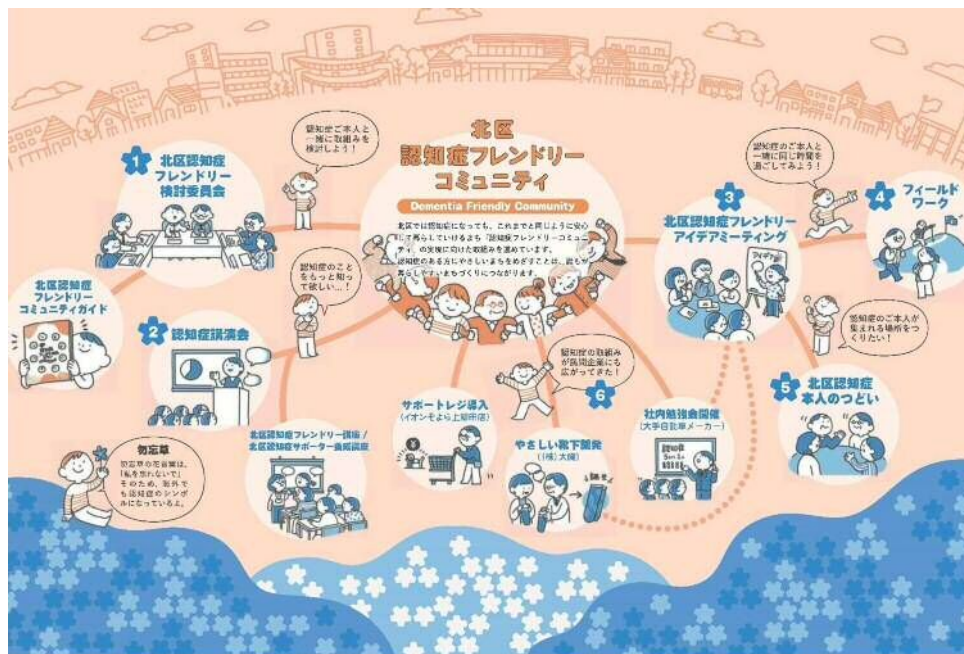


認知症フレンドリーコミュニティづくりに向けた取組み！

北区では、認知症になってもそれまでの暮らしが尊重され、これまでどおり暮らしていけるまち「認知症フレンドリーコミュニティ」をめざして、認知症本人とともに取組みをすすめています。



靴下プロジェクト!!

「靴下がはきづらい」という認知症のある方と、靴下や下着などを企画販売する企業が出会い、「靴下プロジェクト」が始動。令和4年6月には、「誰でも履きやすい靴下」が商品化されました。



認知症の方々が暮らしやすいまちづくりに向けて、一緒に考えてみたい。何か取り組みたい方はお気軽にお問合せ下さい。

北区役所福祉課（〒462-8511 名古屋市北区清水四丁目17番1号）
TEL: (052) 917-6575 FAX: (052) 914-2100
電子メール: a9176521@kita.city.nagoya.lg.jp



令和4年度
名古屋市北区認知症フレンドリーコミュニティ事業



認知症×まちづくり アイデアミーティング 「お出かけ編」

～認知症のある人とのお出かけを通してきづいたこと～

認知症ご本人の「お出かけ」に対する想い

認知症になった今でも、お気に入りの店に遊びに行き顔見知りや話をしたり、季節のうつろいや街の雰囲気を感じることは、私にとって、とても大切な時間です。

私はまだ一人で出かけられるけれど、家族はとても心配していて、思うように出かけられないこともしばしばあります。

認知症になっても、お出かけがしやすいまちをめざして、一緒に考えてもらいたいと思っています。



フィールドワークを実施しました！

令和4年12月3日（土）、秋のフィールドワーク『陶芸体験』へ出かけました。地下鉄とリニモにのって、愛知県陶磁美術館へ。切符や敬老バスは皆さん自分で用意をしました。切符が小さく、探すのが大変だったこともありましたが、皆でいつもとは違う景色を見ながらの移動は楽しく、会話もはずみました。



一緒にお出かけをすることで見えてきた「つまづき」や「工夫」

お出かけの ふりかえり

イラスト：北区グラレコ部

振り返りの話し合いの工夫

話し合った内容は、その場でイラストを使いながら記録（グラフィックレコーディング）していきます。
「さっき言ったこと、聞いたことを忘れた時などにとても助かる」と参加者にも好評です。



①集合

- 分かりやすい待ち合わせ場所を決めるのが難しい
- 地図の見方や現在地が分からず迷う
- 表示が多すぎて迷う



アイデア！

- ★今日の会場案内図（道順沿って写真が載っている）は見た通りの写真の案内で分かりやすかった

②切符購入・改札

- 鞆の中から財布が見つからない

- 券売機の切符を購入する手順が分かりにくい



- 運賃表を見てもすぐに目的地を見つけられない



- 改札の切符を入れる所が、小さくて分かりづらい・入れづらい



工夫ポイント

- ★明るい色の目立つ 財布を使う
- ★大事なものはかばんにひもでくっつける
- ★かばんのポケットを少なく、管理しやすくする



アイデア！

- ★ロボットが案内してくれる
- ★「こちらで切符を買えます」という案内があるといい



③駅内の移動・乗り換え・電車の中で

- 段差が認識しにくく、階段を下りるのが怖い



- 乗り換え案内の矢印をたどっても、途中で途切れたりして、案内を見失う

アイデア！

- ★駅内や道の足元に矢印を大きく書く
- ★足元に色別の表示があると自然に行ける
- ★床の表示、路線図、電車の色がそろっていると分かりやすい



- 矢印の方向が分からない



- 目的駅まであとどれくらいか不安になる

アイデア！

- ★電車内の案内表示は次の停車駅以降も表示する。



- 人混みの中でどちらに行ったらよいか、誰に聞けばよいか分からない



工夫ポイント

- ★迷っていたら声をかけて
- ★目を合わせて1対1で話してほしい

- 電車とホームの隙間が怖い



アイデア！

- ★隙間を狭くする
- ★ホームの端を赤い線で目立たせる

④出口・目的地まで

- 乗り換え時、どちら向きの電車に乗るのか混乱する



- 切符が見つからない

工夫ポイント

- ★切符をパートナーに預ける



- エレベーターを使うと遠回り、エレベーターが見つからない

- 出口に出たものの、目的地の方向が分からない

アイデア！

- ★駅の出口に看板がほしい
- ★荷物を置く場所がほしい（トイレ・休憩スペース等）



※認知症による心身機能障害

認知症のある方は、心と身体に様々なトラブルを抱えており、その症状や程度も様々です。今回の経験に関わる障害の一部をご紹介します。

記憶のトラブル



見聞きしたこと・考えたことが瞬時に記憶から消え去る

時間・空間のトラブル



モノや空間の奥行きを認知できない



対象物との距離を正確に把握できない

五感のトラブル



視覚・聴覚・嗅覚が敏感になる

注意・手続きのトラブル



聞かすべき音・見るべきものに集中できない