



第5章

認知症施策の推進 (認知症基本計画)

1

計画策定の背景

令和7年（2025年）、65歳以上高齢者の5人に1人にあたる、約700万人が認知症になるといわれています。認知症はいまや誰もがなりうるもの、身近なものです。今後ますます増加が予想される認知症の人が、住み慣れた地域で安全に安心して暮らせる社会を実現するためには、共に支え合い、地域で一丸となった取組みが必要です。

認知症の人の増加を見据え、国では、平成27年（2015年）1月に「認知症施策推進総合戦略」（新オレンジプラン）、令和元年（2019年）6月には「認知症施策推進大綱」が策定されました。また、令和5年（2023年）6月には「認知症基本法」が成立し、各区市町村において当該区市町村の実情に即した認知症施策推進計画策定の努力義務が課されることとなりました。

認知症の人にやさしい地域づくりを一層推進していくため、また、国がとりまとめた大綱と法の趣旨に基づき認知症施策を総合的かつ計画的に推進していくため、認知症基本計画を、千代田区高齢者福祉計画・第9期千代田区介護保険事業計画と一体的に策定することとしました。

2

計画の位置づけ

本計画は、区の任意計画であるものの、国の大綱と法の趣旨に基づき、第9期介護保険事業計画と調和のとれた計画とします。

理念「その人らしさ」が尊重され、住み慣れた地域でいきいきと暮らし続けられるまち千代田を実現する

目標 地域包括ケアシステムの深化・推進

高齢者福祉計画（老人福祉法）
第9期介護保険事業計画（介護保険法）

認知症基本計画（任意計画）

介護サービス量の見込み・保険料の算定

3

計画策定の体制・計画策定までの歩み

本計画の策定にあたっては、区、認知症地域支援推進員、相談機関、医療機関、社会福祉協議会、認知症グループホーム、東京都健康長寿医療センター等、地域の認知症関係機関で構成する「認知症ケア推進チーム」が中心となり、月1回の定例会の中で内容を検討しました。

また、学識経験者や地域医療に関わる関係団体、介護サービスに関わる事業者、民生児童委員等、22人の委員で構成される千代田区在宅医療・介護連携推進協議会認知症連携推進部会において審議し、意見等を反映させました。千代田区在宅医療・介護連携推進協議会認知症連携推進部会とは、認知症の人とその家族の生活支援のため、認知症に関する連携体制の構築・推進について検討することを目的に設置されています。

さらに、第9期介護保険事業計画と一体的に、介護保険運営協議会にて内容の検討を行いました。

開催日	検討事項等
令和4年12月22日	令和4年度第9回認知症ケア推進チーム定例会にて、認知症基本計画策定の頭出し、策定スケジュール確認
令和5年1月25日	令和4年度第10回認知症ケア推進チーム定例会にて、基本理念・基本方針・5つの柱（1）の内容検討
令和5年2月16日	令和4年度第11回認知症ケア推進チーム定例会にて、5つの柱（2）の内容検討
令和5年3月23日	令和4年度第12回認知症ケア推進チーム定例会にて、5つの柱（3）及び（4）の内容検討
令和5年4月19日	第1回介護保険運営協議会にて、認知症基本計画策定方針の報告
令和5年4月27日	令和5年度第1回認知症ケア推進チーム定例会にて、基本理念・基本方針・5つの柱の最終確認
令和5年6月9日	第1回千代田区在宅医療・介護連携推進協議会認知症連携推進部会にて、認知症基本計画基本方針及び重点事項の審議
令和5年8月1日	第2回介護保険運営協議会にて、認知症基本計画基本方針及び重点事項の報告
令和5年9月1日	第2回千代田区在宅医療・介護連携推進協議会認知症連携推進部会にて、認知症基本計画素案の審議
令和5年10月25日	第3回介護保険運営協議会にて、認知症基本計画素案の報告
令和6年1月31日	第4回介護保険運営協議会にて、第9期介護保険事業計画等と共に認知症基本計画案の答申
令和6年2月7日	千代田区在宅医療・介護連携推進協議会にて、認知症基本計画策定の報告

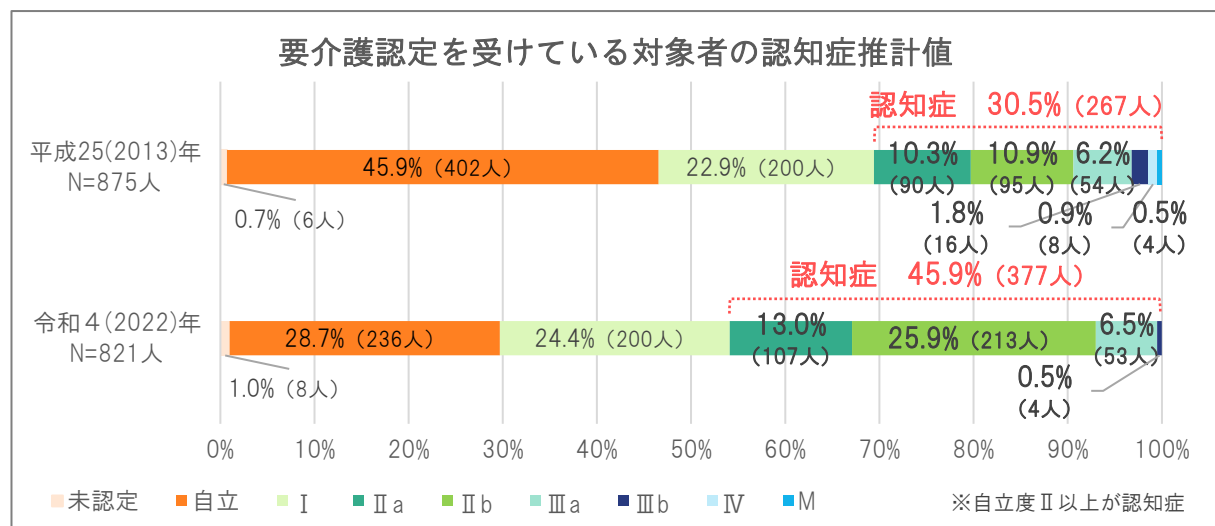
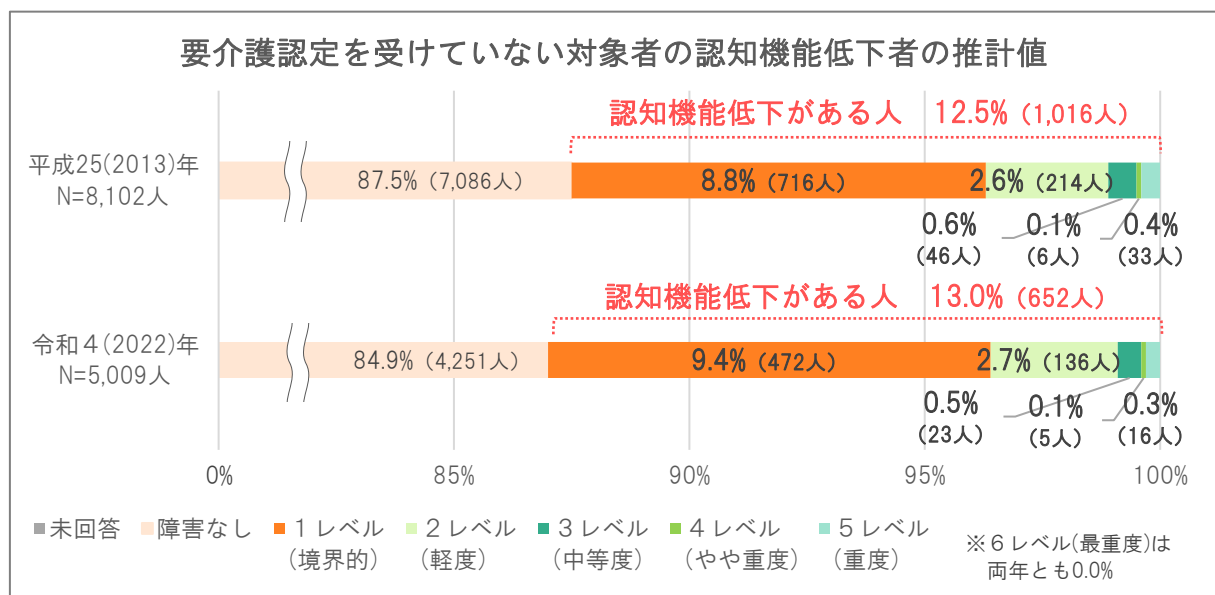
1 区内認知症高齢者の状況

(1) 認知症高齢者数の見通し

区では、認知機能が低下した高齢者数の推計（※）について、平成25年（2013年）と令和4年（2022年）に、要介護認定のない高齢者及び要支援1から要介護2までの高齢者を対象とした同種の調査を行いました。

調査対象者を要介護認定の有無で分けた場合、認定を受けていない群においては認知機能低下高齢者が微増し（12.5%→13.0%）、認定を受けている群においては認知症高齢者に増加が見られました（30.5%→45.9%）。全体として、後期高齢者層、男性で増加があり、認定を受けている群では、レベルⅡの判定が増加している傾向が見られました。

