図書館を活用した「オレンジネットワーク鳥取モデル」推進事業

平成 30 年度・令和元年度報告書

～「認知症になっても安心して暮らせるまちづくり」を目指して ～

目次

p.1　図書館を活用した「オレンジネットワーク鳥取モデル」推進事業について
p.2　対談　浦上克哉氏、藤田和子氏
　「認知症になってもだいじょうぶ！そんな社会を創っていこうよ」
p.3-4　平成 30 年度事業報告「オレンジネットワークとっとりリレー講演会」
p.5　ブックリスト　認知症の本人が執筆した本
p.5-6　県立図書館の新たな取組み
p.7　連携　『ぽーれぽーれ鳥取県』図書館に継続配布＆ラン伴とっとり
p.8　米国図書館協会（ALA）で県立図書館の事例を発表
p.9-10　令和元年度事業報告「オレンジネットワークとっとりワークショップ」
p.11　未来へつなぐ
　みんなで考えた「認知症になっても安心して暮らせるまち・通える図書館」

図書館を活用した「オレンジネットワーク鳥取モデル」推進事業について

平成 27 年 1 月に厚生労働省は、「認知症施策推進総合戦略～認知症高齢者等にやさしい地域づくりに向けて～（新オレンジプラン）」を取りまとめ、公表しました。新オレンジプランは「認知症の人の意思が尊重され、できる限り住み慣れた地域の良い環境で自分らしく暮らし続けることができる社会を実現する」ため、認知症高齢者等の日常生活全体を支えていくための基盤となっています。

鳥取県でも高齢化が進み予防対策が急がれている中、鳥取県立図書館では、認知症予防に効果があるとされる音読に着目して、平成 24 年度から音読教室を実施し、県内の図書館や高齢者が集う施設に広がってきました。

平成 29 年度からは、さらに音読教室の普及を進め、県民の健康長寿を応援すると共に、「認知症になっても安心して暮らせるまちづくり」に向けて、図書館、行政機関、高齢者が集う施設が連携した認知症対策「オレンジネットワーク鳥取モデル」を推進しています。これまでの実施事業は以下のとおりです。

①認知症・認知症予防関連図書、介護情報、患者会資料、音読用図書の充実

認知症関連図書

介護情報

音読用図書

②地域ケアセンターマグノリアでの音読の効果についての検証
　平成 28 年 9 月～平成 29 年 6 月
③「音読フォーラム in とっとり」平成 29 年 9 月 10 日
　対象：市町村立図書館、公民館、高齢者福祉施設等の職員、一般県民
④「認知症サポーター養成講座」平成 29 年 9 月 14 日
　対象：県内の図書館関係職員
⑤平成 29 年度報告書の作成 平成 30 年 3 月
⑥「オレンジネットワークとっとりリレー講演会」
　平成 30 年 7 月 1 日、9 月 9 日、10 月 6 日
　対象：一般県民
⑦「オレンジネットワークとっとりワークショップ」
　令和元年 7 月 11 日、12 日、17 日
　対象：市町村立図書館、行政機関、病院、高齢者福祉施設等の職員、
　　認知症の人とその家族、一般県民
⑧平成 30 年度・令和元年度報告書の作成　令和元年 12 月

平成 29 年度報告書

対談　認知症になってもだいじょうぶ！そんな社会を創っていこうよ

平成 30 年度「オレンジネットワークとっとりリレー講演会」で、鳥取大学医学部教授**浦上克哉氏**と、一般社団法人日本認知症本人ワーキンググループ代表理事で、ご本人も認知症である**藤田和子氏**に対談していただきました。

◆浦上克哉氏　●藤田和子氏

◆藤田さん今日はありがとうございます。
全国からお声がかかっていますね。

●いろんなことを忘れてしまって過去のことは覚えていないこともあるけれど、未来のことは考えています。「困ったことはない？」ではなく、「一緒に考えていこう」という声かけがうれしい。

◆どんな社会がいいでしょうか。

●認知症になったことを恥ずかしいことと思い、本人も周りも隠してしまう。そうではなく、早期の段階から周りに相談できることが大切。心配だったら「病院で検査してもらおう」と声をかけ合え、認知症になっても暮らしを作っていくことができる社会。これまでどおりの人間関係の中で、自分が大切にされていると感じられる生活。
誰にとっても、人とのつながりの中で可能性が広がっていくような社会になってほしいです。

