令和７年度 老人保健事業推進費等補助金 老人保健健康増進等事業

認知症の人の診断直後のピアサポート活動の実施体制構築に向けた調査研究事業

報告書

令和８年３月

株式会社 日本総合研究所

目　次

1. 本調査研究の概要 1
1.1.　本調査研究の実施目的 1
1.2.　本調査研究の進め方・実施事項 2
2. ピアサポート活動に関する既存調査研究や事例集等の再整理 5
3. 診断直後のピアサポート活動の事例調査の実施 7
3.1.　ヒアリング調査設計 7
3.2.　ヒアリング調査結果 8
(1)　ヒアリング調査結果 8
(2)　ヒアリング調査結果（詳細） 9
①　宮城県仙台市「いずみの杜診療所」 9
②　東京都町田市「特定非営利活動法人町田市つながりの開」 13
③　大阪府大阪市「ＮＰＯ法人認知症の人とみんなのサポートセンター」 17
④　大阪府大阪市「大阪市立弘済院附属病院」 21
⑤　鳥取県鳥取市「おれんじドアとっとり」 25
⑥　香川県三豊市「三豊市立西香川病院」 30
⑦　高知県高知市「ミーティングセンターKOCHI 実行委員会」 35
⑧　高知県南国市「一般社団法人セカンド・ストーリー」 39
⑨　高知県須崎市「医療法人南江会一陽病院」 42
⑩　大分県大分市「大分県及び大分市」 46
⑪　北海道浦河郡「社会福祉法人浦河べてるの家」 51
4. 診断直後のピアサポート活動事例の分析 54
4.1.　ヒアリング調査結果をふまえた分析 54
4.2.　検討委員会における議論 55
(1)　認知症の人の視点からの意見 55
(2)　ピアサポート活動を支援している認知症の人以外の視点からの意見 61
4.3.　ピアサポート活動に関する概念整理の試行 68
(1)　概念整理を行う趣旨及び概念整理のたたき台 68
(2)　認知症施策推進基本計画における関連用語 69
(3)　検討委員会における主な議論 69
5. 本調査のまとめ 71
5.1.　本調査の成果 71
5.2.　今後の課題 73

1.　本調査研究の概要

1.1.　本調査研究の実施目的

令和６年 12 月に閣議決定された「認知症施策推進基本計画」では、認知症の人が診断後早い段階で認知症の人に出会い、その経験に触れられるよう、ピアサポート活動等を推進するということが掲げられている。

認知症と診断された直後の人及びその家族が孤立しないために診断後支援は重要であり、特に、医療機関においてピアサポート活動を実施することは、早い段階から認知症の人が「話せる」「相談できる」場を確保することにつながる。一方、医療機関におけるピアサポート活動の実施状況や効果的な方法等については明らかとなっていない。

また、医療機関以外の場であっても、医療機関と密接に連携して、ピアサポート活動を行っているケースや「ピアサポート活動」という名称以外でも、認知症の人同士の診断後支援の場が設置されているケースも散見される。ピアサポート活動には、認知症の人同士が個別相談や個別訪問を行うもの、複数の認知症の人がつどい、語り合うものなど多様な形式がある。その活動の場所も多様で、認知症カフェや医療機関が、その場となることもある。多様な状況にある認知症の人がいることをふまえれば、多様な形のピアサポート活動が存在することは望ましい姿であると考えられる。

本事業では、診断後支援として医療機関等で実施されているものを含む多様なピアサポート活動の実施状況やその方法について全国的に調査を行い、類型や特徴を把握するとともに、その推進方策について報告書にまとめ、ピアサポート活動の推進に寄与することを目的とする。

1.2. 本調査研究の進め方・実施事項

前述の目的をふまえ、有識者等からなる検討委員会を設置し、調査の進め方や分析結果について意見を得ながら進めた。

(1) 検討委員会の設置・運営

本調査研究を効果的に推進するため、有識者等からなる検討委員会を設置・運営した。委員構成は図表 1 に示すとおりである。検討委員会は計３回実施し、各回の主な議題は図表 3 にて示すとおりである。

図表 1 委員構成(50 音順･敬称略)

