を掛けるように意識している。もの忘れがあっても交流は持ちたいと思う気持ちはある



介護者の言葉	介護者の言葉の意味や背景
コロナ前までは毎日地域で安否確認があった。耳が遠いので電話ができない。また再開してほしい。独居でも安心。	コロナ前は地域での繋がりがあり、家族の安心に繋がっていた。
もっと相談できる場所があると知らせてほしい。	支援情報をわかるように発信していくことが必要。
公的な機関では病気の理解や年を取ると耳も遠くなることを含めて理解してほしい。	公的な機関だからこそ正しく病気の対応を理解すべき。

⑰ 本人からのメッセージ

総数39件の回答があった。「誰かが支えてくれる」「気づいたらすぐに受診」の回答が複数あった。  
(回答全数記載)

誰かが支えてくれる。大丈夫。	支えてくれる人がいるので大丈夫だよ。 娘がいるから安心 生活習慣を大切にしてほしい。認知症になっても良い先生や支援者との出会いもあるので、積極的に繋がりを持ってほしい。 大丈夫 自分の忘れる事がかかりはしますが、特別悩みはないです。家族に助けられています。
相談して	係の人に言って対処してほしい
気づいたらすぐに受診を。	変だなと気づいたらすぐに受診した方がいい。予防に関しての相談もした方がいい。症状が出ると加速度的に進行してしまう。 すぐ診てもらったほうがいい。 周囲が気づかないと自分では分からない。健康が一番。 急に来ますからね。 おかしいと思ったら早めに受診した方がいい
体を動かそう	体を動かすことが大事 とにかく歩くこと、身体を動かしていることが良い。
活動に出よう	日々の活動に出ていくことが大事だと思います。
デイは楽しいよ	デイサービスは楽しいよ。
話をするのが一番	皆と話をすることが一番。「今度家に来な」と言われると嬉しい。 家族とよく話をするようにしています。言いたいことは言うようにしています。 語り合いたい
楽しみをみつけて	年を取ると話し相手がなくなることや外出することも少なくなるため、自分に合った楽しめる場所や機会を見つけてほしい。
近所、友たち、親戚は大事	なるようにしかならない。近所の付き合いを大切にしておくといい。 年と共に友人や親戚との付き合いが変わってくるので、大切にすること。
仕事しているとポケないよ	仕事しているから呆けないでいられる。 できることなら認知症にはならないで生活ができればいいと思います。
これからがんばる	自分にもまだ出来る事はあると思うので、家族に負担をかけないようできるところから頑張るようにしたい。 認知症にならないように少しでも努力していきたいと思います。
日常に感謝	朝起きて、夜寝るまで、何事も変わらぬ日常を過ごせることに感謝すること。
健康、平和が大事	健康がいちばん。平和に生きることが大切
自分のことで精いっぱいです	人のことは何も言えません。 自分のことに必死です。この病気は厳しい。いい経験といえるのかどうか。
つらいよね	自分もそうだから、つらいね。
不安。安全に歩きたい。	いつも不安になる。天気の良い日は散歩しているけども、歩道が狭いところもあるので…認知症になった人も安全に歩けるところがあるといいな…。
早く薬を出して。	早く薬が出てほしい。
人それぞれ	人それぞれだと思うよ。
私は認知症ではない	自分はまだ認知ではないと思っています。
忘れるのは年齢で当たり前	だんだん物忘れもひどくなる。年重ねるから当たり前。
半分を持ちますよ。	病気になった人が、本人にも負担してもらい、あとの1/2を我々が持つので、補助の制度を作してほしい。
病気に負けるな	あなたのその奇病に負けるなよ、そんなものに打ちのめされんなよ。病は気から、だからもうちょっと頑張れよ。
言葉つかいを気遣って	人に対する言葉遣いには気をつけましょう。
若いって素晴らしい	若いって素晴らしい！！

⑱ 家族からのメッセージ

総数63件の回答があった。「一人で抱えない、ストレスをためない」「気軽に相談して」「無理せずリフレッシュして」が多かったが、「介護は大変、思っていたのと違った、自分がやるだけ」との回答もあった。(抜粋)