◆活動についてご紹介をお願いします。

●自分ひとりじゃ難しい場面もあるけれど、それぞれの地域の中で活動が増えていって、だれがどこで認知症になっても希望と尊厳を持って暮らし続けられる社会づくりをめざしています。
『本人にとってのよりよい暮らしガイド』は、認知症の人だけでなく、認知症でない人も参考にしてもらえたら。必ずしも一人だけの力ではなく、助けてくれる人の力もありますが、自分の認知症と向き合いながらその時々の気持ちを綴った本。ぜひ読んで役立ててほしいです。

◆図書館に藤田さんの本もあるので、ぜひ読んでください。認知症の人は支えてあげないといけないという気持ちになりますが、「パートナー」という考えなんですよね。

●認知症になってもやりたいことがある。「してあげる・してもらう」という関係性ではなく、お互いに支え合い、知恵を出し合って、夢や希望の実現を考え、暮らしを実現させていく。
心を許せる人であれば、誰でもパートナーになれる。パートナーが複数いると選択ができ、暮らしやすくなる。楽しむ仲間はたくさんいる方が豊かです。
本人ミーティングは、次に認知症になる人のために、自分たちが経験したことを話し合って、どうしたらより良い社会になるかまで話を進めていく。
パートナーと協力しあって、そういう取組みが広がっていくといいと思います。

◆今日来られた皆様へのメッセージがあれば。

● 5 年前、10 年前と比べて、できなくなったことを考えると悲しくなりますが、前を向いて楽しいことにつなげていくことは、機能が落ちてもできること。
周りの人と楽しく声をかけ合って、人生をあきらめないで暮らしを作っていけたら、鳥取をそんな地域にしていけたらいいなと考えています。

県立図書館で所蔵している、認知症の本人が執筆した本のブックリストを p.5 に掲載しています。
藤田和子氏のご著書もあります。

平成30年度 オレンジネットワークとっとりリレー講演会

平成30年度は、音読教室のさらなる普及、認知症の人や高齢者にやさしい地域づくりを目指して、医師、認知症のご本人、「認知症の人と家族の会」の鳥取県支部代表を講師に招き、「オレンジネットワークとっとりリレー講演会」を県内3カ所で開催しました。県内図書館の取組み報告やオレンジカフェ、短歌についてのゲストトークなども交え、3会場で約350名の方にご参加いただきました。

第1走者

講師 浦上 克哉 氏（鳥取大学医学部教授）
日時 平成30年7月1日（日）午後1時から3時まで　会場 鳥取県立図書館　大研修室

講演「認知症の最新情報」

発症予防だけでなく、早期発見・早期治療・進行防止と、病気になられても悪化しないようにトータルに考えていくことが大切。

認知症の方は462万人、認知症予備軍は400万人います。MCI（軽度認知障がい）の状態の場合、適切な予防をすれば半分の方は認知症の発症を抑えることができると言われています。認知症の予防に良いのは、創造的なこと、新しいことにチャレンジすること。短歌、俳句などに是非チャレンジしていただけたら。左手を使う、足の指を使う等、日頃使わない神経を使うことや、藤田さん（p.2参照）のように何か生きがいを持つのも良い。音読は目、口、耳と3つの感覚を使うので黙読より有効。音読教室の効果をTDAS（タッチパネル式認知機能評価法）で解析し、教室に通ったことによって認知機能が良くなったという結果が得られました。いろんな方とのコミュニケーションも認知症の進行を防ぐのに有効です。

認知症はもの忘れの段階から早期の治療をすると良い。もの忘れにも2種類あって、単なるもの忘れ（正常）、内容の一部を忘れる等、そうだったと思い出せる場合は心配いりません。病気によるもの忘れ（認知症）とは、内容を全部忘れる、今まで使っていた道具が使えなくなる等といった特徴が見られます。

薬の服用は家族と主治医が相談し、その人がしっかりと服薬できるものを選んでいただきたい。認知症の人への接し方については、本人視点のケアをすることが大切。「忘れてもいいよ、私が覚えておいてあげるよ」等、自分のできる部分で頑張ればいいと思える声かけを。家族のケアも大切で、リフレッシュする時間を作った方が良いです。適切な薬物療法や接し方で、認知症の進行予防ができます。