※ 東京都健康長寿医療センター研究所が「日常生活圏域ニーズ調査で評価される認知機能の障害程度（CPS）」及び「認知症高齢者の日常生活自立度判定」を用いて推計



注：推計値を算出し小数点以下を四捨五入しているため、合計に誤差が生じる場合があります

(2) 高齢者へのアンケート調査の結果

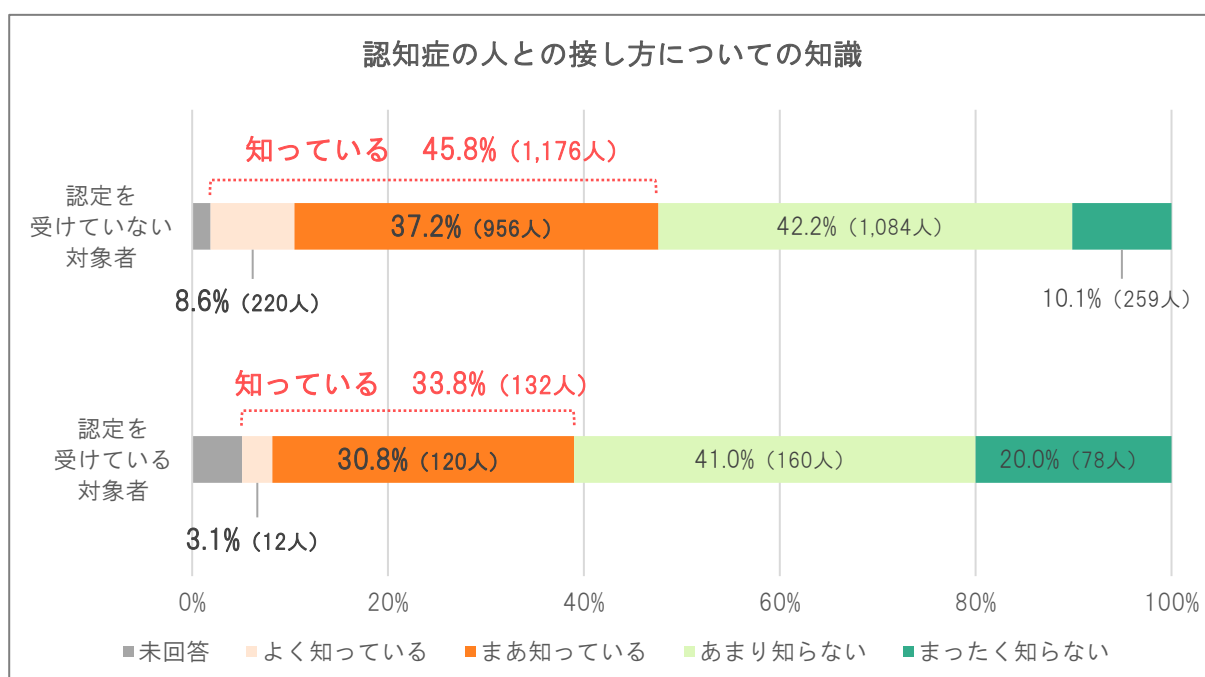
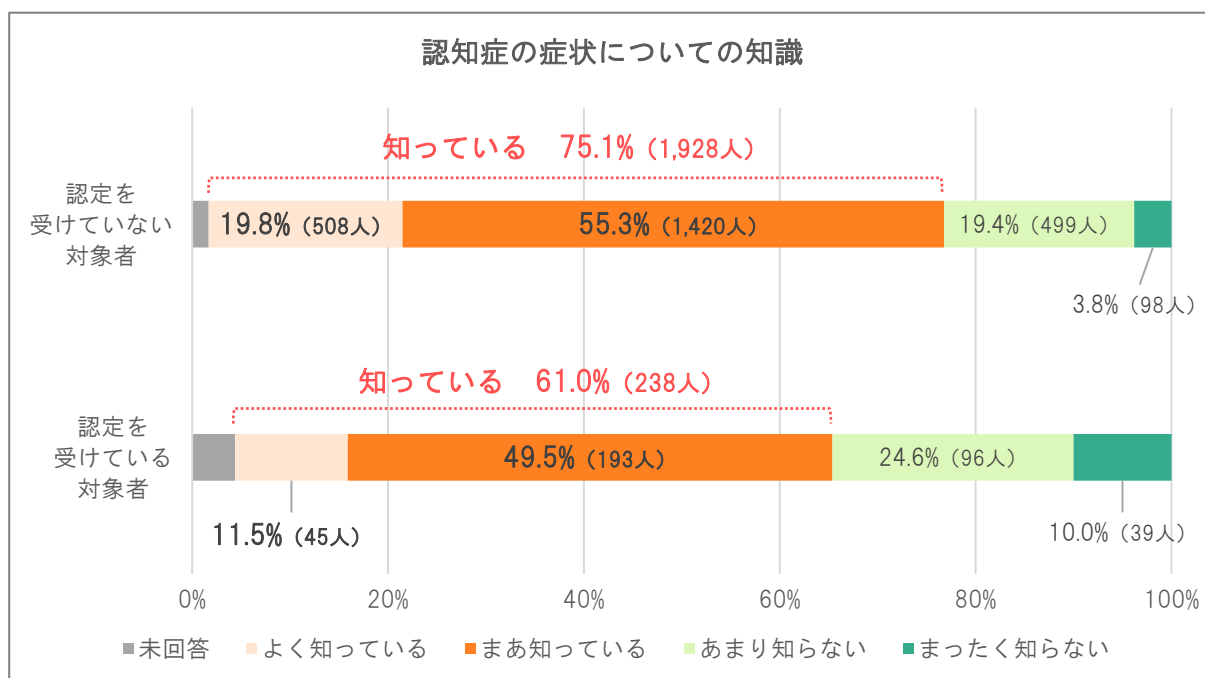
(1) の調査では、認知症に関する項目についても質問し、うち要介護認定を受けていない高齢者2,568人と、受けている高齢者390人から回答がありました。(※)