ひとりで抱えない(ストレスをためない、リラックスできる時間を持つ)	誰かに話せる環境を作ってほしい。自分の思いを伝えられたら気持ちも軽くなる。一人で抱えないでほしい。(5人)・・・「相談できる人はいますか？」
(30人)	自分一人で抱え込まずいろいろな人に相談したり協力してもらうことが大切。遠慮しない。リラックスできる時間を持つ。(5人)
	話をしないとダメだね。近くに話せる人がいることがいい。いろいろ話をしてみるのが、良い。
	1人で抱え込まないで、相談できる関係者や関係機関に相談する様にしてみてください。介護者もつらい時はあるけど、一番本人がつらいと思う。
	これからも懐かしい方と話をしたり、思い出話が出来ればと思う。
	介護の施設の方はとてもやさしく、利用できることがありがたい。大変な時は利用して助けてもらうようにしてほしい。
気軽に相談して(地域包括ほか)	「あれ？」と思った時は気のせいにしないで早めに相談したり受診したりしてほしい。私は結局2年近くも放置してしまい、もっと早く専門機関を受診していればなあと思った。
(12人)	周りの人(包括やかかりつけの先生)には早めに相談した方がいい。(5人) 進んでからは大変。薬のこと知らなかった。(2人)
	体調面や介護で不安になった際の相談先として、地域包括支援センターがあることを知ってほしい。包括に相談できたことで「自分一人で抱えなくていいんだ」「頼ってもいいんだ」と気持ちが楽になった。
自分を大事に。無理しない。リフレッシュして。	介護する人が、介護につきっきりになると、疲れます。離れる時間も大切です。自分が元気である事も大事です。
(8人)	できることは本人に任せる。介護に集中しすぎない。ある程度の距離を保って。
心配しないで	不安がる事はないです。サポートするしくみがあります。隠す必要はないです。
(3人)	「あーになったら、どうしよう」と悩んでも仕方ない。人生なるようにしかならない。困った時はプロに頼めばいい。最後はケアマネージャーにお世話になると思う。
本人に合わせて接して(尊厳を尊重)	一人ひとり症状が違うので、他の人と比べず、本人に合う接し方をしてあげて欲しいと思う。会話が成り立つかたならば、たくさん会話に付き合っけてあげて欲しい。
(4人)	何十年も行っている事は自分で出来ると思う。あまり手を出さないのが大事。出来るだけ担当していることは本人にやってもらう事。
実際の認知症の方の生活は、書物と違う。	認知症の事を書物などで勉強していたが、実生活ではその内容よりもビックリするようなことがあります。
介護の大変さを知り、自分が成長したかも。	アルツハイマーを介護した人にしかわからないと思う。介護の大変さを知り自分自身成長したかも。
介護はストレス。体も負担。	コロナになると介護が大変でした。私が持病を持っているから、何かの時にストレス。不安あります。
(3人)	覚悟していることとはいえ、少しずつ悪化していくので日々に変化はわかりにくいですが、一年前と比べるとひどくなってきたなと感じることがある。「まだトイレに行けるうちは良い」とか良いところを見つけて、他の人はもっと大変かもと思ってみたりしている
学校で認知症のことを教えてほしい	小さいころからもっと、認知症について学ぶ機会を設けてほしい(授業)
認知症の支援(介護)などの体験を聞きたい	認知症の人の支援で参考になる話などがあったら聞いてみたい
(2人)	
感謝	いつも感謝している。
私がやるだけ	私が守っていくだけです。
本人の元気があればいい	私から言うようなことは何もない。できる範囲でやって、そんなできてないから。ばあちゃんが元気であればいいかな。
今ままゆったり過ごせればいい	年相応の忘れ物はあるかもしれませんが、今のところしっかりしているので、このままゆったり過ごしてほしい。