氏名	所属先・役職名等
◎粟田　主一	社会福祉法人浴風会 認知症介護研究・研修東京センター　センター長
大塚　智丈	一般社団法人三豊・観音寺市医師会／三豊市立西香川病院 院長
沖田　裕子	特定非営利活動法人 認知症の人とみんなのサポートセンター 代表理事
川井　丈弘	医療法人社団清山会いずみの杜診療所　地域連携室 室長 ／ 宮城県若年性認知症支援コーディネーター
丹野　智文	一般社団法人認知症当事者ネットワークみやぎ 代表理事
中西　亜紀	大阪公立大学大学院　生活科学研究科　特任教授
藤田 和子	一般社団法人日本認知症本人ワーキンググループ 相談役理事
矢吹　知之	高知県立大学社会福祉学部　教授
山崎　英樹	清山会医療福祉グループ代表／いずみの杜診療所 医師
山中　しのぶ	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
吉川　浩之	有限会社なでしこ 代表取締役

※　◎印：委員長

図表 2 事務局

氏名	所属先・役職名
高橋　光進	株式会社日本総合研究所　リサーチ・コンサルティング部門 高齢社会イノベーショングループ　シニアマネジャー
紀伊　信之	株式会社日本総合研究所　リサーチ・コンサルティング部門 高齢社会イノベーショングループ　部長／プリンシパル
岩附　愛子	株式会社日本総合研究所　リサーチ・コンサルティング部門 高齢社会イノベーショングループ　シニアコンサルタント
内山　智香子	株式会社日本総合研究所　リサーチ・コンサルティング部門 高齢社会イノベーショングループ　コンサルタント
榎木　日向子	株式会社日本総合研究所　リサーチ・コンサルティング部門 高齢社会イノベーショングループ　アソシエイトコンサルタント
前田　隆行	株式会社日本総合研究所　リサーチ・コンサルティング部門 高齢社会イノベーショングループ　客員研究員

図表 3 委員会各回における主な議題

回	実施日	主な議題
第１回	2025 年 12 月 25 日	・　事業概要の報告 ・　事例調査の実施方針に関する検討 ・　各委員のお取り組み状況の共有
第２回	2026 年 ２月 13 日	・　事例調査の実施状況の報告 ・　成果物のとりまとめ方針の検討 ・　ピアサポート活動の推進方策の検討
第３回	2026 年 ３月 16 日	・　ピアサポート活動の推進方策の検討 ・　成果物（案）の確認

(2) ピアサポート活動に関する既存調査研究や事例集等の再整理

ピアサポート活動に関する既存調査研究や事例集等のレビュー、再整理を実施し、本事業における調査、検討の主なスコープ、重点課題等を整理した。

また、他の疾患領域におけるピアサポート活動に関する先行調査研究等も調査した。

(3) 診断直後のピアサポート活動の事例調査の実施

既存調査研究や都道府県等が発信しているピアサポート活動（「ピアサポート活動」という名称以外で実施されているものも含む）に関する好事例や特徴的な取組を抽出し、ヒアリング調査を実施した。

(4) 診断直後のピアサポート活動事例の分析

(3)で調査した各事例について、類型や特徴を整理するとともに、他制度や他機関との連携（特に医療機関との接点等)、実施体制構築までのプロセス、効果的な推進におけるポイント等を分析した。

(5) 報告書の作成

一連の調査研究の内容・結果について、本報告書に取りまとめた。

2. ピアサポート活動に関する既存調査研究や事例集等の再整理

認知症及び他領域におけるピアサポート活動の事例に関する先行調査等についてデスクリサーチを実施した。他領域は、障害領域（精神障害、知的・発達障害、身体障害、高次脳機能障害等）、がん等を対象とし、ピアサポート活動の定義の明確性、制度的位置付け、実施主体・運営体制、研修・人材育成の有無、報酬・加算等の観点を基に横断的に状況を把握することを目的とする。本調査研究の参考になると考えられるものとして、以下の調査研究が挙げられる。