※ 結果の数値は小数点以下を四捨五入しているため、合計に誤差が生じる場合があります

■認知症の症状や、認知症の人との接し方について、どの程度知識があるか

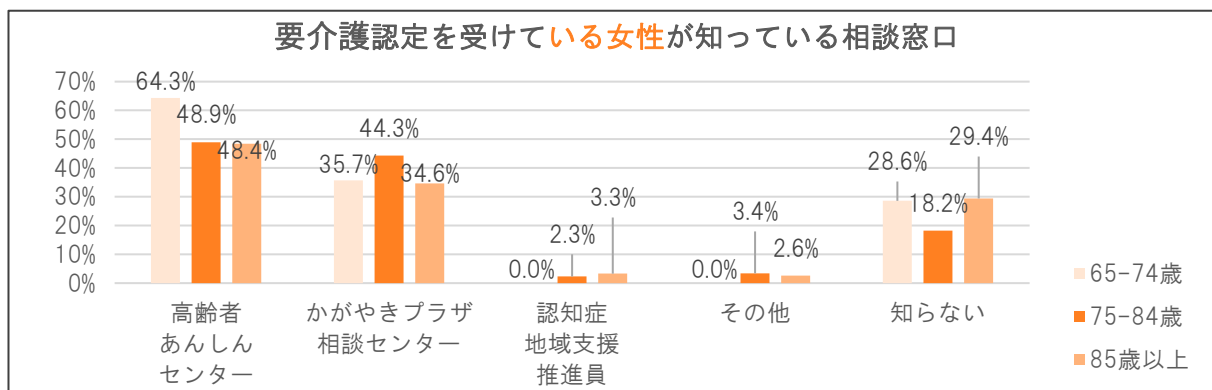
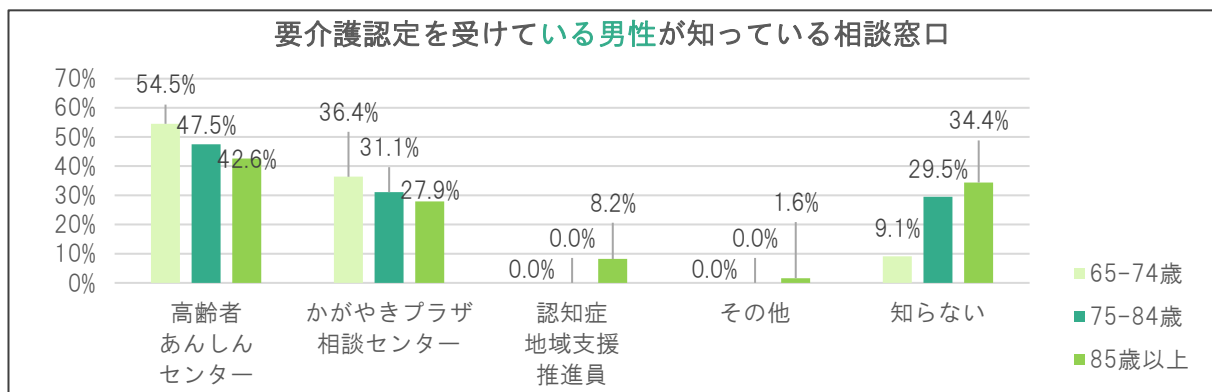
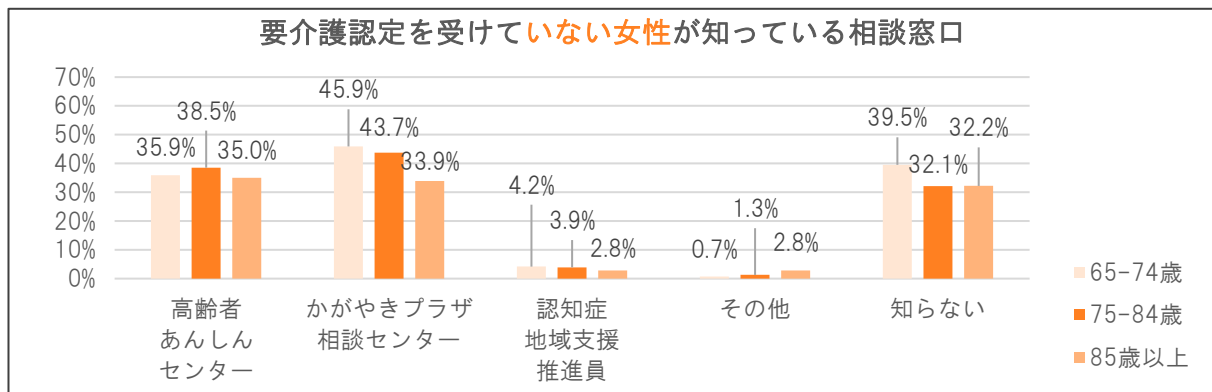
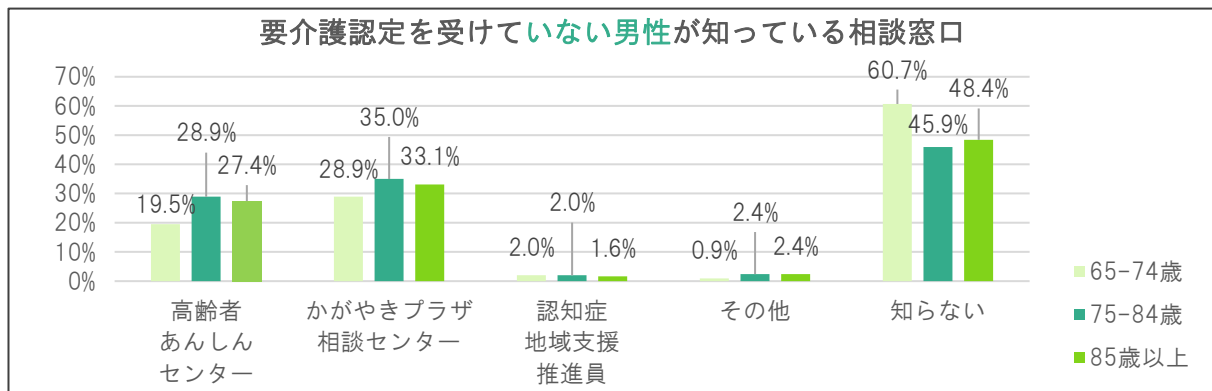
認知症の症状については、認定を受けていない群で75.1%、受けている群で61.0%が「知っている」と回答し、半数を超える人に知識がありました。

一方、接し方については、認定を受けていない群と受けている群で、それぞれ45.8%、33.8%と、低い結果となりました。



■認知症に関して困ったときの相談窓口（又は相談員）を知っているか

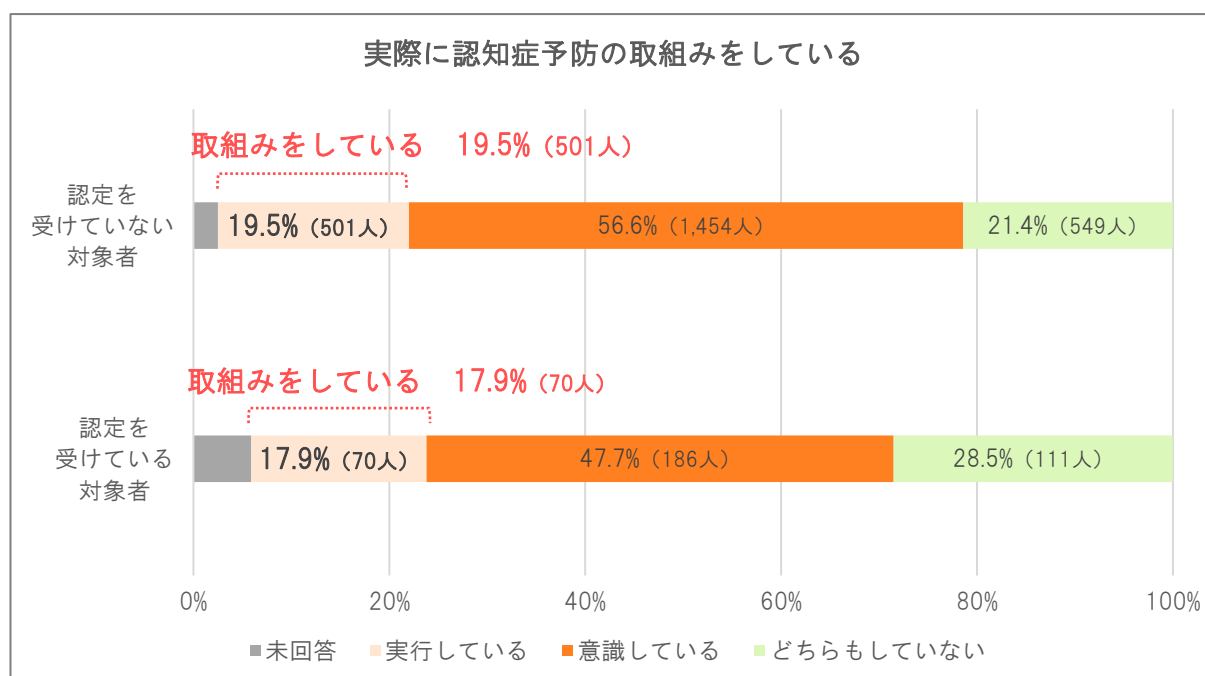
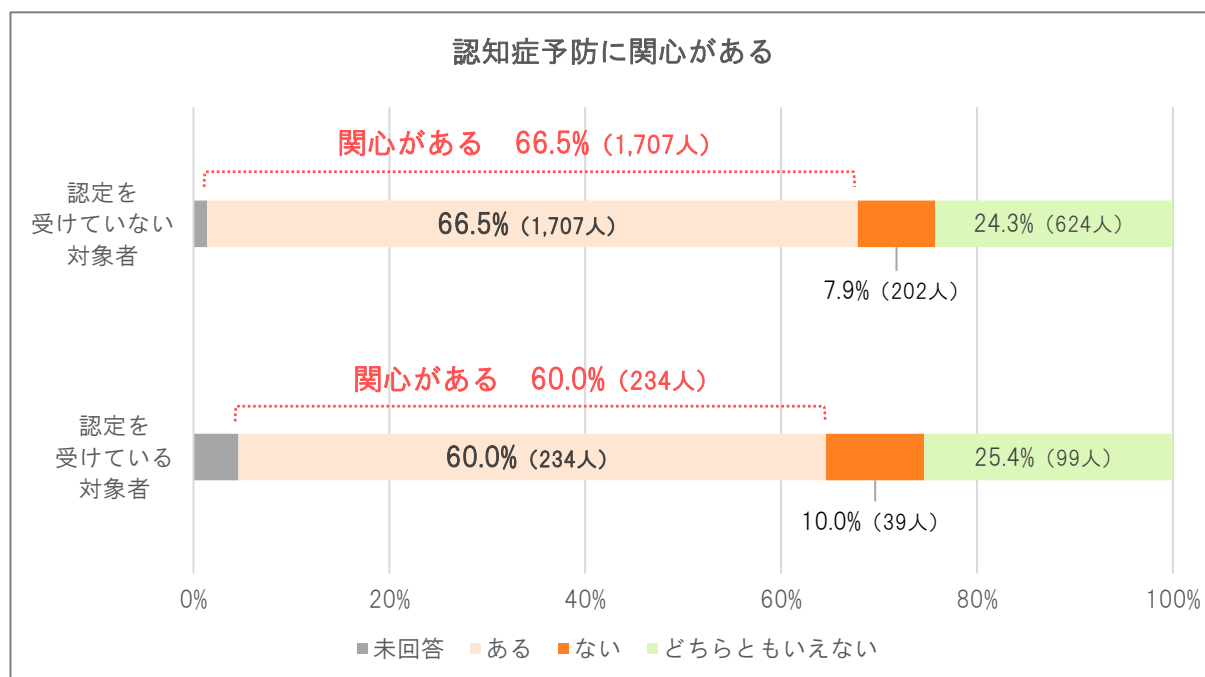
認定を受けていない男性では「知らない」との回答が最も多く、女性では「かがやきプラザ相談センター」が最も多い結果でした。認定を受けている群では、男女とも「高齢者あんしんセンター」との回答が最も多い結果でした。