鳥取市立中央図書館

音読教室から見る図書館における高齢者サービス

田村 晴夫 氏

平成25年6月から音読教室を開催。年度初めに会員を募集していて、30年度の会員数は64人。現在は用瀬・気高図書館や地区公民館等でも実施。新しい刺激となるよう複数の教材や関連図書を紹介しています。音読教室では、素敵な文章に出会い、共有し、定期的に参加することで連帯感が育ちます。持ち帰った資料を再度読むことができるため、土日ごとに来るお孫さんと音読するのを楽しみにしている方も。前向きにイキイキと生きる人生を応援していきたいと考えています。

倉吉市立図書館

元気！はつらつ！音読教室の取り組み
―音読でつながる図書館と地域―

大嶋 裕子 氏、松尾 絵美 氏

人生100年時代到来ということで、高齢者サービスの中で図書館にできることは何かを考えています。大活字本、録音図書、リーディングトラッカー、拡大読書器などを揃え、平成25年度からは「元気！はつらつ！音読教室」を開催。本の面白さを知ることができて楽しい等の感想も。自館開催のほか、音読教室を実施したいというグループに初回のみ教えに行かせていただいており、音読に取り組むグループが増えています。手遊びは会話が弾むということで好評です。

米子市立図書館

米子市立図書館の高齢者サービスについて

佐藤 和子 氏

平成25年度に1.5倍にリニューアル。健康情報コーナー、健康長寿コーナーを設けていて、ご高齢の方やご家族、施設職員の方にも利用されています。コーナー近くには拡大読書器も。28年度から「いきいき長寿音読教室」を開催し、当初15名だった定員が、現在では25名に。参加者が地域で音読教室を開催される例もあります。音読教室の良さは、言葉を読む知的活動、口、呼吸器などの運動、コミュニケーションがとれること。高齢者の生きがいづくりの場としての図書館づくりに努めていきたいと考えています。

第２走者

講師 吉野　立（りゅう）氏（認知症の人と家族の会鳥取県支部代表）
日時 平成 30 年 9 月 9 日（日）午後 1 時から 3 時まで　会場 倉吉交流プラザ 第 1 研修室

講演「元気な今から認知症予防～正しい理解と実践～」

認知症の基礎知識、予防についてのお話を中心に、本人だけでなく家族へのサポートも必要であること、医師にかかる時の留意点等、幅広くお話しいただきました。ラジオ体操や早口言葉、笑いヨガなどいくつかの予防法について、実演を交えて紹介され、県内図書館で取り組んでいる音読教室を含め、たくさんある予防法の中から自分に合うものを見つけて実践するとよいとアドバイスをいただきました。認知症の人と接する際に大切な、「やさしさのシャワー」のお話は印象的であり、参加者からも好評でした。

ゲストトーク「短歌の愉しみ」

ゲスト 池本 一郎 氏（平成 29 年度鳥取県文化功労賞知事表彰）
本間 温子 氏（元みささ図書館職員、『書架をへだてて』平成 29 年）

短歌を作っていると普段見過ごしているものにふと気づくことがある。日常生活の中で当たり前にあることを、疑問を持ちながら見ていくことが大事。短歌をはじめてみようというきっかけになればと短歌を交えて対談していただきました。

・好きなのかあんなところが自転車のサドルにいつも乗っている猫（池本 一郎）
・鬼平も鬼太郎も乗せはつ夏の峡の里みち図書館車行く（本間 温子）

第３走者

講師 吉野　立（りゅう）氏（認知症の人と家族の会鳥取県支部代表）
日時 平成 30 年 10 月 6 日（土）午後 1 時から 3 時まで　会場 米子市立図書館 多目的研修室

講演「あなたの地域を認知症フレンドリーコミュニティーへ ～認知症の人にやさしいまちづくり～」

「認知症の人にやさしいまちづくり」について講演していただきました。介護者の支援が必要であること、認知症の取組みは地域を作ることであること、地域には「ちょっとした」おせっかいが必要であることなどをお話しされ、講演の最後には、認知症当事者である丹野智文氏のメッセージ動画を流されました。できることを奪わないでほしい、認知症の当事者にとって、一番大切なのは周りの環境であり、周りの方は「介護者」ではなく、できないことをサポートし、できることを一緒に行う「パートナー」であるといった丹野氏の言葉が印象的でした。