図表 4 関連する先行調査研究

カテゴリ	年度	先行調査研究	実施主体
認知症	令和5年度	認知症診断直後からの本人やその家族へのピアサポート活動実態調査事業報告書（厚生労働省　老人保健健康増進等事業）	公益社団法人認知症の人と家族の会
	令和5年度	認知症の人や家族の心理的・社会的サポートに関する調査研究事業（厚生労働省　老人保健健康増進等事業）	株式会社 NTT データ経営研究所
	令和2年度	認知症の人の家族が認知症を正しく理解し適切な対応につなげるための取組の普及促進に関する調査研究事業（厚生労働省老人保健健康増進等事業）	一般財団法人日本規格協会
	令和2年度	若年性認知症の当事者本人と家族の支援のためのピアサポート体制の構築に関する調査研究事業（厚生労働省　老人保健健康増進等事業）	みずほ情報総研株式会社
障害領域	令和6年度	障害者ピアサポート研修の実施内容の検証および更なる効果的な実施法帆の確立に向けた研究（厚生労働科学研究費補助金 疾病・障害対策研究分野 障害者政策総合研究）	岩崎　香(早稲田大学　人間科学学術院)
	令和4年度	精神科医療機関におけるピアサポートの現状と活用に関する調査（厚生労働省　障害者総合福祉推進事業）	株式会社浜銀総合研究所
	令和元年度	障害福祉サービスごとのピアサポートを担う人材の活用のための調査研究（厚生労働省　障害者総合福祉推進事業）	社会福祉法人豊芯会
	平成 30 年度	ピアサポートを担う人材の活用を推進するための調査研究およびガイドライン作成のための研究（厚生労働省　障害者総合福祉推進事業）	社会福祉法人豊芯会
	平成 27 年	障害福祉サービス事業所等におけるピアサポート	みずほ情報総研

	度	活動状況調査（厚生労働省　障害者支援状況等調査研究事業）	株式会社
がん領域	令和7年度	がん総合相談に携わる者に対する研修事業 がん患者に対して提供できるピア・サポート体制の都道府県調査（厚生労働省委託事業「がん総合相談に携わる者に対する研修事業」）	一般社団法人日本サイコオンコロジー学会
	令和元年度	民間団体によるがん患者等の相談支援に関する実態調査（厚生労働省委託事業「がん患者等に対する相談推進事業」）	株式会社ナビット
	平成 28 年度	がん対策に関する行政評価・監視結果報告書　がん患者・経験者等による相談支援（ピア・サポート）の推進（がん対策に関する行政評価・監視結果報告書）	総務省行政評価局　評価監視官（特命担当）
	平成 26 年度	がん体験者によるピアサポートに関するアンケート調査（独立行政法人福祉医療機構　平成 26 年度社会福祉振興助成事業「高齢がん患者の在宅移行ピアサポート」）	NPO 法人ミーネット

3. 診断直後のピアサポート活動の事例調査の実施

既存調査研究や都道府県等が発信しているピアサポート活動（「ピアサポート活動」という名称以外で実施されているものも含む）に関する好事例や特徴的な取組を抽出し、ヒアリング調査を実施した。本章では、その概要を示す。

3.1. ヒアリング調査設計

ヒアリング調査の対象事例は、2.ピアサポート活動に関する既存調査研究や事例集等の再整理をふまえ、認知症の人や家族等の運営への参画状況、取組内容、推進主体、医療機関や自治体の関わり、自治体規模等で多様性を担保したうえで、検討委員会で議論のうえ、抽出した。

図表 5 ヒアリング調査実施概要

調査名	・ 診断直後のピアサポート活動の事例調査
調査目的	・ 診断直後のピアサポートの類型や特徴を把握・整理するとともに、他制度や他機関との連携、実施体制構築までのプロセス、効果的な推進におけるポイント等を分析する。
調査対象	・ 診断直後のピアサポート活動を実施している主体（医療機関、介護事業者、当事者団体、行政等）。
悉皆・抽出の別	・ 抽出（認知症の人や家族等の運営への参画状況、取組内容、推進主体、医療機関や自治体の関わり、自治体規模等で多様性を担保したうえで、検討委員会で議論のうえ、抽出した。）
調査方法	・ 対面又はオンラインでのヒアリング・インタビュー調査
調査客対数	・ 11 件
調査時期	・ 令和 7 年 10 月～令和 8 年 1 月
主な調査内容	・ 認知症の人や家族等の運営への参画状況 ・ ピアサポート活動の具体的な内容 ・ 診断からピアサポートまでの流れ ・ 推進主体 ・ 活動への医療機関や自治体等の関わり ・ 活動における予算等の状況 ・ 活動における課題・工夫、活動の推進にあたって必要な支援　等