■認知症予防に対する関心や具体的な行動について、「関心があるか」「実際に取り組んでいるか」

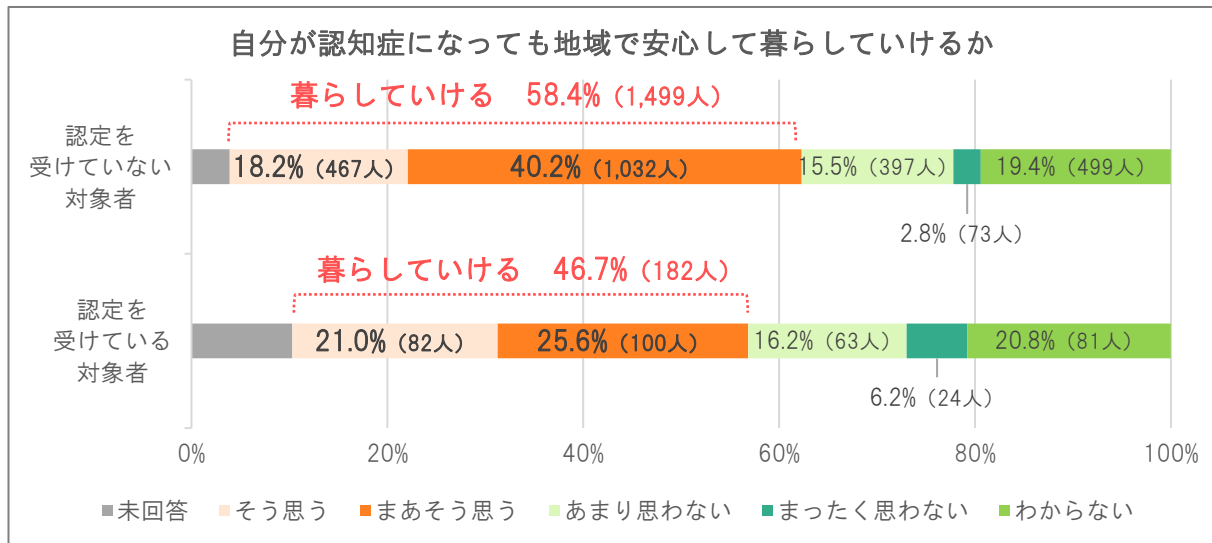
「認知症予防に関心がある」と回答したのは、認定を受けていない群で66.5%、受けている群で60.0%でした。

一方、実際の行動として「認知症予防の取組みをしている」人の割合は、認定を受けていない群で19.5%、受けている群で17.9%にとどまりました。



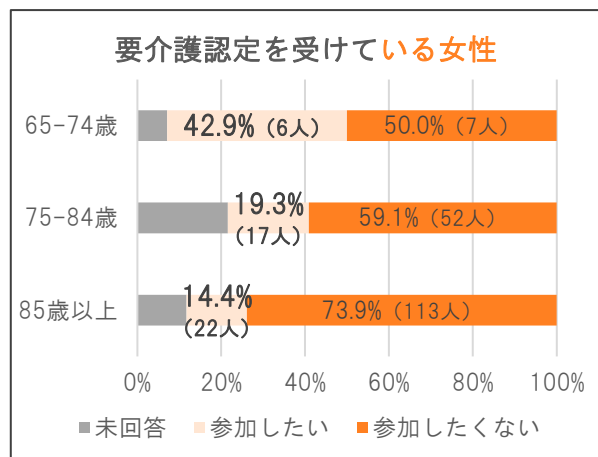
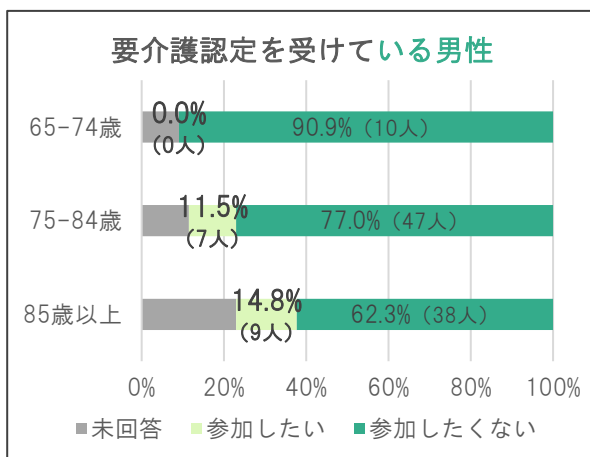
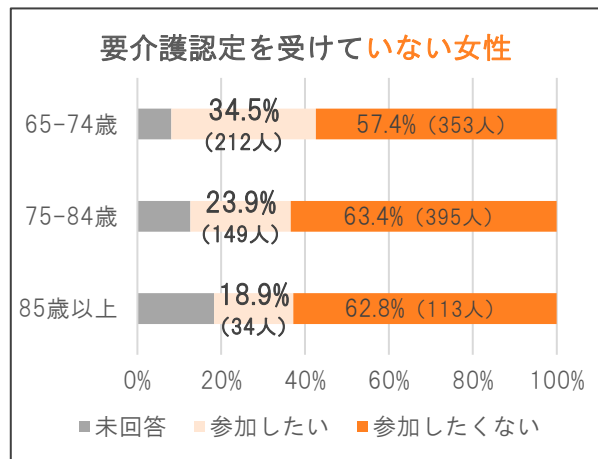
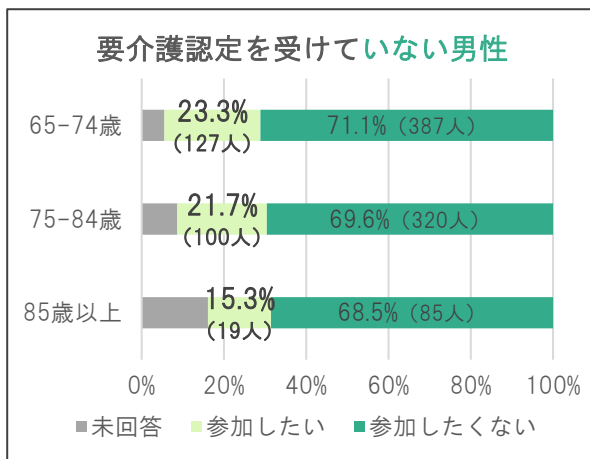
■将来自分が認知症になっても地域で安心して暮らしていけるか

認定を受けていない群では58.4%、受けている群では46.7%が、認知症になっても地域で「暮らしていける」と回答しました。また、年齢別の結果では、年齢が高いほど「暮らしていける」の回答が減少しました。