オレンジカフェ 開催！（東・中部会場は初開催。西部会場は台風のため中止。）

認知症の人やそのご家族、専門家、図書館に来館された方等、多くの方が美味しいコーヒーを飲みながら、気軽に話し合い情報交換を行いました。

東部は、図書館横の中庭で講演会前から講演会後まで開催。中部は、リレー講演会の会場で講演会後に開催しました。参加者からは、家族をオレンジカフェに連れて来てみたいという声も聞かれました。

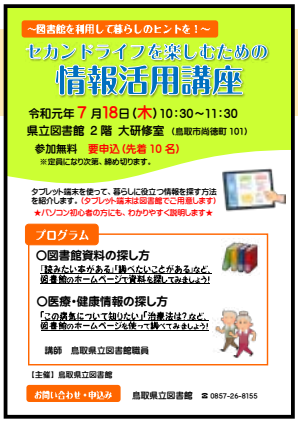
ブックリスト　認知症の本人が執筆した本

認知症の方の体験談は、同じ立場にある方の心の支えとなり、また、認知症への理解を深めます。
県立図書館に所蔵している、認知症の本人が執筆した本の一覧です。貸出できます。

書名	著者名	出版社	発行年
記憶がなくなるその時まで	ゲルダ・サンダース	新曜社	2019
丹野智文笑顔で生きる	丹野智文	文藝春秋	2017
認知症になっても人生は終わらない	認知症の私たち	harunosora	2017
認知症になってもだいじょうぶ！	藤田和子	メディア・ケアプラス	2017
認知症とともに生きる私	クリスティーン・ブライデン	大月書店	2017
私の記憶が確かなうちに	クリスティーン・ブライデン	クリエイツかもがわ	2017
認知症を乗り越えて生きる	ケイト・スワファー	クリエイツかもがわ	2017
認知症の私からあなたへ	佐藤雅彦	大月書店	2016
認知症の人たちの小さくて大きなひと言	永田久美子	harunosora	2015
認知症になった私が伝えたいこと	佐藤雅彦	大月書店	2014
私は私になっていく　改訂新版	クリスティーン・ブライデン	クリエイツかもがわ	2012
扉を開く人クリスティーン・ブライデン	クリスティーン・ブライデン	クリエイツかもがわ	2012
ぼくが前を向いて歩く理由（わけ）	中村成信	中央法規出版	2011
あなたが認知症になったから。あなたが認知症にならなかったら。	越智須美子、越智俊二	中央法規出版	2009
認知症一期一会	水木理	クリエイツかもがわ	2007
私は誰になっていくの？	クリスティーン・ボーデン	クリエイツかもがわ	2003

県立図書館の新たな取組み

セカンドライフを楽しむための情報活用講座



令和元年７月に、ICT 機器に触れることの少ない高齢の方々を対象に、タブレット端末を使用して、図書館ホームページでの資料検索方法や暮らしに役立つ情報を収集する方法について学ぶ講座を開催しました。今後も随時開催する予定です。

参加者の感想

- 初めてタブレット検索を体験しましたが、大変わかりやすく、早く調べる事ができ、大変勉強になりました！もう少し詳しく勉強したいと思います。
- １時間はアッという間でした。次回は休憩を入れてもう少し延長を希望します。
- 配付された資料を使って自分でもできそうだ。とても楽しかった。

初挑戦！タブレット端末を使って音読教室！

平成30年８月、当館としては初めて、音読教室でタブレット端末を使用しました。

いつもの音読教室のあとに、希望者のみ残ってくださいと声をかけたところ、皆さん興味津々。「青空文庫」からテキスト（北原白秋の詩）を選んで音読しました。

８人の参加者に対して職員３人でサポート。初めてタブレットに触る方がほとんどでしたが、比較的スムーズに進めることができました。

※「青空文庫」…著作権の切れた文学作品が多数掲載されているインターネットサイト

参加者の感想

・字が大きくできるので読みやすかった。
・ふだんタブレットを使わないから、脳トレになりそう。
・いい刺激になる。
・読むのはいいけど、触るのがドキドキする。
・家に帰ってから、自分でもスマホで青空文庫を見てみた。
　いろんな作品がある！面白い！