## 2. 地域包括支援センター職員、介護支援専門員へのアンケート調査

### (1) 調査員の概要

	件数
地域包括支援センター	37
居宅介護支援事業所	48
市	3
計	88



### (2) アンケート結果 (記載内容は一部抜粋)

#### ① 本人の声を聴いて

	記載内容
本人の気持ちや日頃の様子が変わった〔49名〕	周辺症状の裏には、家族の役に立ちたいという思いがあることが分かった 無口な方は本音をポロリと話されることに関しての言葉の重み、気持ちの大切さを感じた
本人が思い出せず正確に聞き取れず、アンケートは難しかった〔13名〕	本人に寄り添い、質問する難しさを感じた なかなか本人の思いを言葉にしてもらうのは難しい
専門職としての関わり方を考える機会となった〔6名〕	「わからない」と返答が多かったが、質問の仕方を変えると言葉は出てくる、「わからない」の裏の気持ちを汲み取っていくことが大事だと思った 認知症の症状にばかり目を向けていた事に気づき、もっと声を聴かなくてはと実感した
その他〔12名〕	忘れることは多くあっても、家族等の理解や支援で楽しく生活ができると感じた 本人の言葉から受診につながったので、周囲の気づきと見守りが大切だと感じた

#### ② 家族の声を聴いて

	記載内容
改めて思いを聴くことができた〔29名〕	通常の相談時には話されなかったことを、話していただいた きれいごとでなく、日々の葛藤や不安が伴っていると感じた、伴走者としてどう寄り添っていけるかを改めて考えるいい機会だった
課題、気づき〔15名〕	認知症の介護をされているご家族の大変さや一生懸命さが伝わった 介護負担が増大しているにも拘わらず「大変なことは全く感じない」という話に驚いた
介護者の不安や負担軽減、支援が必要〔10名〕	私たちは介護者の「心の負担」も軽減出来る様に支援する事が出来る職務 本人を支える 「支援者の心」も支えられるように視野を広げていきたい
家族の対応が素晴らしいと感じた〔9名〕	毎日の生活では気になる事も多いと思うが、本人が出来る事や役割を大切に関わっておられる 娘さんや民生委員さんなど自分だけで抱え込まないようにされていることも感じた
その他〔6名〕	「そこまでじゃない」との言葉が多く状態を理解していただく難しさを感じた

## ③ 介護サービスについて

	記載内容
本人の楽しみ、家族の安定につながっている 〔30名〕	介護サービスがあり、本人の状態に合わせて機能していくからこそ、生活を支えることが出来ていると思うとありがたい気持ちになった 本人、家族の意向を踏まえた支援ができるように、日頃からの情報共有は大事だと感じた
サービス内容の見直し、新たなサービスの必要性 〔10名〕	何が必要か、過剰なサービスになっていないか、改めて検討したい 独居なのでひとりの時間をできるだけ減らす調整をしたい 個性性があるので多様化したサービスが必要
その他〔12名〕	認知症状の状態の共有の難しさ、対応の統一の困難さを感じた

## ④ 医療について

	記載内容
現状で満足〔19名〕	主治医へ本人の歴史や生活観を伝えていることで本人にあった適切な薬の調整ができた
医療介護の連携〔9名〕	先生には遠慮してしまうようなので、先生と本人家族の間で、ケアマネや病院スタッフが橋渡しができるれば、良いなと思った
説明やアドバイスの要望〔5名〕	忘れることや、できなくなっていくことへの不安を専門医が受け止めてくれるとご本人の安心につながると感じた 家族にも分かりやすく、治療や薬について説明してほしいという声が聞かれた
認知症について理解や対応を望む〔3名〕	もの忘れの相談をしても年だから仕方ないで済まされてしまう医療機関もある
その他〔21名〕	医師からの言葉がとても大きい 早期受診の必要性

## ⑤ 地域の支え合いについて

	記載内容
地域の交流や支えがある 〔22名〕	独居だからこそ特に、地域の見守り事業や交流は本人にとって支えとなっていた 知人、顔なじみの人との関係が続くことは、本人の大きな支えや励みになっている と思った
地域住民の交流・関係づくり〔13名〕	地域でも認知症であるということをオープンにできるような関係性を作れるようになってほしい 高齢化が進行している中でデイだけでなく気軽に集まってお茶のみできる「居場所作り」を増やしていく必要があると感じた
地域の認知症に対する理解〔3名〕	アンケートを通して地域を見ると認知症への理解は深まっていると思うが、自分の事とはなっていないように感じる
その他〔13名〕	認知症の人への支援は、多職種のみならず地域全体で行うべきと感じる