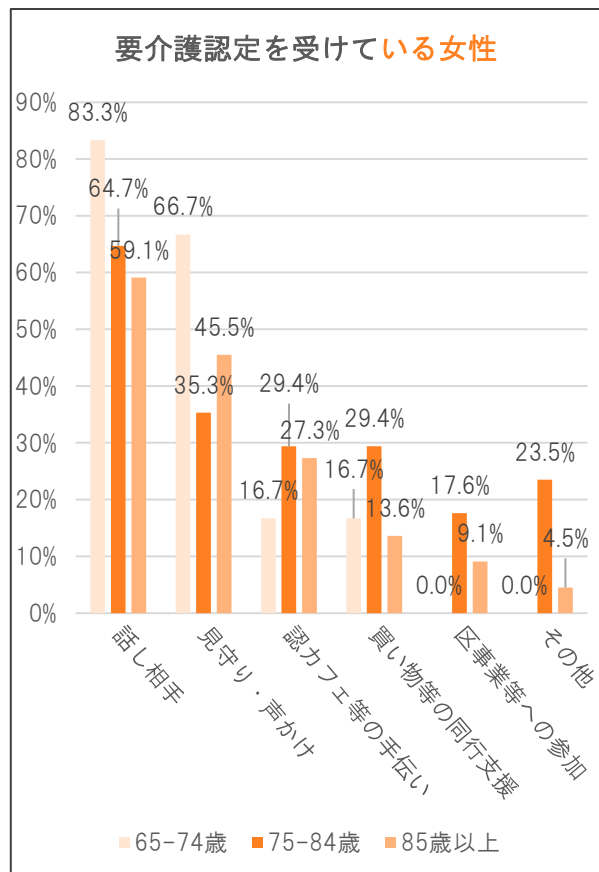
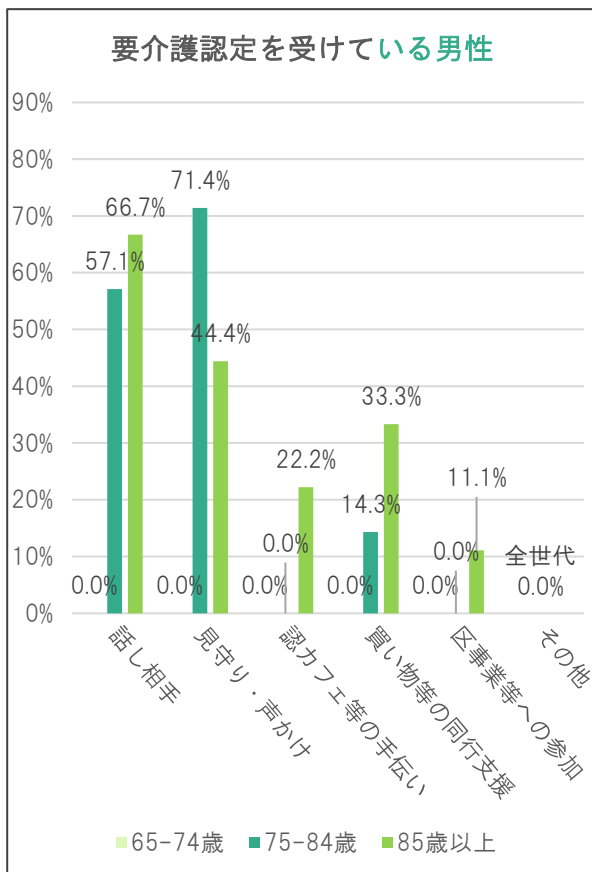
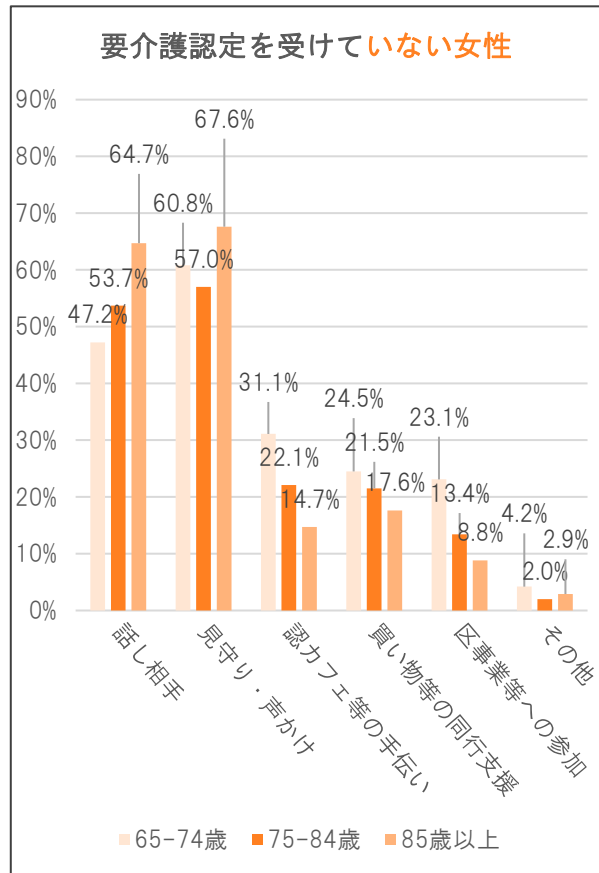
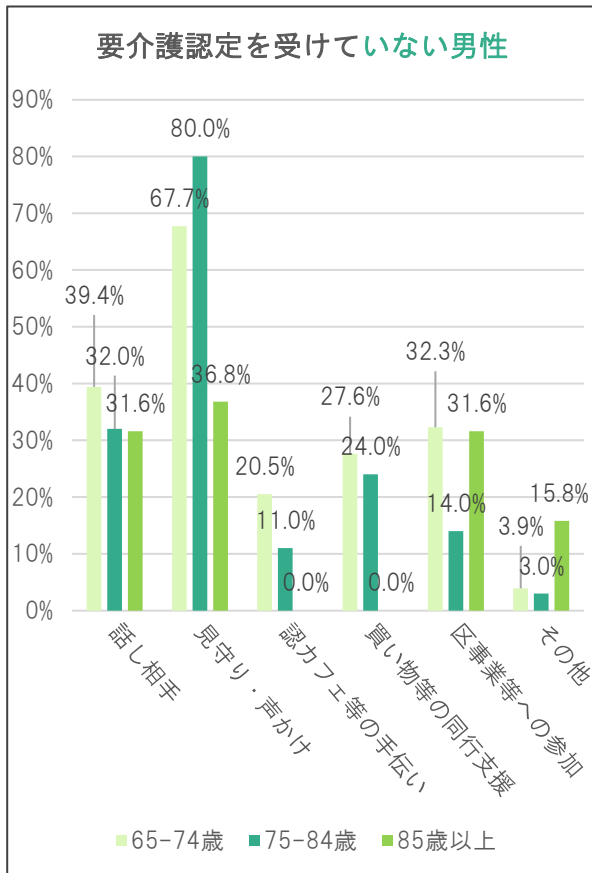


■ボランティア活動への参加意向

区では、認知症の人を支援するボランティア活動を行ってくれる方を養成し、活用することを計画しています。ボランティア活動への参加意向について、認定を受けていない群では25.1%、受けている群では15.6%が「参加したい」と回答しました。その割合は、男性よりも女性で高く、年齢が高いほど低くなる傾向が見られました。



■ボランティア活動への参加意向を示した対象者が、どのような活動に参加してみたいか
性別や年齢、認定の有無にかかわらず「話し相手」や「見守り・声掛け」の回答が多い
結果となりました。



認知症基本計画の策定にあたっては、認知症の人や家族をはじめとして、さまざまな関係者の意見や想いをお聞きする必要がありました。

そこで、令和5年（2023年）5月19日、認知症の人、家族、支援者、認知症サポーター等とともに、認知症シンポジウム「みんなで話そう！ 認知症と共に暮らすまち」を開催しました。



開催に際しては、講師として認知症介護研究・研修東京センター副センター長を務めていらっしゃる永田久美子先生にご登壇いただきました。永田先生からは、「認知症になったらなにも分からなくなる」というような古い常識を捨て、「たとえ認知症になっても、自分らしく楽しく生きることができる」という新しい常識・文化を広めていくことが大切だというお話をいただきました。

その後は、千代田区で10年以上認知症の研究を続けている、東京都健康長寿医療センター研究所の杉山美香先生、認知症本人ミーティング「実桜の会」でファシリテーターを務める若年性認知症本人の岩田さん、認知症地域支援推進員の二上さん、「実桜の会」に会場を提供いただいている株式会社セブン&アイ・フードシステムズ サステナビリティ推進 柴崎さん、区在宅支援課地域包括ケア推進係長の島田、会場にお越しの認知症の人・家族も交え、これまでの活動や現状について、それぞれの立場から意見交換を行いました。最後に岩田さんがおっしゃった「認知症の人の代わりになんでもやってあげるのは、愛情ではない。好きなことをやらせてあげて、できれば褒めて、成功体験を重ねることで、自分もできるんだという自信がついてくる」という力強い言葉がとても印象的でした。



当日の参加者からは、「新しい常識！もっと広がることに期待。自分も力になりたいと思います」「認知症の人は一歩ずつ進む人、心に刻みます」「認知症のイメージが変わりました」等の声をいただき、前向きなシンポジウムとなりました。

認知症基本計画の策定にあたっては、認知症の人や家族をはじめとして、さまざまな関係者の意見や想いをお聞きする必要がありました。

そこで、令和5年（2023年）5月19日、認知症の人、家族、支援者、認知症サポーター等とともに、認知症シンポジウム「みんなで話そう！ 認知症と共に暮らすまち」を開催しました。



開催に際しては、講師として認知症介護研究・研修東京センター副センター長を務めていらっしゃる永田久美子先生にご登壇いただきました。永田先生からは、「認知症になったらなにも分からなくなる」というような古い常識を捨て、「たとえ認知症になっても、自分らしく楽しく生きることができる」という新しい常識・文化を広めていくことが大切だというお話をいただきました。

その後は、千代田区で10年以上認知症の研究を続けている、東京都健康長寿医療センター研究所の杉山美香先生、認知症本人ミーティング「実桜の会」でファシリテーターを務める若年性認知症本人の岩田さん、認知症地域支援推進員の二上さん、「実桜の会」に会場を提供いただいている株式会社セブン&アイ・フードシステムズ サステナビリティ推進 柴崎さん、区在宅支援課地域包括ケア推進係長の島田、会場にお越しの認知症の人・家族も交え、これまでの活動や現状について、それぞれの立場から意見交換を行いました。最後に岩田さんがおっしゃった「認知症の人の代わりになんでもやってあげるのは、愛情ではない。好きなことをやらせてあげて、できれば褒めて、成功体験を重ねることで、自分もできるんだという自信がついてくる」という力強い言葉がとても印象的でした。



当日の参加者からは、「新しい常識！もっと広がることに期待。自分も力になりたいと思います」「認知症の人は一歩ずつ進む人、心に刻みます」「認知症のイメージが変わりました」等の声をいただき、前向きなシンポジウムとなりました。

1 基本理念

認知症などの有無にかかわらず、誰もがお互いを尊重して、認め合い、支え合いながら、自分らしく住み続けられる地域をつくっていきます。

2 基本方針

「認知症施策推進大綱」の「共生」※1、「予防」※2を基礎に、5つの基本指針を柱とし、認知症施策を推進します。施策の推進にあたっては、認知症の人と家族の視点を重視して取り組みます。

【千代田区認知症基本計画における用語の取扱いについて】

※1「共生」とは、認知症の人が、尊厳と希望を持って生きる、また、認知症であってもなくても同じ社会で共に生きるという意味

※2「予防」とは、知識や理解を深め、認知症になるのを遅らせる、認知症になっても進行を緩やかにする取組みを促すという意味

3 5つの柱

柱1 知識や理解を深めるための普及啓発、本人発信支援

柱2 備えと予防・社会参加

柱3 医療・ケア・介護サービス・介護者支援

柱4 認知症と共に生きる共生社会の実現・若年性認知症の人への支援

柱5 認知症支援サービスの仕組みづくり

超高齢社会を迎え、今後ますます認知症高齢者の増加が予想されます。
 住み慣れた地域で、いつまでもいきいきと自分らしく生きていくため、
 認知症の症状の段階ごとに使えるサービスや社会資源等を、改めて整理しました。