高齢者福祉施設訪問

図書館への来館が困難なご高齢の方に身近なところで本に親しんでいただけるよう、平成30年12月から、高齢者福祉施設を1～2ヶ月に1回、50分程度訪問し、本の貸出と音読教室を実施しています。

施設職員の方からは、「本をとても楽しんでおられ、本が身近にあることが利用者の楽しみになっている」「外部の方に来てもらうことは利用者の刺激になるのでありがたい」等の感想をいただいています。

将来的には、ボランティアの方にご協力いただいたり、市町村立図書館とノウハウや成果を共有しながら、高齢者サービスの充実に活かしていきたいと考えています。

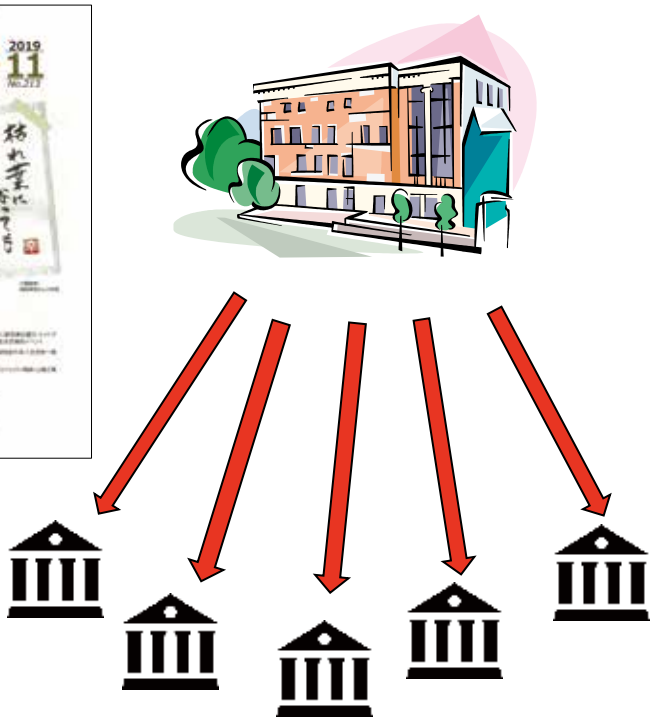
音読教室プログラム（例）

1	てあそび「グーパー」など	全員２回	５分
2	うた「うれしいひな祭り」	全員１回	３分
3	「百人一首」「漢詩」など		７分
4	ことわざクイズ		７分
5	『ぞうからかうぞ』（回文）	先に職員が読み、復唱してもらう（一文ずつ）１回、逆さ読みで１回	７分
6	思い出しクイズ		７分
7	うた「朧月夜」	全員１回	３分

連　　携

『ぽーれぽーれ鳥取県』図書館に継続配布！つながるきっかけ

平成 18 年から「認知症の人と家族の会　鳥取県支部」より会報誌「ぽーれぽーれ鳥取県」を継続して寄贈いただいております。県立図書館から、毎月すべての市町村立図書館に「ぽーれぽーれ鳥取県」を配布し、最新の情報をお届けしてきました。13 年の間にはお近くの図書館で会報誌をご覧いただき「認知症の人と家族の会」とつながることができた方があったのではないでしょうか。



ラン伴(RUN TOMO）とっとり

【図書館掲示：「認知症になっても暮らしやすい地域づくり」】

【東部会場：ゴール風景】

【図書展示写真】（県庁ロビー：スタート・ゴール会場）

「認知症になっても安心して暮らせる地域づくり」を目指して、認知症の本人や家族、支援者、一般の人が、少しずつリレーをしながら 1 つのタスキをつなぐイベントです。平成 23 年度から全国各地で開催。鳥取県でも平成 29 年度から実施しています。

平成 30 年度から、図書館はラン伴鳥取実行委員会とコラボし、館内展示およびイベント広報展示、スタート・ゴール会場図書展示等を開催しています。

世界に向けて日本の取組み・鳥取県の取組みをPR!
米国図書館協会（ALA）で県立図書館の事例を発表しました!!

