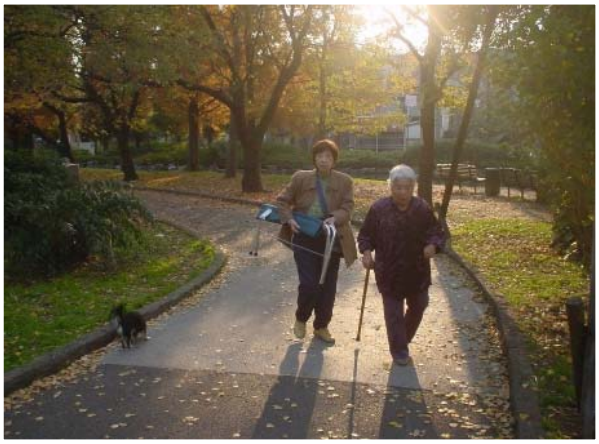
認知症になっても
安心して外出できる町を
いっしょにつくろう！

行方不明をみんなで防ぐ
アクションガイド

～ワークショップを開いて、みんなでアクション！～



いくつになっても、認知症になっても
安心して外出できる町に

＊全国で行方不明になる認知症の人が増え続けています。
年間、その数は1万件以上に上ります。あなたの市町村では？

＊「行方不明を防ぐこと」。
これは、すべての地域で重要な課題です。

＊だからといって、＜外に出ないようにする＞では逆効果。
まだまだたくさんもっている心身の力の低下が早まってしまいます。

＊行方不明は、認知症が進行した人だけではなく、認知症の疑いやごく初期段階の人にも多発しています。まだまだ元気な人が、買い物や出先から家に戻れなくなってしまう場合も少なくありません。

＊今、認知症と共に暮らしている人のために、そして将来の自分のために、「認知症になっても、安心して外出できる町」を、地域の様々な人たちがともに力を合わせてつくっていきましょう。

このガイドは、地域の様々な人たちが出会い、話しあいながら、
行方不明を防ぐアクションを共に進めるための手引きです。
ヒントにしながら、わが地域でできることから進めていきましょう。

行方不明を防ぐために、できることを話し合い、一緒に動きだそう！

地域の様々な人が話し合いながら一緒に活動（アクション）を進めていくためのワークショップの進め方とアクションの参考例を紹介します。

アクション 1 3～4ページ

まずは集まろう、話し合ってみよう！

アクション 2 5～6ページ

話しあったアイディアをつないで、アクションへ

アクション 3

アクションしながら、育てていこう

- **参考 1** ふだんのつながりを育てよう 7～8ページ
- **参考 2** 「一人」を見守り、支えあおう 9～10ページ
- **参考 3** いざという時、一緒に素早く動くために 11～12ページ

アクション 4 13～14ページ

アクションの輪を広げよう、続けていこう

○身近な人たちと一緒に、小さなできることからスタートしていきましょう。

○進め方や活かし方は多様です。
短期間に集中的に進めるやり方もあれば、一連のプロセスを、じっくりと時間をかけて進めるやり方もあります。
【例】まずは、「アクション1」を繰り返し、参加者のつながりを深める。

○地域の状況にあわせて実際の進め方を工夫していきましょう。

○参加する一人ひとりがアイデアや力を出し合い、一緒に息長く続けていくことが、何よりも大切です。

アクション1

まずは集まろう、話し合ってみよう！

①まずは集まり、話し合うこと自体が、アクションの大事な一歩

・行方不明を防ぐ安心な町づくりは、地域の様々な人の力と知恵、つながりが不可欠です。

・「何をするか」、「どう進めるか」。

これらを行政や一部の関係者だけで決めてしまわずに、企画段階から地域の様々な人たちが参画し、一緒に話し合いながら企画を創っていくことが、活きたアクションを生み出す「鍵」です。

②地域には、関心のある人がたくさんいる：壁を取り払い、幅広く参加を呼びかけよう

・「安心して暮らせる地域にしたい」、「わが町から行方不明の人がでないように」、「自分でも何かできることがないか」などなど、行方不明を防ぐ町づくりに関心のある人たちが、思っている以上にたくさんいます。