3.2. ヒアリング調査結果

(1) ヒアリング調査結果

ヒアリングを実施した取組は以下のとおり。各取組のヒアリング結果詳細は後述のとおり。

なお、北海道浦河郡の「社会福祉法人浦河べてるの家」が実施主体として取り組む事例⑪については、精神障害領域の取組であり、認知症領域以外の事例として調査を行った。

図表 6 ヒアリング対象一覧

No.	地域	実施主体	名称
①	宮城県 仙台市	医療法人社団清山会 いずみの杜診療所	仕合せの会 in いずみの杜
②	東京都 町田市	特定非営利活動法人町田市 つながりの開	DAYS BLG ！
③	大阪府 大阪市	ＮＰＯ法人 認知症の人とみんなのサポートセンター	① タックドア ② ハルカスでの相談会
④	大阪府 大阪市	大阪市立弘済院附属病院	本人サポートの会
⑤	鳥取県 鳥取市	鳥取県鳥取市	① おれんじドアとっとり ② おれんじミーティング
⑥	香川県 三豊市	三豊市立西香川病院	オレンジカフェ
⑦	高知県 高知市	ミーティングセンターKOCHI 実行委員会（高知家認知症希望大使、高知県若年性認知症支援コーディネーター、高知県立大学、高知市基幹型地域包括支援センター）	ミーティングセンターKOCHI
⑧	高知県 南国市	一般社団法人セカンド･ストーリー	① だれでもつどえるセカンド・ストーリー ② 地域包括支援センター等からの依頼にもとづく個別相談 ③ 事業所での電話相談等
⑨	高知県 須崎市	医療法人南江会一陽病院	① 認知症ピアサポート　認知症とともに生きるあなたのためのつどいの場「ちょっくら茶屋」 ② 認知症カフェ「いちょうの樹」

⑩	大分県 大分市	大分県及び大分市	① どこでもオレンジドア（認知症相談） ② 本人ミーティング
⑪	北海道 浦河郡	社会福祉法人浦河 べてるの家 ※他領域事例	ミーティング：当事者同士の語り合い ① 当事者研究 ② SST(Social Skills Training：生活技能訓練)

(2) ヒアリング調査結果（詳細）

各取組のヒアリング結果詳細は以下のとおり。

① 宮城県仙台市「いずみの杜診療所」

- 基本情報

実施主体	医療法人社団医療法人社団清山会 いずみの杜診療所 （連携型認知症疾患医療センター） ※ いずみの杜診療所は、仙台市より認知症疾患医療センター運営事業を受託し、認知症の人同士の交流の場としてピアサポート事業を実施。 ※ 認知症疾患医療センター運営費補助金より、運営に関わるピアサポーターに謝礼金を支給
名称	仕合せの会 in いずみの杜
類型・活動日	毎月第１・第３ 火曜日・木曜日 9:30～12:00 毎月第２ 水曜日 9:30～12:00

- ピアサポート活動に取り組み始めた経緯

認知症のピアサポート活動に取り組み始めた背景には、アルコール依存症への支援活動に携わった経験から、当事者同士が語り合い、支え合う場の重要性を認識したことがある。介護保険制度成立前は重度の認知症の人が多かったが、制度成立後は軽度の人も来院するようになった。軽度の認知症の人と接する中で、依存症支援の場で感じた「エンパワメント」や「水平な関係」の意義を認知症領域にも生かせるのではないかと考え、ピアサポート活動を立ち上げた。2014 年に若年性の認知症の人と出会い、また、日常生活の場である街中の方が自然体でいられるという認知症の人の意見を受け、仙台市内での「仕合せの会」を開始した。2018 年からは院内ピアサポート活動の「仕合せの会 in いずみの杜」を、認知症の人と共に開催している。