認知症 かもしれない

認知症本人の症状と、 周囲の人が心がけること	少しの工夫と周りのサポートで 自分らしくいきいきと
つどいの場、交流の場	はあとサロン・ふれあいサロン
はじめて 相談したいときに	高齢者あんしんセンター（麴町・神田） かがやきプラザ相談センター（麴町・神田）
認知症への備えと診断	認知症予防・介護予防事業 認知症初期集中支援チーム かかりつけ医 認知症サポート医 九段坂病院（認知症予防外来）
知ってるようで 知らない？認知症のこと	かがやきプラザ研修センター 千代田保健所
いろいろ使える！ 千代田区のサービス	ふたばサービス ふれあい収集 高齢者食事支援サービス 自動通話録音機 救急通報システム 救急医療情報キット
安全・権利・財産、 大切なものを守りたいときに	消費生活相談 福祉サービス利用支援 成年後見制度（任意後見・法定後見）
自宅での生活が難しくなったら	

下表の作成には、認知症本人ミーティングなどに参加されている認知症の人とその家族のお力をお借りし、区、認知症地域支援推進員、相談機関、医療機関、介護事業所等関係者が携わりました。

詳細については、「千代田区認知症ガイドブック（認知症ケアパス）」をご覧ください。
二次元バーコードから閲覧できます→



介護が必要になったら

積極的に外へ出て
楽しみや張り合いを持って過ごす

住み慣れた地域で
最期まで暮らし続けたい

認知症カフェ

実桜の会（認知症本人ミーティング）

公益社団法人 認知症の人と家族の会

三井記念病院（認知症疾患医療センター）

順天堂医院（認知症疾患医療センター）

東京都若年性認知症総合支援センター

特定非営利活動法人 若年認知症サポートセンター

訪問介護

定期巡回・随時対応型訪問介護看護

通所介護

認知症対応型通所介護

小規模多機能型居宅介護

訪問看護

通所リハビリテーション

訪問リハビリテーション

ショートステイ

居宅療養管理指導

福祉用具の貸与・購入

グループホーム

介護老人保健施設

特別養護老人ホーム

介護療養型医療施設

介護医療院

有料老人ホーム

本計画では、認知症の発症を遅らせ、認知症になっても希望を持って日常生活を過ごせる社会を目指し、認知症の人や家族の視点を重視しながら、「共生」と「予防」を基礎に、「知識や理解を深めるための普及啓発、本人発信支援」、「備えと予防・社会参加」、「医療・ケア・介護サービス・介護者支援」、「認知症と共に生きる共生社会の実現・若年性認知症の人への支援」、「認知症支援サービスの仕組みづくり」の5つの基本指針を柱とし、認知症施策を総合的に推進します。

この5つの柱ごとに、第9期介護保険事業計画期間終了時の成果目標（KPI：重要業績評価指標）を設定することで、現状を把握し、その後の施策に反映することとします。

また、以下からは、目標達成に向けて、柱ごとに施策を展開していきます。

柱1. 知識や理解を深めるための普及啓発、本人発信支援

認知症の人やその家族が地域の中で自分らしく、より良い暮らしを続けられるよう、認知症に関する知識や理解を深めるための普及啓発に努め、認知症であっても、なくても、同じ社会の一員であるという地域全体の意識を育みます。また、認知症本人ミーティング「実桜の会」等の参加者に協力を得ながら、認知症の人の発信機会の拡大や「本人視点」を重視した施策に繋げていきます。

現状と課題

- 今後ますます増加が予想される認知症の人を地域で支えるため、地域の小単位での講座の開催の他、人格形成の重要な時期である若年層や、親の介護を担う子育て世代等、これまで関わりの少なかった多世代に対する理解促進・普及啓発に取り組む必要があります。

施策実現に向けた主な事業

(1) 認知症サポーター・認知症キッズサポーターの養成促進

自分の出来る範囲で認知症の人やその家族を温かく見守る応援者である「認知症サポーター」の養成を促進します。養成にあたっては、積極的に地域へ出向き認知症サポーター養成講座を開催し、引き続き在住・在勤・在学者に対する普及啓発及び活用を進めます。また、小学生等を対象として、クイズ等を取り入れ、楽しみながら認知症を理解するための「認知症キッズサポーター養成講座」を令和5年度より開始しています。今後は公開講座だけではなく、授業の一環や地域に出向いた出張講座の開催も検討する

等、若年層への認知症の理解促進を図ります。併せて、これまで関わりの少なかった子育て世代等、多世代向けの普及啓発事業を実施し、全ての人と一緒に楽しめる機会を創出します。

(2) 認知症の知識や理解を深めるための研修・講演等の実施 (かがやきプラザ研修センター)

認知症の知識と理解を深めるため、「認知症ケア講座」等を定期的で開催し、区民と介護事業所職員等を対象として、さまざまな切り口から認知症を学ぶ機会を提供します。

(3) 認知症本人ミーティング「実桜の会」の発展

令和元年度から開催している認知症本人ミーティング「実桜の会」は、認知症の人や家族の日頃の想いや悩み等を話し合う場所として定着しており、地域のレストランや喫茶店も開催場所となっています。今後も地域の飲食店や大学等、認知症の人が気軽に立ち寄れる居場所づくりを進めていきます。また、認知症関連事業に「実桜の会」参加者の意見を取り入れる等、「本人発信」を重視した施策に繋げていきます。

(4) 千代田区認知症ガイドブック（認知症ケアパス）・別冊パンフレット 「いまのわたしで生きていく」の普及

病院、歯科医院、薬局、警察、郵便局、町会、民生児童委員等、地域で認知症に対する理解が進むよう「認知症ケアパス」の普及啓発に取り組むとともに、ケアパスを通して相談窓口や認知症地域支援推進員の周知に努めます。また、別冊「いまのわたしで生きていく」に掲載された認知症の人や家族の声を多くの人に届けることで、認知症のイメージを変え、認知症に対する理解を深めていきます。

柱1の成果目標

指標	現状値	目標値	出典
認知症相談窓口の認知度	24.8%	1割増加	日常生活圏域 ニーズ調査
認知症サポーター数（累計）	23,205人 (令和5年3月)	28,000人	実績値

認知症本人ミーティング「^{みお}実桜の会」と 認知症ガイドブックの作成

千代田区では、令和2年（2020年）2月から、認知症本人ミーティング「実桜（みお）の会」を開催しています。はじめは高齢者施設のみで行われていたこの会は、令和5年（2023年）4月現在、ファミリーレストランやカフェなどでも開催されるようになり、少しずつ参加者が増えてきました。

実桜の会は、認知症と診断された人や、認知症が心配な方、認知症の人を介護されている家族が、それぞれの席で日頃の想いや悩みなどを語り合う場です。本人と家族のテーブルを分けていることが特徴で、参加者の方々は「普段は言えないことも、ついつい話してしまう」とおっしゃいます。



もちろん、話題になるのは重い悩みだけではありません。最近食べた美味しい料理の話、旅行先での思い出話、笑える失敗談などさまざまです。区内外からの参加が可能なことから、住んでいる地域の違いで盛り上がることもあります。

実桜の会を開催していて感じたのは、認知症の人や家族が、もっと自らの想いを発信する機会があってもいいのではないかと、ということ。認知症支援の関係機関で構成される「認知症ケア推進チーム」のメンバーは、認知症ガイドブックの刷新にあたり、実桜の会の参加者の力を借りることにしました。



左の冊子は、認知症の支援情報をまとめた「千代田区認知症ガイドブック（認知症ケアパス）」です。

記載するサービスの内容や表現方法などが、本人や家族にとって分かりやすいかどうか、絵や文字が見やすいかどうか、参加者の皆さまからご意見をいただきました。1ページ目には、認知症の人からのメッセージも掲載されています。

右の冊子は、別冊パンフレット「いまのわたしで生きていく」です。

認知症の人や家族、支援者にインタビューを行い、認知症になっても、いまの自分を受け入れ、自分らしく生きている皆さまの声をまとめました。あたたかい色使いの表紙は、実桜の会にも参加して下さっている認知症の人が描いた作品です。

このように千代田区では、実桜の会をきっかけとして、さまざまな取組みが行われるようになりました。

これからも、本人と家族の視点を大切にしながら活動していきます。



柱2. 備えと予防（※）・社会参加（重点）

（※）柱2における「予防」とは「認知症にならない」という趣旨ではなく、「認知症になるのを遅らせる」「認知症になっても進行を緩やかにする」という、認知症に対する正しい知識と理解に基づいた取組みを促すという意味です