・すでにつながりのある人はもちろん、これまで関わりの薄かった/なかった分野の人たちにも、この機会に声をかけ、集まり、話し合うチャンスをつくってみましょう。

・「無理だろう・・・」とこちらから壁を作らずに、まず声をかけてみよう。出向いてみましょう。

・新たな（分野の）人と出会い、つながることが、行方不明を防ぐ新たな解決力を生み出します。

③深刻なことを、希望をもって、楽しく：発想の転換を呼びかけよう

・行方不明は、本人と家族にとって切実で深刻な問題です。
その現実を、参加者がしっかりと直視しつつ、暗く深刻なモード（状況、雰囲気）に陥らずに、希望を持ちながら、伸び伸びと話し合えるように、しっかりと方向付ける(呼びかける）ことが、肝心です。

【例】「認知症になっても、行きたいところに出かけ、会いたい人に会える」、そんなわが町を一緒につくっていきましょう！

・楽しい雰囲気でないと、人が集まらず、話しも弾みません。
呼びかけ方、呼びかけのチラシ、話し合いの進め方や資料等、すべて「楽しく」を大切に。

各地のワークショップには、こんな人たちが集まっています。

あなたの町でも
呼びかけを待って
いる人がいます

●行政職員
●役場の多様な部署の人

●保健所職員

退職後のフリーの人も

●地域包括支援センター職員
●物忘れ相談等の相談役の人
●認知症地域支援推進員
●初期集中支援チーム員
●若年性認知症支援コーディネーター
●認知症カフェの関係者

●介護支援専門員
●介護事業所職員
・居宅サービス
・地域密着型サービス
・施設サービス

●専門医
●サポート医
●かかりつけ医
●歯科医
●研修医
●医学生

●看護師
●薬剤師
●栄養士
●PSW、OT、PT
●地域連携室職員
●事務職員

●社会福祉協議会の人たち
●地区活動をしている人たち

●民生・児童委員
●町会の人

●ご近所の人
●友人・知人・同級生

●小中学校、高校の先生
●専門学校・大学の先生
●幼稚園・保育戦の先生
●学生さん

●警察官

●消防署員
●消防団の人

●交通機関の人
●配送業の人

●町で働く様々な人
●地元にある企業の地域貢献質の人

●地元のメディア
（新聞、TV,ラジオ）

●本人

●家族

＊一部の人や、いつもの関係者だけよりも 、「地元で暮らす・働いている」多様な人たちと 一緒に集まり話し合うと、その後のつながりやアクションの幅がぐ～んと広がります。
＊ただし、最初から大仕掛けにせずに、まずは小さく始めて、徐々に参加者を増やしていきましょう。
＊参加者に「次回はつながりのある人を一人でも誘って来よう」と呼びかけよう。

●本人、家族が参加すると 他の参加者 のやる気が高まります。
●特に、一人でも本人が参加すると、必要な取組 のアイディアが具体的になります。

こんなことを話し合ってみよう。

参加人数が多い場合は、多様な立場の人が混ざった小グループで。

①まずは、自己紹介タイムを：お互いを知ろう、楽しくつながろう

同じ地域にいても、「出会えてなかった」、「お互いをよく知らなかった」、ということも少なくありません。
＊仕事や立場だけでなく、好きなこと・得意なこと、地元の好きな場所など、ひと言添えて話し合ってみよう。

②わが地域の認知症の人の現状、行方不明に関する現状、体験等：一緒に、前向きに

当事者や現状をよく知る人に話してもらい、参加者同士でも体験や関わり、（ちょっと）取組んでいること等を話し合ってみよう。

＊「本人・家族の問題」、「深刻な問題」という見方に流れてしまわずに、「地域のみんなの課題」であり、「これから一緒に、安心な地域に！」、と前向きなナビゲーションを。

③「こんな地域にだったらいいなあ」：一人ひとりが自分ごととして、素朴に考え、語り合おう

自分はこの先も、地域のどこに行き続けたいか、安心な外出のためにどんな地域であってほしいか。
＊まずは、一人ひとりがじっくり考えてメモする時間(10分くらい)をとろう。
＊メモをもとに、ありのまま伝え合い、共通点や気づきを話し合おう。

④「こんなことをやれたらいいなあ」：自由に、どんどんアイディアを出し合おう

あって欲しい地域に少しでも近づくために、「やれたらいいなあ」という願いや夢を話し合おう。
＊自分がやらねば、と気負わずに。地域で一緒にやれたらいいなあ、ということを伸び伸び出し合おう。
＊話し合いのルール：「無理」と決めつけない、「人手が？」「お金は？」といった条件に縛られずに。