● ピアサポート活動の目的・コンセプト

診断直後に認知症の人と出会うことができる「入り口」として、認知症の人同士が素直に語り合える場を提供し、つながりの回復と維持を目指している。参加の方法やタイミングは人それぞれであり、多様なつながり方を尊重した活動を続けている。参加によって元気になった人は、地域の居場所へ移行することも多い。

● ピアサポート活動の具体的な活動内容

「仕合せの会 in いずみの杜」は、いずみの杜診療所 2 階カフェルームにおいて、毎月第 1・第 3 火曜日・木曜日、毎月第 2 水曜日に開催している。参加者は、いずみの杜診療所に通院している認知症・MCI の人のほか、他医療機関をかかりつけとする人も参加可能である。

ピアサポート活動は原則認知症の人のみで実施され、専門職等は同席しない。相談窓口の形式とは異なり、参加者全員がざっくばらんに話をする中、ピアサポーターは参加者全員が話をできるようにファシリテーションを行う。話の内容は、物忘れに関することのほか、参加者それぞれの最近の出来事等、様々である。ピアサポート活動中は記録を作成せず、話した内容も原則支援者等に共有されない。

● ピアサポート活動の実施体制

いずみの杜診療所は、仙台市より連携型認知症疾患医療センター運営事業を受託しており、「一般社団法人認知症当事者ネットワークみやぎ」と連携して、認知症の人同士の交流の場としてピアサポート事業を実施している。

「仕合せの会 in いずみの杜」のピアサポーターは「一般社団法人認知症当事者ネットワークみやぎ」の当事者メンバーであり、ピアサポート活動 1 回あたり 3,000 円（交通費込み）の謝礼金が支給される。謝礼金の財源は、認知症疾患医療センター運営費補助金となる。

● 認知症の人や家族等の運営への参画状況

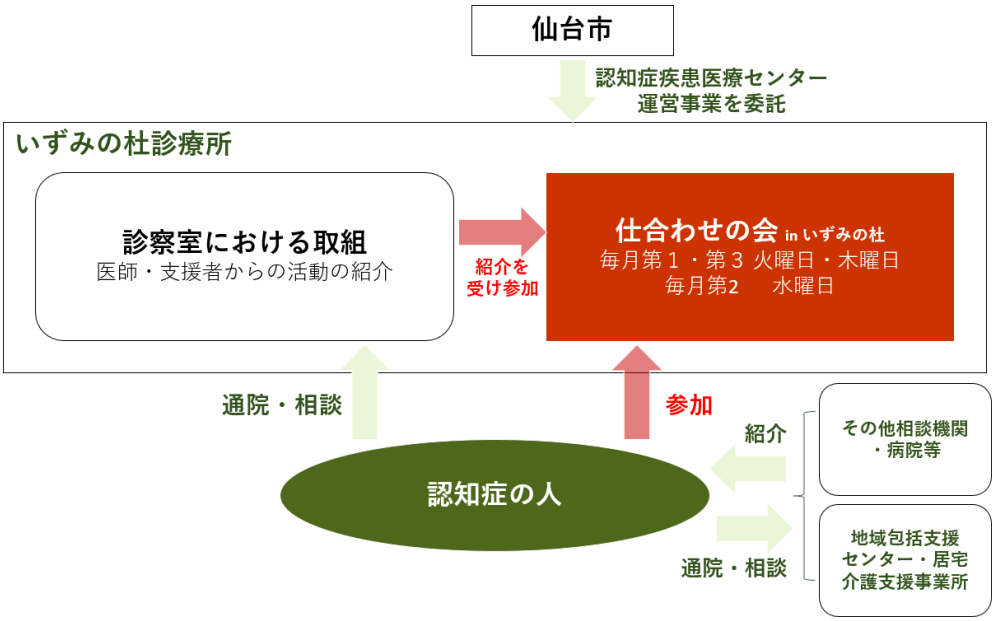
ピアサポート活動の運営にあたり、認知症の人が希望し、条件を満たした場合、活動に参画することができる。「仕合せの会 in いずみの杜」は認知症との診断後、認知症の人と出会うための「入り口」である。仕合わせの会への参加を通して、次の居場所や活動へとつながっていく。エンパワメントが促進された認知症の人は、宮城県内の各交流会のピアサポーターとして参画することや、講演活動の実施、行政の取組に参画する人もいる。次につながる居場所や活動としては、いずみの杜診療所内で実施される「運転免許を考える本人のつどい」のほか、仙台市市民活動サポートセンター（市中開催）での「仕合わせの会」等の本人同士（ピア）の居場所、デイケアの有償ボランティア活動