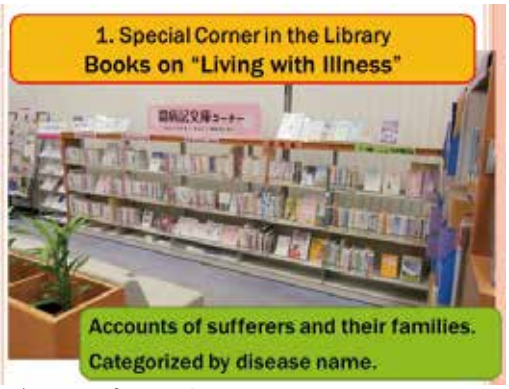
令和元年 6 月に米国図書館協会（ALA）の年次大会で、医療・健康情報サービス、高齢者サービスの当館の活動を事例発表しました。非常に参考になると多くの反響があり、高齢化による課題は日本だけでなく、先進国で直面する共通の課題であると注目されました。

・65 歳以上の人口比率が日本の中で先行する鳥取県で、平成 18 年から「認知症の人と家族の会」と連携し、毎月すべての市町村立図書館に会報誌「ぽーれぽーれ鳥取県」を配布し、認知症の人やその家族にとって大変役に立つ情報を届けていること、認知症サポーター養成講座や認知症に関する講演会を「認知症の人と家族の会」と連携して開催していること、また施設や病院、行政や地元大学と連携しながら、図書館が取り組んできた「認知症になっても暮らしやすい地域づくり」について、闘病記文庫、音読教室の実践例等を交えながら紹介しました。

参加者の感想（抜粋）

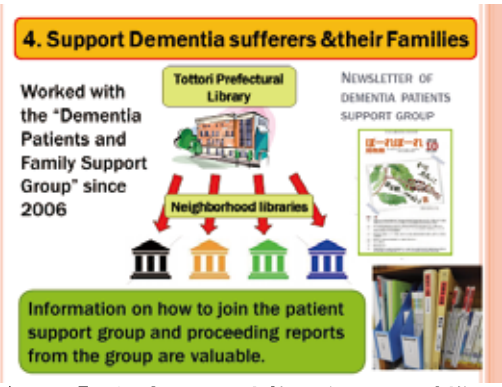
・先進国の人口問題は日本の後を追っている。老齢化が進み、認知症の人々の孤独をどう減らし、認知症そのものを乗り越えていくかは重要な問題。
・貴館のアプローチはとても参考になる。音読教室を自分たちも地元の老人センターと一緒にやってみようと思う。

（参考）「認知症になっても暮らしやすい地域づくりサービス事例」発表パワーポイント（全 29 枚中　4 枚）



9/29　闘病記文庫コーナー

19/29　音読教室の取組みの広がり『県政だより』



21/29　「認知症の人と家族の会」との連携

27/29　ラン伴鳥取　平井知事、一緒にゴール！　図書展示

令和元年度

オレンジネットワークとっとりワークショップ

令和元年度は、認知症になっても安心して暮らせるまちづくりに向けて、住民のみなさん、認知症の人と家族の会、図書館、行政機関、高齢者福祉施設、病院など、地域を支える施設の職員がどう連携していったらよいかを一緒に考えるワークショップを、県内 3 カ所で開催しました。県内図書館の取組み報告も行い、3 会場で 127 名の方にご参加いただきました。

東部会場

講師 金谷 佳寿子 氏（認知症地域支援推進員）
日時 令和元年 7 月 11 日（木）午後 1 時から 4 時 30 分まで　会場 鳥取県立図書館　大研修室

講義「未来につながるワクワク地域作り」

認知症の基礎知識、自立した生活を続けるための工夫、認知症の方の気持ちや接するときの心構えなどを、わかりやすく説明していただきました。「先回りをして自分でできることまで奪うのではなく、できないところだけサポートする」「こちらで勝手に推測するのではなく、ご本人に希望を聞く」「認知症の方が図書館を使い続けるにはどうしたらよいか、考えていくことが必要」といったお話が印象的でした。

図書館への提案

・貸出可能冊数 12 冊と言われると、12 冊まで借りたくなる。
　→貸出冊数を工夫！
　　「今日は 1 冊だけ、読みたい本を借りてみませんか？」
・借りた本が見つからない、返却期限がわからない。
　→図書館の貸出袋に工夫！
　　目立つ色に変えてみる。返却期限票が表から見えるように。
・ゆっくり会計ができる「スローレジ」をヒントに
　→決まった日時に「スローカウンター」を実施してみる。