## ⑥ その他の感想

	記載内容
調査に取り組めて 有意義〔6名〕	普段聞けないようなことが聞けた ゆっくり本人・家族と向き合うことができた
情報提供など周知を 増やす〔4名〕	早期受診につながると進行予防になると改めて感じた
初動の相談、対応が大事 〔3名〕	軽度であればあるほど対応の難しさを感じる 早期発見や予防の取り組み体制を整えれば重症化してからの相談を減らせるのでは
家族支援の必要性 〔3名〕	主介護者の不安が少し手も解消できるよう、話を聞く開会を多く持ちたい
今後の関わり方につい ての気づき〔3名〕	できるだけ本人の過ごしてきた時間の延長にあるような支援を継続することが大事 認知症に限らず、話を聞いてほしいという思いは誰にでもある願いだと理解できた
本人と家族の認識の差、 家族の協力なしにはで きない〔3名〕	本人の意向を確認していくためには、家族の協力があってこそ
その他〔14名〕	コロナ感染拡大により、地域との交流が減少して徐々に認知症の症状が出てきた 本人・家族が調査により「人の役に立った」と喜ぶ姿があった 日頃から相談できる人がいることが支え合いにつながる 元気なときからの積み重ねが生きる力になってくるのだと感じる

## ⑦ 日頃の悩みについて（回答者31人）

	記載内容
対応に苦慮〔23名〕	独居高齢者で家族が遠方、中々支援ができないケースが増えている 本当に深刻なケースは、介入が必要でも介護サービスにつなげるのが難しい 本人・家族・主治医・事業所との関係づくりに時間がかかる 相談が多く、内容も多岐にわたる
時間が取れない〔4名〕	業務に追われて余裕がない 業務改善が必要
解決・共有できる〔3名〕	スタッフ間で共有したり、その都度相談して解消できている

## ⑧ 研修会の希望項目

	記載内容
地域包括支援センター	事例検討、こころの声アンケートの取り組みの継続
居宅介護事業所	事例検討、家族支援や環境などアセスメントに関して、地域での取り組みについての紹介

### 3. 調査結果のまとめ

本調査では、本人と介護者が、お互いの思いを言葉にして伝える場になった。また調査員が、本人と介護者の思いを改めて知る機会にもなった。本調査で聴取したさまざまなメッセージを伝えながら、認知症の方とそのご家族とともに、福島市オレンジプランの目指す姿に向けた施策を推進する。

#### ○本調査から分かったこと

##### 〔困っていることや不安なこと〕

本人「体調や症状のこと」「将来のこと」など  
ご家族「認知症の悪化の不安」「認知症症状からの行動」など  
●さまざまな困りごとや不安を持ちながら生活している

##### 〔うれしいと思うこと〕〔周囲の人にしてほしいこと〕

日常のあいさつや声かけ、さりげない優しさが支えになる  
反面、ことばで傷ついた経験を持つ方もいる  
●認知症本人や家族への思いやりや適切な対応が大切である

##### 〔最初に認知症ではと気づいた時の状況と相談先〕

本人もご家族も「もの忘れ」という回答が多く、  
本人の約半数に何らかの気づきがある。  
●本人・家族ともに「気づき」のポイントがある

##### 〔最初に相談した場所〕

認知症について最初に相談した場所は、本人・家族ともかかりつけ医が最も多い。地域包括支援センターや専門医等の情報の入手先もかかりつけ医や病院が最も多い。  
●かかりつけ医が相談窓口や専門医・介護サービス等の情報提供の場になっている