アクション2

話しあったアイディアをつないで、アクションへ

①小さなアイディアを大切に：一人ひとり、自分なりの「やれたらいいな」を大切に

・一人ひとり、お互いのアイディアを大切にしましょう。

・一部の人だけが話し続けるのではなく、参加者一人ひとりが遠慮しないで自分なりのアイイディアを語れるようにしましょう。

・一見、認知症の人の行方不明を防ぐことと関係なさそうなアイディアや、ユニークなアイディア、壮大なアイディア等も、まずは「いいね！」と。お互いのアイディアを大切にしあい、その後もお互いが意見を自由に言い合える関係をつくろう。

②アイディアを集め、一緒に、楽しく整理してみよう

・一人ひとりが思いついたアイディアは少数でも、みんなのアイディアを集めるとかなりの量になります。

・グループごとに意見を一緒に、整理をしてみましょう。

【例】

・ ホワイトボードに書き出して、同じような内容をまとめてみる。

・アイディアを付箋紙に書き出し、模造紙やホワイトボード等に貼り出して、整理してみる。

・グループごとに報告しあったり、書きだしものを壁に張り出してみんなで見て回るなど、全体で共有しましょう。

みんなのアイディアを集めると、すごいね！元気がでてくるね。

自分と同じこと思ってる人がいる！一緒にやれたらいいな。

③アクションテーマを一緒に決めよう、やりたい仲間でアクションチームをつくろう

・全体のアイディアを集めて、同じような内容をまとめてみましょう。その中から、「わが地域でこんなアクションをやってみよう」、というアクションテーマを、参加者が一緒に決めましょう。

・テーマにまとめていく際に、具体的なアイディアが消えないように、テーマに関連したアイディアを大事に書き留めておきましょう。それらがアクションを進めていく上での具体的なヒントになります。

・テーマが決まったら、その中から自分がやってみたいテーマを一つ選び、同じテーマを選んだ人同士で集まりましょう。「こんことをやってみたい」という同じ願いを抱いている人同士が出会うことができ、職種や立場を超えたつながりと活動が生まれていきます。

一人では動き出せなかったけど、仲間ができてうれしいな。

話し合っておしまいにしないで、できそうなことからやってみようよ。

各地のワークショップを通じて、こんなアクションが生まれています。

＊様々なアクションが誕生していますが、大きくまとめると以下が主なものです。
（詳しくは、次ページ以降を参照。）

＊あくまでも参考にし、わが町ならではのアクションテーマを話し合い、
みんなで決めていきましょう。

ふだんのつながりを育てよう

「一人」を見守り、支えあおう

いざという時、一緒に素早く動こう

あれもこれもではなく。
各アクションごとに
取組みたい人が集まって
じっくりやっていこう。

やらされではなく、
やってみたいこと、
できることを少しずつ
一緒に取組んでいこう。

それぞれがつながって
いるね。
時々は、他のアクション
チームと情報交換をして、
協力したり相乗りできる
といいね、

アクション 3

アクションしながら、育てていこう

○「そのうち」ではなく、すぐできそうなことから：町に出て、動き出そう

・話し合いも大切ですが、話し合いだけを重ねていても、行き詰まりがちです。

・同じアクションをしたいと思っているメンバー同士で、「すぐできそうなこと」を具体的に話し合い、まずは会議室等から町にでて、「実際にアクションする（動いてみる）」ことが、展開の鍵です。

○動きながら、具体的なつながり、手がかり、アイディアを広げていこう

・実際に動いてみると、新たなつながりや、手がかりが生まれてきます。

・動きながらつながった人を大切に。
それらの人たちから、さらに新たな力や手がかり、つながりがうまれます。

・行き詰まった時がチャンス。一部の人たちだけでなんとかしようとしないで、他の人たちの力をどんどん借りて、つながりやアクションが広げていきましょう。

参考 1　ふだんのつながりを育てよう

○行方不明を防ぐには、ふだんからの出会い・つながりが生命線！

「行方不明を防ぐといっても、地域のどの人が認知症かわからない」
「地域の人たち、専門職の人たち、それぞれが、そしてお互いに横のつながりがない。」
「行方不明を防ぐ取組って言われてもハードルが高い
ワークショップに参加した人たちから、こんな声がよく出ます。