鳥取市立中央図書館

図書館における高齢者サービス

岸下 真依子 氏

今年度の音読教室会員は 84 名。参加者からは、「専門分野の方に選んでいただいた本との出会いに喜びを感じ、毎月楽しみにしている」といった感想も。会話が盛んで、楽しんでいただいていることを図書館員も実感しています。インターネットの普及で便利になる一方、情報格差も。そこで新しい取組みとして、「シニア向けタブレット講座」を開催。「楽しい時間であっという間だった」「また挑戦したい」「インターネットを使って本を借りたい」という声も。1 回だけの講座で終わらず、継続していくことが必要と考えています。

北栄町図書館

音読教室の取組みについて

妻由 静代 氏

平成 22 年度から「百歳文庫」を設置。長寿に関する本 50 冊からスタートし、現在 815 冊に。27 年度からは音読教室を実施。出前講座も行っています。30 年度は、地域包括支援センターとの連携事業として、鳥取大学医学部の浦上克哉教授をお招きし、認知症予防講演会を開催。一人ではなく皆で行うことでコミュニケーションが生まれる等、音読の効果にも触れられ、講演会後、出前講座の依頼が増加。今後は、音読リーダー研修会開催を検討しています。誰もがいきいき暮らせるよう、図書館が応援できたらと考えています。

日吉津村図書館

あたまイキイキ音読教室を始めてみて

土井 綾子 氏

平成 27 年 6 月、複合施設「ヴィレステひえづ」がオープン。図書館には、いきいきコーナー、拡大鏡、拡大読書器、リーディングトラッカーなどを用意。30 年度から音読教室に取り組みました。まずは福祉保健課、社会福祉センター、図書館の職員を対象とした研修を実施。利用者の方から希望を聞き取って曜日を決定し、スタート。「音読で使った図書を借りたい」等、図書館利用にもつながりました。新たな試みとしては、「健康ポイント事業」の対象事業として、保健師等が参加。いずれは、地域でリーダーが育ち、活動が広がっていってほしいと考えています。

中部会場

講師 大久保 美智子 氏（倉吉市長寿社会課　認知症地域支援推進員）
日時 令和元年 7 月 12 日（金）午後 1 時から 4 時 30 分まで　会場 倉吉交流プラザ　第 1 研修室

講義「大切な人を理解できるようになりたい～笑顔があふれるまちへ～」

クイズや音読などを交えた、認知症の基礎知識や図書館の活用方法の紹介、具体的な事例に対する接し方のアドバイスといった内容で、参加者から「わかりやすかった」という感想が寄せられました。「気づいたら優しい声掛けと笑顔で対応する。まずは誰かに相談する。早期で受診するのはとても大切」「困りごとには、必ず原因がある。その人の人生の中にヒントがある」といったお話が印象的でした。最後に認知症本人の丹野智文氏のメッセージ動画を流し、ご本人の声を聞く大切さを訴えられました。

図書館の役割と活用
- 使わない手はない！知識の宝庫、役立つ情報が山のようにある。
- 図書館員は地域の一員。図書館は地域の憩いの場所。
- いつも利用しているご高齢の方について、図書館員が「あれ？いつもと違うな？」と気づいたら地域包括支援センターへ連絡しよう。連携していくことが大切！

西部会場

講師 吉野 靖子氏（公益社団法人認知症の人と家族の会鳥取県支部相談員、米子市認知症地域支援推進員）
日時 令和元年 7 月 17 日（水）午後 1 時から 4 時 30 分まで　会場 米子市立図書館　多目的研修室

講義「認知症になっても安心して暮らせるまちをめざして～今、私にできることは何？～」

認知症の方が自分の子どもに伝えたい気持ちを表した詩「手紙～親愛なる子供たちへ～」（角智織／日本語訳詞，樋口了一／日本語補足詞）の朗読から講義を始められました。認知症について、基礎知識からご本人の気持ち、接し方まで、様々なテーマの中から、特に理解しておいてほしい事柄を取り上げて説明していただきました。コミュニケーションをする際の「準言語」（声のトーン、強弱、長短等）が大切だというお話が印象的でした。