##### 〔ご本人の日頃の生活について〕

日頃から楽しんでいる趣味や活動がある方は約 80%  
自宅や地域での役割を持って生活している方は約 60%  
●楽しみや役割を持って生活している

##### 〔今後地域の支えとして望むこと〕

地域の中での交流・当事者同士の交流、安否確認や訪問での傾聴などの声がある  
●地域全体で生活を支える必要がある

##### 〔若年性認知症の方・介護者の声〕

「若年性認知症の方もいるとわかってほしい」「周囲には中々相談できなかった」などの声がある  
●若年性認知症の正しい理解の普及啓発が必要である

#### ○今後の取組に生かしていきたいこと

「認知症サポーター養成講座」などを通して、  
本人・家族の言葉を伝えながら、  
認知症への正しい理解や対応方法を広める

早期発見や治療につながるように、認知症の知識から相談先まで認知症についての情報をまとめた「もの忘れあんしんガイドブック」の充実と周知

かかりつけ医(もの忘れ相談医)や専門医療機関、地域包括支援センター等との認知症の早期診断・早期対応における連携体制を構築する。

人とのつながりや付き合いを元気な時から構築する意識の啓発や地域づくり。

地域の中で、本人を支える人や仕組み(インフォーマルサービス)を構築する。

若年性認知症への理解を広げるため、職域等での普及啓発

### III 参考

## 1. こころの声アンケート取り組みの経過

## (1) 検討委員会

## ① 日程・内容

	日時	内容
第1回	R3年8月26日 <市役所会議室>	実施内容について
第2回	R3年2月10日 <ZOOM 会議>	実施内容について
第3回	R4年6月23日 <市役所会議室>	研修と集計、分析方法について
第4回	R5年1月25日 <市役所会議室>	結果分析と活用方法について
第5回	R5年5月18日 <市民会館>	結果分析と今後について

## ② 委員名簿

	氏名	所属
1	齋藤真尚	福島市介護支援専門員連絡協議会 指定居宅介護支援事業所はなしのぶ
2	安齋智子	福島市介護支援専門員連絡協議会 ケアプランセンターらこば
3	伊藤麻樹子	福島市認知症初期集中支援チーム 医療法人湖山荘 あずま通りクリニック
4	松谷知子	認知症の人と家族の会福島県支部福島地区会
5	田中嘉章	福島市在宅医療・介護連携支援センター
6	藤倉優子	福島市地域包括支援センター連絡協議会主任ケアマネジャー部会(松川地域包括支援センター)
7	岩井賢哉	福島市地域包括支援センター連絡協議会社会福祉士部会(杉妻地域包括支援センター)
8	橘内七重	福島市地域包括支援センター連絡協議会保健師部会(松川地域包括支援センター)
9	尾形絵美	福島市地域包括支援センター連絡協議会認知症地域支援推進員部会(吾妻西地域包括支援センター)
10	渡辺絵美	福島市地域包括支援センター連絡協議会認知症地域支援推進員部会(清水東地域包括支援センター)