それらの人たちの中から生まれたのが、「ふだんの暮らしの延長で気軽に地域でつながろう」というアクションです（右ページ参照）。

＊直接すぐには、行方不明を防ぐことにつながりませんが、急がば回れ。
ふだんからのつながりが少しずつ育つ中で、顔の見える関係やさりげない関わりが生まれます。

それら小さな関わりの積み重ねが、行方不明を未然に防ぐ地域の見守り力となり、いざという時に親身に動く人の層が厚くなります。

○気軽に、自分が楽しく、ちょっと一緒にできることから：とにかく続ける

・認知症の人のため、行方不明を防ぐため、と気負わずに、まずは自分自身が「好きなこと」「楽しめそうなこと」を活かしましょう。
「ちょっと一緒にやってみないか」と誘いあい、少人数でもスタートを。

・小さなアクションでもとにかく続けていくこと。続ける過程で、つながりが増えていきます。

○気軽で、楽しい機会が地域にあると、認知症の人もつながり始める

・認知症はあっても、一人ひとりは大の大人です。気軽な楽しい機会があれば、行ってもいいな、と思う人も少なくありません。周囲も誘いやすくなります。

「ふだんのつながりを育てる」：各地のアクションの様々

＊それぞれが「好きなこと」、「できそうなこと」の話し合いの中から、
実に豊富なアクションが生まれています。

＊それぞれの地域の特性、風土、文化を活かすと、認知症の人が、
自然体でつながるきっかけになります。

＊地域の多様な世代、そして医師や医療関係者、介護関係者、行政関係者、
法律関係者、企業の人達等も、気軽につながるきっかけになります。

○さりげないあいさつ、いつでもあいさつ

・近所の人、いつもすれ違う人、ちょっと気がかりな人に、さりげなくあいさつをする
ことを、日々の中で続けるアクションです。

・声をかけにくい人や場面でも、微笑んで会釈する小さなアクションです。

＊ちょっとしたことのようで、このアクションを続ける中で、
ささやかながらも大事な変化が起きている地域もあります。
【例】あいさつをしあう人が増えた、子どもたちや若い人たちにもあいさつの輪が広がっている、
自然となじみになって話しができるようになった、引きこもりがちな人が誘いにのってくれる
ようになった、気がかりな人と顔なじみの人が増え、さりげない見守り手が増えた、等

○ちょっと一緒に、好きなことを楽しむ：町の「小さなとまり木づくり」

★十人十色の楽しみが
あります。ちょっと一緒に
楽しいひと時を！

様々な趣味

畑・園芸

スポーツ

子どもと

働く・稼ぐ

飲み会

・自分が好きなこと、やりたいことをもとに、2～3人からでも好きな人
同士が集まり、「そこにいくと、同じことが好きな人がいる」、そんな
り木の様な場をつくるアクションです。

・場所は、民家や地域の集会所、公民館、図書館、役場や社協、
医療・介護事業所、スーパーや薬局、飲食店、お寺や神社、
図書館、農協の倉庫等、地域にある様々な場が活かされています。

・屋内だけではなく、屋外も使って、様々な楽しみの場が生まれています。

＊認知症の診断(名)や状態像で枠を作らず、無条件に一緒に
楽しめる場・仲間に出会えたことで、見違えるほど活き活きする人が
沢山います。

＊地域の趣味・スポーツ仲間の人たち、認知症サポーター講座受講者、
若者や子供たち等にも呼びかけ、楽しみながら一緒に過ごす体験を
重ねることで、自然な付き合い・理解・支え合いの輪が広がっています。

○たまには一緒にリフレッシュ：四季折々、地元のなじみの風景の中で

大好きな風景

・元気な人には何気ない地元の風景ですが、一人での自由な外出が
難しくなっていく人にとっては、想像以上にかけがいがなく、元気や希望の
源になります。

みかん狩り

・本人や家族が、リフレッシュをできるように、地元のなじみの風景の中で
一緒に癒され、楽しいひと時を過ごしに出かけてみるアクションです。

＊年に1回でもやってみると、本人・家族の大切な体験・思い出になり、
アクションをした人たちと一緒に気持ちよく過ごした体験を通じて、
日常的にもつながるきっかけになります。

川音を聞きながら

＊アクションの機会に、地域の人たち、専門職、学生さん等にも幅広く
声かけすると、準備役、足の便、物品の提供、救護係等、様々な
役割を担ってくれる人たちとのつながりが生まれます。

参考2　一人を見守り、支え合う

○「気がかりな一人」を大切に：一緒に丁寧に話し合い見守りチームをつくる

・「ちょっと心配な人がいるけど、そのままになっていて・・・」。
地域の中で気がかりな人がいながら、みんなで話し合う機会を持てないまま時間が過ぎ、そうこうしているうちにその人が行方不明になってしまった、という残念な例が後を絶ちません。