声かけのアドバイス
×「どうかされましたか？」「何をお探しですか？」
　→ご本人も状況がわからず、困っておられる場合がある。
○「こんにちは」「私は図書館の○○です」
　→まず、図書館の職員だと理解していただく。それから、本に関することなどを質問していく。ご本人の話をしっかり「掬（きく）」ことが大切。
※「掬（きく）する」は、手ですくいとること。すくい上げるように相手の話を聴く。

3会場でグループディスカッションを実施！

東部会場**「認知症になっても安心して通える図書館って？」**中部会場**「もしも自分が認知症になったら、どんな生活をしたいのか」**西部会場**「『認知症になっても安心して暮らせるまち』って？」**をテーマに話し合いました。どの会場も、図書館職員や高齢者福祉施設職員はもちろん、一般の参加者の方も積極的に発言をされ、活発なワークショップとなりました。

それぞれの会場で出た意見、アイディアを次頁にまとめました。

未来へつなぐ

みんなで考えた「認知症になっても安心して暮らせるまち・通える図書館」

令和元年度事業「オレンジネットワークとっとりワークショップ」のグループディスカッションで、参加者の皆様から寄せられた意見やアイディアです。

地域・人とのつながり

- 地域のみんなのサポートで外出できる
- 迷っていたら連れて帰ってくれる人がいる
- 何でも相談できる相手がいる
- 地域の中で役割がある
- 食事を多くの方と一緒に囲みたい
- 本人だけでなくその家族にも優しい
- 子どもとふれあいたい
- 相談できるところが身近にある
- 地域みんなが、認知症について学んでいる
- 地域のケアバスがあるといい
- オレンジカフェが近くにあるといい！
- 店、図書館などの職員、利用者が認知症について理解している

自立して、自分らしく

- 認知症になっても働ける環境
- 自分で買い物に行く
- 住み慣れた家で可能な限り暮らせること

理解を深める

- 子ども向けの認知症を知る講座
- 図書館全職員が認知症サポーター養成講座受講
- 定期的な認知症の相談会
- 認知症の人の家族の交流会
- 認知症の方の図書館見学ツアー
- 認知症の人が主に利用できる日時の設定
- 介護施設、相談窓口のマップ

バリアフリーな環境・施設

- 何かあっても手伝ってくれる店待ってくれる店
- 病院や役所で待たなくてもよい
- 普通の人と変わらない態度で接してくれる
- 安心して歩道を歩ける（障害物が少ない）
- 買い物の時、急かされない
- カフェスペースおしゃべりできる場所
- 認知症になっても「あたりまえ」の社会で、楽しくいきいき暮らしたい
- 図書館入口等、周囲の案内を充実
- わかりやすい館内表示ピクトグラム等

図書館に通い続けられる工夫

- 曜日を決めて来館仲間をつくる
- 限られた数の本の中から選べる棚づくり
- ボランティアによるエスコートサービス
- 返却日お知らせメール
- もっと大きく見やすい返却期限票
- 今日図書館でしたいことメモ帳
- 誰が図書館の人か、わかりやすい服装

今後に向けて

平成 29 年度から 3 年間、「図書館を活用した『オレンジネットワーク鳥取モデル』推進事業」に取り組んできました。目標としていた音読教室の普及については、実施自治体が、29 年度の 13 市町村から 17 市町村となり、図書館だけでなく、高齢者福祉施設、公民館等でも開催されるようになりました。

また、事業を通じて、認知症の本人の声を知ることの大切さを学びました。令和元年 6 月、認知症施策推進関係閣僚会議においてとりまとめられた「認知症施策推進大綱」には、「認知症に関する情報を発信する場として図書館も積極的に活用する」と記されています。図書館には、専門家によって書かれた認知症に関する本はもちろん、認知症の本人が執筆した本があり、これを普及していくことで、認知症への理解促進、本人発信支援につなげていきたいと考えています。

地域の一員として、情報発信の場として、事業で得られたネットワークを活かしながら、今後も「認知症になっても安心して暮らせるまちづくり」に貢献できるよう取り組んでいきます。

鳥取県立図書館　医療・健康情報サービス（オレンジネットワークプロジェクトチーム）
発行 令和元年12月
〒680-0017 鳥取県鳥取市尚徳町 101 電話番号:0857-26-8155　ファックス番号:0857-22-2996
メールアドレス: toshokan@pref.tottori.lg.jp　　ホームページ: http://www.library.pref.tottori.jp/