(2)認知症地域支援推進員と事例の読み込みと意見交換

第1回 R5年2月4日

第2回 R5年3月23日

(3)説明会、研修会

①事前説明会及び研修会

日時:①R4年9月9日(金) 午前

②R4年9月9日(金) 午後

会場:ZOOM

対象者:地域包括支援センター職員・介護支援専門員

内容:講演「認知症の人と家族に寄り添ったケアを  
こころの声を聴くこととは」

講師:福島県立医科大学看護学部 地域・公衆衛生看護学

教授 高橋 香子 氏

「こころの声アンケート」の調査説明と実際の面接場面

デモンストレーション :地域御包括支援センター検討委員

②事後研修会

日時:R5年10月26日(木)13:30~15:30

会場:福島市市民会館 2階 第2ホール

対象者:地域包括支援センター職員・介護支援専門員

内容:アンケート結果報告

グループワーク・助言

講師:福島県立医科大学看護学部 地域・公衆衛生看護学

教授 高橋 香子 氏

2. 調査票

(1) 認知症の人と家族への調査票

## 福島市こころの声アンケート

- ①地区： \_\_\_\_\_ ②年齢： \_\_\_\_\_ ③性別： 男性 ・ 女性
- ④認知症のタイプ アルツハイマー型 ・ レビー小体型 ・ 血管性 ・ その他（ \_\_\_\_\_ ）
- ⑤発症して \_\_\_\_\_ 年目 ⑥医療機関： \_\_\_\_\_ ⑦同居家族 無 ・ 有（ \_\_\_\_\_ ）人
- ⑧要介護認定 要支援 1 ・ 2 要介護 1 ・ 2 ・ 3 ・ 4 ・ 5
- ⑨利用介護サービス
- 訪問介護 ・ 訪問入浴介護 ・ 訪問リハ ・ 訪問看護 ・ 通所介護 ・ 通所リハ  
 短期入所生活介護 ・ 短期入所療養介護 ・ 福祉用具 ・ 介護マーク  
 認知症高齢者等QRコード見守り事業 ・ その他
- ⑩H30年度「こころの声アンケート」に回答したか （ あり ・ なし ・ 不明 ）

ご本人、ご家族それぞれに伺います。  
 ※同居の有無に関わらず、主介護者に  
 聞いてください。

### ご本人にお聞きします

1 日頃から楽しんでいる趣味や活動は  
 どのようなことですか？

2 普段から自宅や地域などで行っている  
 役割などがありますか？どのようなことですか？

3 普段から利用するお店や出かけて行く  
 場所はどのようなところですか？

4 日頃から交流のある友達や知人はいらっ  
 しゃいますか？どのような方ですか？

5 やりたいことや行きたいところがありま  
 すか？その内容や場所を教えてください。

6 ご家族について、日頃思っていることを  
 教えてください。

ご本人	ご家族 <span style="float: right;">⑩介護者の続柄 ( )</span>
<p>7 最初に認知症ではと気づいたのは、いつ頃でどのような状況でしたか？ また、身近な人は誰に相談しましたか？</p>	
<p>いつ頃： 状況：  相談した身近な人：</p>	<p>いつ頃： 状況：  相談した身近な人：</p>
<p>8 最初に相談した専門機関はどちらですか？その機関はどこで知りましたか？</p>	
<p>相談機関： どこで知ったか：</p>	<p>相談機関： どこで知ったか：</p>
<p>9 上記の機関へどのような相談をしましたか？</p>	
<p>10 いつもと違うと気づいてから、専門機関へ相談をするまでの期間はどのくらいでしたか？ また、相談してみようと思ったきっかけはどのようなことでしたか？</p>	
<p>相談までの期間：  相談のきっかけ：</p>	<p>相談までの期間：  相談のきっかけ：</p>
<p>11 主治医には病気のことについてどのようなことを相談していますか？</p>	

ご本人	ご家族
12 医療機関等についての思い、希望することはありますか？それはどのようなことですか？	
13 困っていることや不安なことはありますか？それはどのようなことですか？	
14 うれしいと思うことはどのようなことですか？	
15 あなたの支えや励みになっていることはどのようなことですか？	
16 相談できる人や協力してくれる人はいますか？その方はどのような関係の方ですか？	

## ご本人

## ご家族

17 周囲の人にしてほしいこと、言ってほしい言葉はどのようなことですか？

18 周囲の人にして欲しくないことは、どのようなことですか？

19 今後、介護保険サービスに限らず、地域でご本人やご家族を支える仕組みとしてあったらいいと思うことはどのようなことですか？

## 当事者の皆さんからのメッセージ

20 認知症の方や、これから認知症になるかもしれない皆さんへ、言いたいことやメッセージがあれば教えてください。

21 介護中の家族の皆さんへ、言いたいことやメッセージがあれば教えてください。

(2)地域包括支援センター職員・介護支援専門員への調査票

【地域包括支援センター職員、居宅介護支援事業所介護支援専門員へのアンケート～提出用～】

令和4年度認知症のひとと家族の実態調査～こころの声アンケート～にご協力いただきありがとうございます。  
アンケート回答につきましては、個人を特定することなく集計し、今後の認知症施策の推進や包括支援センター職員、介護支援専門員の皆様を支援する事業の検討など今後の施策をすすめていくうえでの資料として活かしてまいります。下記の内容についてご記入をお願いいたします。