・地域の人が本人の変化に気づいていても、行政や地域包括支援センターには、
その人がまだつながっておらず、支援が後手後手になる場合も少なくありません。

＊地域の人たちの(早期の)気づきがとても重要です。

＊うやむやにせずに、ワークショップをきっかけに、「気がかり」な一人について、
気づいている地域の人たち、行政や地域包括支援センター等の専門職、
場合によっては、家族や地域の主だった人、警察官等も一緒に話し合う機会を
作り、その一人の「見守りチームを具体的に作っていくことが大切です。
（口外しない、抱え込まない、連絡を取り合いながら等のルールを確認しながら。）

○偏見や先入観をみんなでなくし、ありのままの事実を確認・共有

・「あの人は認知症」と決めつけた見方や先入観でのやりとりをせず、いつ、何が起こり、
何に気づいているか、ありのままを伝え、確認しあうことが大切です。

○本人はどうなのか、本人の視点や声を大切に：本人といっしょにつくる

・「どう支援したらいいか」、周囲だけで決めがちですが、支援を焦らず、まずは、
「本人からみるとどうだろう」、「本人はどうしたいのか」、みんなが本人の視点に立って、
一緒に考えていくことが、とても大切です。

・周りだけで考えたり、決めてしまわずに、本人の話をよく聴いてみれないか、
本人と話し合える機会をまずは作ってみることが肝心です。（➔右のP.10 を参照）

＊本人の話しを聴くと、本人なりに（外出をしている等の）理由・意味があることが、
見守りに必要な具体策を一緒に考えていく手がかりを得られることがせん。

＊堅苦しい話しあいではなく、[参考1]（ P.7～8 ）で見たような一緒に楽しく過ごす
ひと時をまずは作り、さりげない会話の中で、本人のありのままの言葉や本音を
聞くステップを踏むことが大事な一策です。

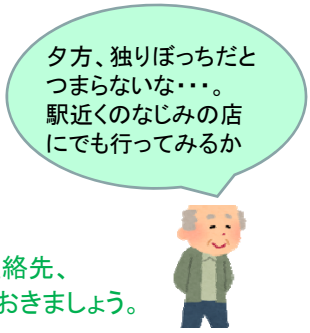
○本人が暮らす一日の流れに沿って：やさしい見守り手を具体的に増やす

・漠然と「見守ろう」ではなく、その人の日常生活の実際についての情報を持ち寄り、
本人が外出する先々でやさしい見守り手を一人ずつでも増やしていこう。
（その人が何時ごろ、どこに行くことが多いのか、 どの経路をたどり、その経路や
方面に見守り手になってくれそうな人が、誰かいないか）

＊監視や過剰な介入にならないよう、あくまでも本人が自分なりの暮らしや
外出を安心・安全に続けられることを、「一緒に応援しよう」という方針を、
繰り返し確認しあいましょう。

＊「見守られる一方」では、さりげなくても本人にはストレスになります。
地域の仲間として自然体でつきあいながら、本人ができる力に注目し、
活躍できるように、場合によってこちらが支えてもらう場面も大事にしよう。

＊本人・家族・専門職や見守り役の人同士で、本人のふだんの関係者の連絡先、
緊急時の連絡先・方法をわかりやすく一覧にした書面を用意し、共有しておきましょう。



「一人を見守り、支え合う」：各地のアクションの様々

○行方不明の心配のあった人を、ご近所の人や地域の商店、友人、専門職が一緒に見守る。

地域包括支援センターが開いたワークショップに参加したAさんは、気がかりになっていたご近所の女性Bさん（60代、息子と二人暮らし）について、実名を伏せて話しをした。

Aさんが床屋で会った時の息子の話しによると、「仕事から帰った時、母さんがいなくて、しばらくして疲れ切って帰ってくることが、最近しょっちゅうで心配。どうも俺の帰りを待ちきれず、駅まで出迎えに行くつもりがどっかで迷ってるらしい」、「物忘れもひどく医者に連れていきたいが忙しくて・・・」と。

Aさんの話しをきっかけに、参加していた他の人からも心配の声が上がる。

酒屋の店主（民生・児童委員）：「たぶん同じ人のことだと思うが・・・息子の晩酌用にと、毎日のようにビールを買いに来る。支払いにまごまごしていて、実は心配していた。

●区長さん：「前は町会の集まりによく来て、世話役として働き者で友達も多い人。近頃、出てこないので、気になっていた。そんなことが起こっていのか・・・。一緒に何かできないか。」