「はたらくデイ」等の活動、認知症の人や家族、支援者等が水平に学び合う勉強会「リカバリーカレッジ」等が挙げられる。

- 診断からピアサポート活動につながるまでの流れ

多くは、いずみの杜診療所にて認知症もしくは MCI との診断を受けた人に対して、診療室内にて「仕合せの会 in いずみの杜」が紹介される。紹介の有無やタイミングは認知症に人の状況に応じて様々であり、家族や地域といった既存のつながりを有する人にはあえてピアサポート活動を紹介しないこともある。紹介をした人の中にも、大人数で会うことに抵抗感を持つ人もいる。その場合は待合室横のベンチ等で、個別にピアサポーターと話をすることもある。

いずみの杜診療所以外の医療機関を受診する人も「仕合せの会 in いずみの杜」には参加可能である。その場合、いずみの杜診療所地域連携室へ連絡の後、参加となる。



- ピアサポート活動の中で大事にしていること

「仕合せの会 in いずみの杜」では、参加した認知症の人が笑顔を取り戻し、自分らしさを取り戻していくことを大切にしている。本活動は、認知症の人同士が語り合い、互いの話に耳を傾けることを中心に据えている。こうした認知症の人同士の対話の積み重ねによって、参加者が希望を持ち、自分らしい生き方を再発見できる場を目指している。そのため、支援者は、参加者を信じて主体的な活動を尊重し、あくまでも見守り役に徹することで、認知症の人自身の力を引き出すことを意識している。

また、活動の継続においては、ピアサポーターとして仲間を増やし、活動の輪を広げ

ていくことが重要である。単なる取組の継続が目的ではなく、認知症の診断を受けた人が元気を取り戻せるような場づくりと、仲間づくりを重視している。

- ピアサポート活動における課題・必要な支援

ピアサポート活動の推進にあたっては、医療機関や支援者等との連携は必要である。認知症の人それぞれにとって適切なタイミングで活動を紹介し、継続的に見守ることの他、事務的な対応や必要に応じた調整役を担いながら、活動の円滑な運営を支えている。また、医師や支援者が認知症の人を信頼し、場を主体的にゆだねる意識を持つことも、認知症の人の自発的な活動を支える上で不可欠である。

また、「仕合せの会 in いずみの杜」は、認知症と診断された人が新たなつながりを得る「入り口」としての役割を果たしており、その後も居場所との継続的なつながりが必要である。したがって、地域における多様な居場所の整備と、認知症の人が安心して参加できる環境づくりが今後の課題であり、必要な支援となる。

② 東京都町田市「特定非営利活動法人町田市つながりの開」

● 基本情報

実施主体	特定非営利活動法人町田市つながりの開
名称	ＤＡＹＳ　ＢＬＧ！
類型・活動日	毎月曜日～毎土曜日　９：３０～１６：３０

● ピアサポート活動に取り組み始めた経緯

特定非営利活動法人町田市つながりの開は、2012 年８月に地域密着型通所介護ＤＡＹＳ　ＢＬＧ！（以下、ＢＬＧという。）を開設した。ＢＬＧでは、介護する側・介護される側に関係なく、利用者のことをともに過ごす仲間だと考え、「メンバー」と呼び、活動している。

日々の活動では、メンバーの想いを引き出し、その想いを一緒に実現している。その過程を通して、それぞれが弱みをさらけ出せるようになり、メンバーが素になることのできる居場所となっており、ピアサポートの場としても機能している。

新たに事業所を利用し始める方は、気持ちの落ち込んでいる方や不安を抱いている方が多い。その様子を見かけたメンバーが主体的に語りかけることで、次第に不安が和らいでいく。元々、語りかけられる側だった認知症の人も、他の認知症の人との語りや日頃の活動を通してアイデンティティを回復し、新たなメンバーのピアサポートを行うようになる、という循環が生じている。

