

調査研究（研修）視察報告書

報告者：杉浦 久直

視 察 日	平成27年2月20日（金）
視 察 内 容	認知症予防スリーAの取り組みについて
視 察 者	山崎憲伸、杉浦久直

<静岡市の概要>

静岡県の中中部、赤石山脈から駿河湾までの広大な面積をもつ県庁所在地であり政令指定都市。面積 1,411.93 ㎥ 人口 718,774 人（25年12月31日現在）

<NPO 法人スリーA 予防デイサービス折り梅>

NPO 法人であるスリーA は認知症の重度化を予防する「スリーA」の取り組みを広めるため、全国各地で認知症予防講習会を開催している団体である。また、予防デイサービス折り梅は「スリーA」の取り組みを実践する初期・軽度認知症の方が通う通所介護施設である。



<スリーA>

スリーA とは、あかるく、あたまをつかって、あきらめないの頭文字「あ」を3つ集めたキーワードで、認知症を予防し重度化を防ぐ取り組みの内容をあらわし、商標登録もされている。

スリーA 方式が目指す認知症介護予防の目的は、進行を食い止め、悪化を先送りすることと、本人が元気になり、家庭も崩壊せず、介護保険費用を削減することとしており、スリーA の認知症予防の方法としては、①優しさのシャワーにより、寂しい心をいやし、②食事、排泄などを快適にすることで、生活の質を高め、③アクティビティ、脳の体操を行うことで、脳リハビリを行い重度化を防ぎ、①から③の相互作用により脳機能は上昇し、積極的な生活となるとしている。

法人としてのスリーA は全国での認知症の発病をくい止める認知症予防教室の実施方法の指導、デイサービス事業所、事業所職員への認知症悪化予防法の指導を行うとともに、予防デイサービス折り梅を運営している。

デイサービス折り梅におけるスリーA 方式の展開では、定員12名に対し職員が6～7名での手厚い人員配置で、要支援、要介護1～4の方を対象とし、脳活性化のリハビリを行い、MMS テスト、かなひろいテストにより、効果の判定を行っている。

既存のデイサービスとの違いは、積極的な脳リハビリ、手厚い人員配置、太鼓の演奏など目的を持った多種目のアクティビティ、本人たちの楽しみの参加であり、参加6ヶ月後にはMMS が平均3.0点上昇し、その後も持続することである。そうした早期の脳活性化リハビリを行うことで、穏やかな在宅生活を過ごすこととともに、長期的な介護にかかる経費の負担軽減もはかれるものである。

〔感想・岡崎市への反映〕

認知症とされる人は平成24年度では全国で460万人以上と推計され、今後の高齢者の増加に伴いさらに増加が想定されている。65歳以上の高齢者では7人にひとり程度であり、その前段階とされるMCI (Mild Cognitive Impairment:軽度認知障害) の人を含めると4人にひとり程度が認知症及び、認知症予備軍となる計算である。

私自身の父親も認知症高齢者であり、要介護5となる重度の認知症であるが、少し前までは妄想や興奮、徘徊などもあり介護する家族の負担の大変さも実感している。

介護保険制度の改正では予防給付が新しい地域支援事業となり、市町村の裁量が拡大されると同時に、NPO やボランティアなど多様な担い手による地域での支援の体制の構築がうたわれている。認知症の早期発見、重症化予防は持続的な介護制度の維持という観点からも、介護に関わる家族の負担軽減、それに伴う活力ある地域の形成という意味でも重要なことであり、岡崎市においても、今後の認知症予防の取り組みのあり方の研究は重要である。

このスリーA の取り組みは映画化もされた全国的にも注目を集める取り組みであり、数字としても結果を出している。市内のデイサービス事業者でもスリーA を取り入れるところもあるようであるが、手厚い人員配置が必要とされ、その重度化予防効果も現状では十分に報いられている

とは言いがたいようである。

今後岡崎市として、重度化予防の成果に対する評価及びそれに対する報酬という制度も含めた取り組みを行っていきけるか研究を促していきたい。