区長さんの声を皮切りに、「一緒に支えられないか」、「行方不明になってしまわないように」という意見で一致。

Aさん：ご近所の人たちにも、お互い様、様子を見守ろうね、とさりげなく話してみるよ。
酒屋の店主：うちは駅までの通り道だから、夕方、見かけたら声かけするように店の若い者にも言っておくよ。
区長さん：「今月ある町会の花見に、Bさんを誘ってみるよ。仲のいい人たちにも、誘う声かけを頼もう」
地域包括支援センター（包括）職員：「その日、私も、花見に飛び入りで参加していいですか？」

＊花見を一緒に楽しんでつながりができた包括職員が訪問し、息子思いの本人の話しをじっくりと聞く。「息子さんのためにも元気でいよう」と受診を勧め、認知症専門医の受診・受療につながる。

＊花見をきっかけに、つきあいが途絶えかかっていた仲間が以前のように遊びに誘ったり、夕方、Bさん宅を訪ねては話し相手になったり、電話をかけてくれるようになった。

＊息子も帰宅前にBさんに電話を1本いれるようになる。Bさんが夕方いなくなることがなくなった。

＊話し合ったメンバーが連絡を取り合いながら、Bさん親子をそっと見守り続けている。

○「おでかけ・見守りマップ」を作り、「外出を楽しみ続けられるように！」を合言葉に、みんなで見守る

・ワークショップに参加した人が、「近所に一人暮らしの友達がいるがとても心配。町に出かけては、何度もおまわりさんの 厄介になっている。一人はもう無理。早く施設に」と発言。

・賛同する人も多い中、包括職員が、「何度か会って話しを聞いている。本人も一人住まいの不安を感じているが、長年　暮らしているこの町から離れることの方がもっと怖いと言っている。今度一緒に町を歩いて、どこに行っているのか、経路やつながりをよく調べてみる予定。（友達に）その時一緒に歩いてくれないか」と依頼。

＊友達二人が、本人と包括職員と一緒に歩いてくれることになる。本人は気持ちよさそうに町を歩き、行きつけのスーパー、コンビニ、銀行では顔なじみらしい人とニコニコ立ち話。公園での一休みでは、これまた顔なじみらしい子どもたちや若いママさんらを眺めてうれしそう。

＊その姿を目の当たりにした友達が、「家の中より、ずっと楽しそう。やっぱり、この町がいいんだ」と。

＊包括の職員は本人や友達と相談しながら、町の地図に本人が歩いた経路や曲がり角の目印、行先や出会った人を書きこんだ「おでかけ−見守りマップ」を作成。

＊後日、マップをもって再度、本人・友達らと町歩きをし、顔なじみの人や経路沿いのお店等の人たち一人ひとりに、「見守り手になってほしい」、「何かあったら包括のこの電話へ」と丁寧にお願いをして回る。

＊思った以上に、見守り手になってくれる人が多く、見守り手の一覧と連絡先リストも作成。

＊マップと連絡先リストを本人・家族・友達、見守り手、包括、そして警察とも共有。町歩きを続けられるための応援団として町の多くの人が一緒に見守り、関係者同士のやりとりやつながりも強まっている。

＊本人も手提げ袋にマップとリストを入れ、わからなくなったらマップを出して聞くようになる。本人が気がねなく尋ねられるように、「いつでも、聞いてね。」と一声添えた見守りが広がっている。

参考3　いざという時、一緒に素早く動くために

①いざという時に備えて、探すネットワークや通報先の確認を：みんなにも周知

・「行方が分からない」という人が出た場合でも、素早く探し出すことができれば、
本格的に行方不明になってしまうことを未然に防げることも少なくありません。

・実際に行方不明になってしまった場合も、できるだけ早く見つけることができれば、
その人が遠くまで行ってしまったり、身近にいても危い所に迷いこんでしまう事を防ぐことができ、
本人の命が守られ、本人・家族のダメージを最小に抑えられます。

・そのために肝心なのは、一人や一部のみで探さずに、警察や市町村のSOSネットワークに
素早くアクセスして、探す専門家（警察）やネットワークの力でより効率的に探しだすことです。