● ピアサポート活動の目的・コンセプト

ＢＬＧでは、「メンバーの想いをカタチに」というコンセプトを掲げて活動している。その一環として実施するピアサポート活動では、認知症の人同士の出会いを通じて、互いの苦しさや経験を共有することにより、「弱さの開示」ができる状態になることを目的としている。

そのためにも、まずはメンバーの想いを聞き取るため、メンバーの心理的安全性を担保しながら、他のメンバーが聞き役となり認知症の人同士が対話をする。スタッフが同席する場合には、対話の中から次の活動への展開や、他の人との共通の話題を抽出するよう心掛けている。

● ピアサポート活動の具体的な活動内容

ＢＬＧで行うピアサポート活動は、特段時間を区切って行っているわけではなく、新たなメンバーを受け入れる時や、メンバー同士の日常の会話の中で自然に取り組まれている。

それぞれの状況に対してメンバーがどのように感じているのかを振り返り、メンバー

自身が自己の状況を正確に理解し、深く語ることができるようになることを重要視している。そのため、夕方頃にはメンバー・スタッフが一堂に会し、その日どのような活動をしたのか、どのような声が挙がったか、活動に対してどのように感じたか等を全員で話し合うことにしている。

● ピアサポート活動の実施体制

特定非営利活動法人町田市つながりの開が運営するＢＬＧ（地域密着型通所介護）の活動プログラムの１つとして、ピアサポート活動を行っている。

特定非営利活動法人町田市つながりの開は、法人設立前には、任意団体として市民活動を行ってきた。そのため、地域の認知症の人やその家族、支援者、行政、企業・団体等とのつながりは強く、ＢＬＧの開催する様々なイベント等に参加するほか、個別に相談を受ける場合もある。また、法人設立以降は、家族会の運営やイベント企画・運営等の機能を町田市認知症友の会へと移行したことから、町田市認知症友の会を介して、家族からの相談を受けることもある。

● 認知症の人や家族等の運営への参画状況

ＢＬＧでは明確にピアサポーターとして名称を付けているわけではないが、「自身の認知症の経験にもとづいて、新しいメンバーの持つ悩みや苦労に対するアドバイス・サポートをしたい」と思い、積極的に他の認知症の人との対話を行う本人が４名いる。その４名は、新しい利用者からの相談の電話や見学時の対応等も行い、認知症の人とその家族に対する挨拶や事業所、日頃の活動の紹介を通して、関係性を築いている。活動をともにする中で挙がったメンバーからの希望等は、その４名からメンバー全員又はスタッフに対して情報共有がなされ、実現に向けて取り組んでいる。