1. 配信された事前説明は、ご覧になりましたか。

①はい	回答
②いいえ	選択してください



2. 事前研修会(9月9日実施)は、参加しましたか。

①はい	回答
②いいえ	選択してください

3. ケアプラン作成業務の経験年数について、あてはまるところに○を付けてください。  
(地域包括支援センターと居宅介護支援事業所の両方へ勤務した経験のある方は累計年数をお答えください)

①1年未満	回答
②1年以上5年未満	選択してください
③5年以上10年未満	
④10年以上	

4. あなたが、ご本人とご家族を調査対象として選択した理由をお聞かせください。(複数回答可)

①話が聞けるから	回答
②課題のあるケースだから	選択してください。複数の場合は、番号を記入してください。
③改めてこの機会に話を聞きたい	
④対応が上手にできているから	
⑤その他(理由記入)	

5. あなたが、認知症のご本人とご家族のアンケートを行ってみて、項目ごとに感じたことをお聞かせください。

	記入欄(自由記載)
ご本人の声を聴いて	
ご家族の声を聴いて	
介護サービスについて	
医療について	
地域について	
その他感じたこと	

6. 日頃の悩みや研修のご希望などについてお聞かせください。

	記入欄(自由記載)
日頃のこと	
研修の希望など	

ご協力ありがとうございました。

### 3. 認知症高齢者の日常生活自立度

ランク	判断基準	見られる症状・行動の例
自立	認知症を有さない。	
I	何らかの認知症を有するが、日常生活は家庭内及び社会的にほぼ自立している。	
II	日常生活に支障を来すような症状・行動や意思疎通の困難さが多少見られても、誰かが注意していれば自立できる。	
II a	家庭外で上記IIの状態が見られる。	たびたび道に迷うとか、買物や事務、金銭管理などそれまでできたことにミスが目立つ等
II b	家庭内でも上記IIの状態が見られる。	服薬管理ができない、電話の応対や訪問者との対応など一人で留守番ができない等
III	日常生活に支障を来すような症状・行動や意思疎通の困難さが見られ、介護を必要とする。	
III a	日中を中心として上記IIIの状態が見られる。	着替え、食事、排便、排尿が上手にできない、時間がかかる。やたらに物を口に入れる、物を拾い集める、徘徊、失禁、大声・奇声をあげる、火の不始末、不潔行為、性的異常行為等
III b	夜間を中心として上記IIIの状態が見られる。	ランクIII aに同じ
IV	日常生活に支障を来すような症状・行動や意思疎通の困難さが頻繁に見られ、常に介護を必要とする。	ランクIIIに同じ
M	著しい精神症状や問題行動あるいは重篤な身体疾患が見られ、専門医療を必要とする。	せん妄、妄想、興奮、自傷・他害等の精神症状や精神症状に起因する問題行動が継続する状態等

※「要介護認定 認定調査員テキスト 2009 改訂版」より引用

※ランク自立については福島市独自のもの

### 4. 障害高齢者の日常生活自立度

生活自立	ランクJ	何らかの障害等を有するが、日常生活はほぼ自立しており独力で外出する 1. 交通機関等を利用して外出する 2. 隣近所へなら外出する
準寝たきり	ランクA	屋内での生活は概ね自立しているが、介助なしには外出しない 1. 介助により外出し、日中はほとんどベッドから離れて生活する 2. 外出の頻度が少なく、日中も寝たり起きたりの生活をしている
寝たきり	ランクB	屋内での生活は何らかの介助を要し、日中もベッド上での生活が主体であるが、座位を保つ 1. 車いすに移乗し、食事、排泄はベッドから離れて行う 2. 介助により車いすに移乗する
	ランクC	1 日中ベッド上で過ごし、排泄、食事、着替において介助を要する 1. 自力で寝返りをうつ 2. 自力では寝返りもうてない

※判定に当たっては、補装具や自助具等の器具を使用した状態であっても差し支えない。