・しかし、いざという時、どこに通報したらいいか・・・。以外と知られていません。

＊自分たちの町の警察や市町村のSOSネットワークや通報先を調べて、
いざという時にすぐ通報できるように知っておく、備えておくことが重要です。

【例】携帯等に電話番号を登録しておく、手帳等に書きこんでおく、
自宅や職場の目立つところに貼っておく、等。

＊SOSネットワークを一人でも多くの市民や関係者に周知していくことが必要です。

②通報内容も確認し、事前に備える：本人用の事前登録の仕組みを活用

・いざ、通報した時に、何を伝えたらいいか？通報内容を知っておかないと、
そこで手間取ってしまい警察や関係者の初動が遅くなり、大きなロスが生じます。

＊通報内容や書式は、所管の警察や市町村によって異なるので、この点も事前に調べておきましょう。

＊内容は、本人の生年月日や身体的特徴、家族の連絡先等の基本的なことですが、慌てていると、
とっさに思いだせないこともあります。事前に記入し、すぐ見れるようにしておくことも必要です。

＊本人がよく行く所や行きそうな場所の情報も、効率的に探すために非常に重要です。
ふだんからこれらを意識して本人、家族、関係者が話し合って知っておくこと、記録しておくことが大切です。

＊これらの内容を、警察や市町村によっては、ふだんから事前登録しておく仕組みがあり、
素早い通報や初動のために有効です。

＊高齢者の世帯では、仕組みを知らない、知っていても難しくて手続きできない場合も
少なくありません。事前に一緒に準備する支援も必要です。

③一緒に探す協力者を増やす：協力者用の事前登録も様々な人に広げていこう

探す中心は警察ですが、警察任せにせずに一緒に探す人を一人でも多く増やすことが欠かせません。

＊探す協力者を事前に登録する仕組みをもつ市町村も増えてきています。
仕組みがある場合は、幅広い人たちにこの仕組みを紹介し、協力者を増やしましょう。

＊まだ仕組みがない場合も、協力しようという仲間を募ってSMS等で素早く仲間に
協力を呼びかける取組みをしている地域もあります。
やれる人たちから始めてみましょう。

④一緒に動いてみる模擬訓練を：繰り返し、続ける

本番を想定し、一連の流れ(あるいは一部)にそって一緒に動いてみる模擬訓練が有効です。

＊模擬訓練の実施目的をどこに据えるか、地域の実情や課題に応じてよく検討してから実施しましょう。

【例】関係者が一同に会し顔の見える関係を作る、通報を素早くできるか、情報が着実に流れるか試す、
多様な人が一緒に探してみる、見つけた時に安心できるような声かけを練習する、等

＊訓練の企画や準備過程自体が、関係者の理解やつながりを深めるために重要です。

「いざという時、一緒に素早く動くために：各地のアクションの様々

○一人ひとりが、自分のつながりや行きたい所を記しておく：自ら備える

・行方不明は、自分も、周囲の人もまだ認知症と気づいていないごく初期段階でも多発しています。
他人事にせず、これからはすべての人が、自分自身そして家族らの安心のために、
万が一に備えておくことが大切です。

・通報や探す時に不可欠な本人についての基本的な情報を、
家族でもよく知らない場合が少なくありません。
初動が遅れてしまい、大きな課題になっています。

＊一人ひとりが、自分の基本的な情報や、なじみの場所、行きたい所などを
元気なうちから書いておくことを、地元の行政や地域包括支援センターが
呼びかけ、記入のバックアップをしている地域があります。

＊万が一の時に役立つだけではなく、自分の暮らし方や希望をあらためて
考えてみたり、家族や地域とのつながりを大切にしていくきっかけになります。

元気なうちに自分のことを
自分で書いておこう。

楽しくおしゃべりしながら
（必要なら代筆も）

○いざという時、本人・家族の視点にたって、動けるように：やさしい対応としくみづくり

・行方不明が発生すると、ややもすると、本人や家族の気持ちを置き去りにしたまま、
周囲の論理やペースで物事が進みがちです。せっかく見つかっても、通報や保護される過程で、
本人も家族も心身共に大きなダメージを負ってしまう場合が少なくありません。

＊模擬訓練の際、「本人・家族の視点や気持ちになってみよう」を合言葉に、通報や探索、
見つけた後の支援のあり方を丁寧に検討し、模擬訓練に反映させている地域があります。

○地域の特性に応じて、素早く動けるように：小地域で手作りの模擬訓練を積み上げる

・一つの市町村の中でも、地域ごとに地形等の風土や、認知症の受け止め方（偏見等）、
本人と家族、地域との関係のあり方が大きく異なっている場合も少なくありません。

・市町村全体での模擬訓練も重要ですが、地域ごとの特性を踏まえた訓練ではなかったために、
実際に行方不明の人が出た時、あまり役立たなかった・・・といった残念なケースも見られています。