「認知症にならない」のではなく、「認知症になるのを遅らせる」「認知症になっても進行を緩やかにする」という認知症予防に対する正しい知識と理解に基づいた取組みを普及啓発していきます。また、運動不足の改善、糖尿病や高血圧症等の生活習慣病の予防、社会参加による社会的孤立の解消や役割の保持等が、認知症予防に資する可能性のある取組みとして示唆されていることを踏まえ、認知症予防・介護予防・フレイル対策等を促進していきます。さらに、認知症の人が社会から孤立せず、継続的に社会とつながることができる取組みを推進します。

現状と課題

- 現在の介護予防事業は、比較的元気な高齢者を対象としたプログラム内容となっていますが、今後、軽度認知障害（MCI）相当の高齢者等の増加が予想される中で、運営方法や内容を検討していく必要があります。

施策実現に向けた主な事業

（1）「こころとからだのすこやかチェック（郵送調査）」（区独自事業）のデータ活用

要介護認定を受けていない 65 歳以上高齢者を対象に「こころとからだのすこやかチェック（郵送調査）」を実施し、調査研究資料に活用する他、回答者に健康状態の助言、区の介護予防事業案内を送付することで、早期に介護予防に取り組めるよう促しています。今後は、回答内容に応じた個別支援に繋げるため、高齢者あんしんセンターや相談センター等の関係機関と情報共有・連携を図りながら、データに基づく見守り支援、認知症早期発見等の各種支援を実施します。

（2）認知症予防・介護予防講座の実施、自主グループ活動支援

参加者に対する認知症予防・介護予防の普及啓発を行いながら、自主グループの活動継続に向け様々な環境整備を図り、地域で認知症予防の担い手となれる仕掛けづくりを検討していきます。また、区と連携協定を結ぶ九段坂病院監修のもと、東京都健康長寿医療センターと協働で、軽度認知障害（MCI）相当の高齢者等も一緒に参加できる「認知症とともによりよく生きるためのプログラム」の研究・開発に取り組めます。

(3) 認知症カフェの継続的实施及び発展

麴町・神田地域で実施している「認知症カフェ」は、認知症に関心のある全ての方を対象に、各関係機関やボランティアの協力を得た講座の実施、情報共有や交流・相談が出来る場となっています。今後は、町会や通いの場、企業や大学との連携を図りながら、各地域で出張型認知症カフェを積極的に開催していく等、より地域に根差した居場所となるよう形態を工夫していきます。また、最終的には専門職による開催から、認知症サポーター等のボランティア、認知症の人とその家族も運営に参加できる体制を目指します。

(4) 「はあとサロン」「ふれあいサロン」「町会福祉部」を通じた地域の「居場所機能」「見守り機能」の推進（社会福祉協議会）

サロン事業や町会福祉部活動を通して、地域の高齢者等が気軽に立ち寄ることのできる「居場所」を確保し、見守り機能を充実させていくことで、ひとり暮らし高齢者や認知機能の低下した高齢者が安心して暮らし続けられる地域福祉コミュニティの実現を目指します。また、そうした方々が自分の「居場所」に参加し続けられるよう、サロン運営者・町会福祉部向けに見守り方法等に関する研修を開催し、仕組みづくりを検討します。

(5) 「生きがい」「役割」を持って自己実現できる場の創出

認知症の診断を受けると、限定的な福祉サービス以外の社会参加が難しくなる傾向がある状況を鑑み、認知症の人の「居場所」を「安心」や「受容」のみで終わらせるのではなく、本人自身が「生きがい」や「役割」を持って自己実現できる活動の機会を創出していきます。

柱2の成果目標

指標	現状値	目標値	出典
認知症予防に取り組んでいる人の割合	19.3%	1割増加	こころとからだのすこやかチェック
MC I相当の高齢者等も参加できる講座の実施	未実施	実施	—

MCIとは？

認知症は予防できるのか？

認知症とまではいかないけれど、以前に比べてもの忘れが多くなったり、人の名前が思い出せなくなったりする……そんな人は、決して少なくないと思います。

認知機能に低下が見られるものの、日常生活には支障がなく、認知症とは診断できない状態のことを、軽度認知障害（MCI）といいます。




厚生労働省の報告によると、平成24年（2012年）時点で、65歳以上の高齢者におけるMCIの有病率は13%と推定されており、全国に400万人以上いるとされています。令和5年（2023年）4月1日時点の区の高齢者人口（11,374人）に当てはめると、区内に1,478人いる推計です。自分だけでなく、家族や親しい人がMCIや認知症になることは、もはや珍しいことではありません。

では、認知症は予防できるのでしょうか。

近年、さまざまな研究が進んでいますが、残念ながら完全な予防法は確立されていないのが現状です。

しかし、早期発見・早期治療によって、症状の進行を遅らせたり、緩和させたりすることは可能です。そのため、生活習慣病（糖尿病・高血圧症・高脂血症など）を予防することが、認知症になりにくい身体をつくることにつながります。

<p>食生活に気をつける</p> <p>塩分は控えめで、お酒はほどほどに、栄養バランスよく</p> 	<p>適度な運動をする</p> <p>ウォーキングや体操好きなスポーツなど、運動を継続的に</p> 
<p>日々の生活を楽しむ</p> <p>読書・趣味など自分が好きな活動を楽しむ</p> 	<p>積極的に人と交流する</p> <p>地域の活動や、区が開催する教室などに積極的に参加する</p> 

また、地域の認知症支援情報を調べたり、将来の生活や今後の希望について家族で話し合う時間をつくるなど、元気なうちから備えておくことがとても大切です。

認知症を必要以上に怖がるのではなく、たとえ認知症になっても安心して暮らしていけるように、あらかじめ準備をしていきましょう。

柱3. 医療・ケア・介護サービス・介護者支援

支援が必要な認知症高齢者を早期に発見し、早期に適切な医療・対応に繋げるため、地域の関係機関のネットワーク構築や有機的な連携を強化していきます。

また、認知症になっても、住み慣れた地域での生活をその人らしく継続していくためには、サービスや見守りによる日常生活の支援とともに、在宅生活を支える家族に対する支援も重要です。

現状と課題

- 千代田区には「ひとり暮らし」「高齢者のみ世帯」が6割超を占める特徴があり、マンション居住者が多いため、孤立している高齢者に支援が届かない懸念があります。さらに、高齢者の増加や長引くコロナ禍の影響により、下肢筋力や認知機能が低下した高齢者の相談件数が増加しています。また、本人・家族の支援拒否や、精神疾患等がベースとなっている高齢者の認知機能が低下するなど、複雑・困難化するケースが増加しています。

施策実現に向けた主な事業

(1) 認知症地域支援推進員の配置、認知症初期集中支援チームの体制強化

引き続き、高齢者あんしんセンター（麴町・神田）に認知症地域支援推進員を配置することで個別相談に対応し、関係機関との連携強化やネットワーク構築を推進します。具体的施策や活動内容については、「認知症ケア推進チーム」等を活用して包括的に検討・連携していきます。また、認知症地域支援推進員が中心となり、医療・介護の専門職で構成される「認知症初期集中支援チーム」を運営し、早期に適切な医療や介護を受けられるよう調整します。

(2) 認知症早期発見事業（訪問看護師による訪問調査・見守り支援）（区独自事業）

「こころとからだのすこやかチェック（郵送調査）」未回答者や、回答者のうち自記式チェックで認知機能低下が疑われる方に対し、訪問看護師による訪問調査や見守り支援を実施し、困難事例化する前に認知症の早期発見・支援に努め、適切な時期に適切なサービスに繋がるよう、事業を柔軟に運営していきます。また、複雑・困難化している事例に対しては、認知症疾患医療センターのアウトリーチ事業を活用する等、多面的に認知症高齢者を支援していきます。

(3) 早期発見・早期対応の連携体制強化

かかりつけ医、認知症サポート医、かかりつけ歯科医、かかりつけ薬局等とのネットワークを構築し、認知症の疑いがある人に早期に気付いて適切な医療・対応に繋ぐため、地域の関係機関との見守り体制・連携を強化していきます。

(4) 診断後支援

認知症の人や軽度認知障害（MC I）の人も含めた診断直後の支援方法について、医療機関や他事業と連携しながら検討していきます。

(5) 家族介護者・支援者の支援

「かがやきカウンセリングルーム」（社会福祉協議会）等、専門家のケアによる不安やストレスの解消、介護に関する情報提供や相談の機会を提供します。また、介護者同士のケアの場として認知症本人ミーティング「実桜の会」の家族ブースの普及に努めます。

(6) 多職種の連携強化・認知症対応能力等の向上

「多職種協働研修」等において多職種の連携を強化し、「ケア」だけではなく「サポート」の視点を重視した専門職向けの研修開催を検討します。

柱3の成果目標

指標	現状値	目標値	出典
認知症初期集中支援チームにおいて医療・介護サービスにつながった者の割合	70%	維持継続	—
かがやきカウンセリングルームの利用者数	延べ 37 人	2 割増加	—

柱4. 認知症と共に生きる共生社会の実現・若年性認知症の人への支援

(重点)

認知症の人も含め、様々な生きづらさを抱えていても、一人ひとりが尊重され、その人に合った形での社会参加が可能となる「地域共生社会」に向けた取組みを進めることが大切です。また、認知症の人や家族の支援ニーズと認知症サポーター（※）等を中心とした支援者をつなぐ仕組み（「チームオレンジ」）を構築し、地域で一丸となり、認知症の人を支える地域づくりを進めます。