＊自治体の小地域ごとにその地域の特性を話し合い、地元にあった訓練を実施している地域があります。

＊模擬訓練の企画・準備段階から、その地域の様々な人たちが参画し、訓練の目的や地域の課題、
訓練の流れや具体的な訓練シナリオを、一緒に考えるワークショップ（アクションミーティング）を
繰り返し、実践的で役立つ訓練を展開している自治体もあります。

＊訓練実施後の振り返りが重要です。参加者全員が、それぞれの立場から感想・意見を出し合い
地域の結集力を高めつつ、具体的な改善点を普段の取組みや次回の訓練に反映させながら
年々取組を進展させている自治体があります。

地域の住民が、自分事として真剣に討議
しながら、模擬訓練の企画を具体的に
練りあげる。

地域で安心して暮らし続けられるように
本人・家族にやさしく、みんなが希望を
持てる訓練シナリオを作る。

アクション 4

アクションの輪を広げよう、続けていこう

①アクションしていること・生まれていることの発信をしっかりと

・取組みをしていても「あまり動けていない」、「まだまだ不十分」という声を聞くことも少なくありません。

・（小さくても）取組みを始めていること自体が、大切な一歩です。

＊「こうしたアクションがわが地域で始まっているよ」と、地域に広く発信していくことが、地域の人たちの関心を高め、今後の取組みを拡充していくためにとても重要です。

＊まだできていない方ばかりに目が言ってしまいが、アクションの過程で生まれている（小さな）変化・成果、アイディアを大切に見つけ出し、それらも地域にしっかりと伝えていきましょう。

②一人でも多くの人にアクションを伝えよう、仲間を増やそう

・行方不明を防ぐためのアクションは、多岐にわたり、地域の様々な立場・職種の人たちの一人でも多くの参画が必要です。

＊アクションの道半ばであっても、年に1回は、全体的な報告会を開催し、多様な立場の人たちが一人でも多く、その後のアクションに参画するための、具体的なきっかけにしましょう。

＊地元のメディア（TV,新聞、ラジオ等）や市町村の広報にも情報を伝えましょう。取組みの場に実際にきてもらい、様々なチャンネルを通じて、行方不明を防ぐことの重要性や具体的なアクションを、幅広い立場の人にわかりやすく伝えてもらいましょう。

③認知症の人の行方不明は、社会の課題の縮図：多分野ともつながりを広げよう

・認知症の人の行方不明は、認知症そのものだけではく、地域社会で積み残しになっている多様な課題の縮図です。

・認知症の従来の分野（保健・医療・介護・福祉）の中だけでは解決しきれない課題も多く分野横断的な取組が不可欠です。

＊分野は違っても、地域の中でつながりを求めている人たちが大勢います。

例：防災、防犯、子育て支援、自殺対策、人口減対策、町の活性化、等

＊町の様々な領域（生活安全、教育、交通、産業、通信等）に視野を広げましょう。地域にいる多様な分野の人たち、組織、事業等とのつながりを育てながら、行方不明を防ぎ、安心して暮らせるためのダイナミックでお互いの元気が生まれる取組みを、一歩一歩進めていきましょう。

アクションの輪を広げよう、続けていこう：各地のアクションの例

（新潟県湯沢町）

各アクションチームが取組んでみた内容や
その成果を丁寧に報告しあう。
＊報告が新たな発想やつながりを生む

（和歌山県御坊市）

地元の農協とのコラボレーションを通じて、地域の人たちの認知症への発想の転換を生み出し、「安心して外出できる地域」をだいダイナミックに育てている。

ぜいたくはいわないが、
ちょっと出かけたいときに
外に行かせてほしいな。

外に一歩出ると、
晴ればれする。

行きたいところがあるんだ。
会いたい人がいるんだ。

「だいじょうぶ、見守るよ」って
みんなが言ってくれる。

本当にありがたい。
これからも、いっしょにいたい。

（本人の声より）

全労災「2015年度社会福祉活動等助成事業」
認知症の人の行方不明を防ぐ方策の普及推進事業

発行：2016年12月
社会福祉法人　浴風会　認知症介護研究・研修東京センター
〒168-0071　東京都杉並区高井戸西1-12-1
電話　03-3334-2173（代表）