（※）認知症サポーター…認知症の正しい知識を持ち、自分の出来る範囲で認知症の人やその家族を見守る応援者

現状と課題

- これまで認知症サポーターは多数養成してきましたが、得た知識やスキルの実践の場所や機会がなかなか得にくい状況が見られ、認知症サポーターの活用が長年の課題となっています。また、18歳から64歳の若年性認知症有症率は10万人あたり50.9人と推計されていますが、若年性認知症の人が要介護となっても、高齢者向けのサービスの利用には馴染みにくく、子育てや仕事を抱えているケースも多いため、区が当事者の職場や医療機関と連携を図り、サポートする体制が必要です。さらに、長引くコロナ禍の影響により、家族介護者に対する負担が増加し、適切ではない介護が実施される等の虐待や権利侵害にあたるケースの報告がされています。

施策実現に向けた主な事業

（1）認知症サポーターステップアップ研修・オレンジサポーター登録制度

「認知症サポーター」が、実際に地域で活動するための実践的な講座「認知症サポーターステップアップ研修」を受講し、「オレンジサポーター」として認知症の人を支える活動を令和5年度より開始しています。今後は、「オレンジサポーター登録制度」を広め、相談・研修や交流会・活動の機会の提供等、「オレンジサポーター」の育成に取り組み、「チームオレンジ」の基盤づくりを進めます。

（2）認知症サポート企業・大学認証制度

令和4年度より、認知症の理解を深め、認知症の人を積極的に支える取組みを実施している企業・大学を認証する制度を開始しています。今後は広く制度の周知や活動イメージの共有化を図り、具体的に認知症の人を支える取組みを実施する企業・大学を増やしていくことで、地域全体で認知症の人を支える仕組みを構築していきます。

（3）若年性認知症の人への支援

障害分野・保健所・医療機関・当事者の職場等、関係機関同士の情報共有や連携した支援体制を構築します。企業に対しては、研修等を通じた若年性認知症の人への理解促

進、各種サービスや制度の普及啓発を図り、在住・在勤者に対する支援を継続的に実施していきます。また、認知症本人ミーティング「実桜の会」等、若年性認知症の人も気軽に参加できる相談場所の周知を図ります。

(4) 高齢者の虐待防止・権利擁護の推進

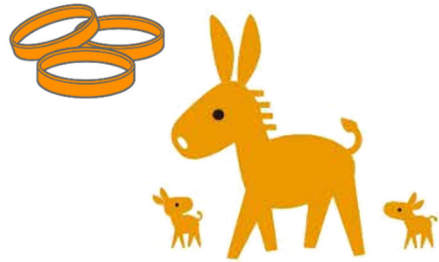
関係者や区民に対する普及啓発を行うとともに、地域関係機関等と連携を図りながら、高齢者虐待ネットワークの構築、虐待ケースの早期発見や見守り、相談体制の整備、ケアマネジメント等を実施し、さらに「虐待ゼロのまち」づくりを進めます。また、認知症の人の意思決定支援を重視しながら、支援者に対するサポートも充実させ、普段から相談できる社会資源を多世代に向けて発信していきます。

柱4の成果目標

指標	現状値	目標値	出典
オレンジサポーター登録者数	0人 (令和5年4月)	20人	—
認知症サポート認証企業・大学数	4件 (令和5年4月)	10件	—

かきえもん
柿右衛門の「柿色」と
千代田区版「チームオレンジ」

認知症サポーターが身に着けているリングなどのグッズや、認知症関連イベント等のシンボルカラーには、多くの場合「オレンジ色」が選ばれています。

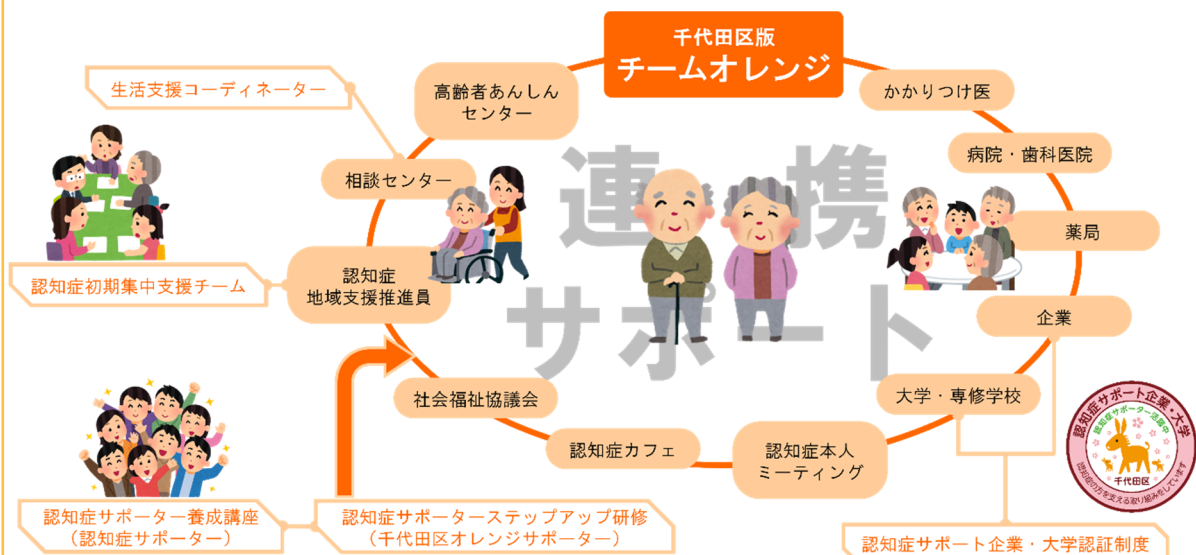


実はこの「オレンジ色」、正確には「柿色」であることをご存じでしょうか？

今から約400年前の江戸時代、日本で初めて赤絵磁器（白磁の上に赤色を主とする顔料で焼き付けをした陶磁器）の焼成に成功した、酒井田柿右衛門（さかいだかきえもん）という陶工がいました。美しい柿色をした柿右衛門様式の赤絵磁器は、やがて海外にも輸出され、彼は世界的な名声を誇るようになります。

認知症支援のシンボルカラーである柿色も、柿右衛門と同じように、世界中で認められるようにとの願いをこめて使われるようになりました。また、あたたかいぬくもりを感じる柿色は、「手助けします」という意味も持っています。

国の認知症施策推進大綱において、令和元年（2019年）から整備を掲げられた「チームオレンジ」は、認知症の人を初期の段階から支援し、見守りや声かけ、日常の困りごとなどの手助けを行う取り組みです。千代田区では、認知症の人・家族の悩みや支援ニーズと、認知症サポーターを中心とした支援者をつなぐ仕組みとしてチームオレンジを位置づけ、令和5年（2023年）から活動を開始しました。



今後は、令和4年度から開始した「千代田区認知症サポーター企業・大学認証制度」の認証企業・大学や、令和5年度から開始した「千代田区オレンジサポーター登録制度」のサポーターもチーム員として加わる予定です。

関係機関・区民・企業・大学、そして認知症の人や家族も一丸となって支援体制を構築し、認知症の人や家族がいつまでも安心して暮らせる「あたたかい地域づくり」の基盤を整えることが、チームオレンジの大きな役割です。

柱5. 認知症支援サービスの仕組みづくり

これまで、関係機関との連携により認知症高齢者の早期発見・早期対応、見守り・支援等、様々な施策を展開してきました。今後は、「こころとからだのすこやかチェック（郵送調査）」で蓄積されたデータやKDBデータ等を活用し、エビデンスに基づいた施策を展開していきます。また、専門家の助言を取り入れながら、関係機関との議論を重ね、認知症支援サービスを総合的に推進していきます。

現状と課題

- 東京都健康長寿医療センターの協力のもと、認知症施策の進捗と課題についての調査研究に基づき、「こころとからだのすこやかチェック（郵送調査）」や認知症早期発見事業の構築等、様々な施策を展開してきました。今後は、これまで蓄積された様々なデータを活用し、より効率的・有効的な施策を展開していく必要があります。

施策実現に向けた主な事業

(1) 認知症支援サービス推進調査業務

引き続き専門家の助言を受けながら、本人主体の認知症ケアの実現に向けた認知症支援サービスの方向性や、認知症に理解のある地域づくりのための方策を明らかにしていきます。また、これまでの調査で蓄積されたデータの評価・分析を行い、エビデンスに基づいた施策を展開していくとともに、データに基づいた事業連携や個別支援に繋げる等、効率的・有効的な活用を検討していきます。

(2) 認知症ケア推進チーム

区、認知症地域支援推進員、相談機関、医療機関、社会福祉協議会、認知症グループホーム、東京都健康長寿医療センター等、地域の認知症関係機関で構成する「認知症ケア推進チーム」の中で、地域の認知症高齢者が抱える課題の共有や意見交換の他、事例検討や学習を通して互いの専門性や立場について理解を深め、視野を広げることで、実情に即した有効性のある活動実施や課題検討を進めていきます。

柱5の成果目標

指標	現状値	目標値	出典
認知症ケア推進チーム定例会の開催	月1回	維持継続	—