● 診断からピアサポート活動につながるまでの流れ

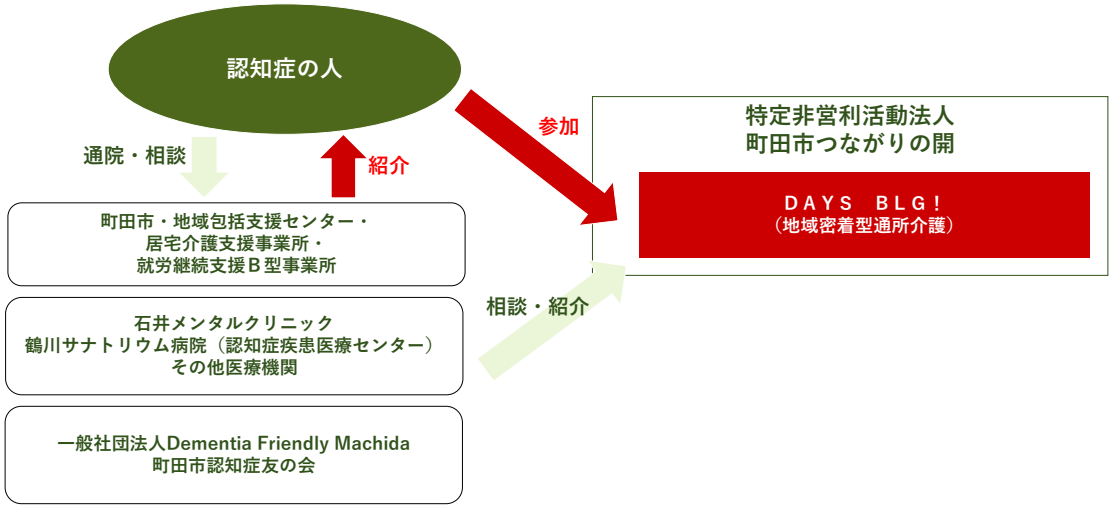
ピアサポート活動につながるまでの流れとして、以下の２パターンがある。

まず、介護保険サービスの利用者（候補者）として参加し始める場合である。最も多いのは、町田市や地域包括支援センター、居宅介護支援事業所、就労継続支援Ｂ型事業所等の介護・障害等関係部署・機関からの紹介である。

また、近隣クリニックや認知症疾患医療センターの医師から直接相談があり、診察直後等に参加する場合もある。

さらに、一般社団法人Ｄｅｍｅｎｔｉａ　Ｆｒｉｅｎｄｌｙ　Ｍａｃｈｉｄａ（以下、ＤＦＭという。）や町田市認知症友の会を介して紹介を受け、参加し始める場合もある。ＤＦＭでは、本人ミーティングや暮らしの保健室、みなさんの居場所「ぼくはぼく」食堂等を運営しており、そこに参加した方が運営者からの紹介を受け、ＢＬＧにつがなる

ことがある。



● ピアサポート活動の中で大事にしていること

ピアサポート活動では、「一方通行ではなく、互いに役割が生まれる関係性」「お互いに素になれること」を大事にしている。メンバーの心理的安全を担保し、それぞれが活動を共にすることで仲間として認識し、支える・支えられるといった一方通行の関係性ではなく、互いに役割が生じる環境が整っている。これによって、日常生活の困りごとを吐露できる状態となり、それを聞いてアドバイスすることで、安心感と役割が双方にもたらされている。

● ピアサポート活動における課題・必要な支援

ピアサポート活動は、認知症の人のみで対話する場合やファシリテーターや家族等が同席する場合、複数人で話し合う場合など、様々な形式がある。認知症の人それぞれのニーズに沿った様々な形式があることが望ましい。

ただ、どの形式であっても、少なくとも認知症を受容し、それを乗り越えてきた経験がピアサポーターには求められる。また、対話のファシリテーションを行う場合には、一定のスキルも必要である。例えば、デイサービス等で勤務しており、日頃から認知症の人と接する機会が多い等、本人のことをよく知っている方のサポートがあると良い。

加えて、認知症の人同士だけではなく、家族の孤立感の解消等に向けた家族同士のピアサポート活動も重要である。家族同士の対話にあたっても、必要に応じて、介護経験が豊富な家族やケアマネジャー等の専門職によるファシリテーションの支援があると良い。

● ピアサポーターとして取り組む認知症の人からの声

ピアサポーターとして取り組む認知症の人からの声として、以下の声があった。

・壁がなく、素でいられて、助け合えて、心開ける仲間がいることが何よりも、嬉しい

・僕の経験が役に立つのならば、協力できることはしたい

・いつか自分も助けられたから、今度は自分が助ける番だ

・話すことは苦手だが、聞くことは得意

＜活動の様子＞

③　大阪府大阪市「ＮＰＯ法人認知症の人とみんなのサポートセンター」

● 基本情報

実施主体	NPO 法人認知症の人とみんなのサポートセンター
名称	① タックドア ② ハルカスでの相談会
類型・活動日	① 月１回（不定期）　２時間程度 ② 毎月第３金曜日　13:30-16:30

● ピアサポート活動に取り組み始めた経緯

認知症の人とみんなのサポートセンターは、若年性認知症や初期認知症の人等、既存のサービスではニーズが十分に満たされない方のサポートを目的に活動している。2015 年より民間の助成金を活用して活動を始め、生きがいとしての仕事の場「タック」等を通じた本人活動支援、若年性認知症の家族会支援等を通じた家族支援活動、研修・研究活動等、多様な活動を展開している。そのようななか、オレンジドアを参考に 2017 年より、認知症の人同士が話をする場として「タックドア」の取組を開始した。

また、商業施設あべのハルカス近鉄本店での相談会は、認知症疾患医療センターでのピアサポート活動に参加していた医師が他の病院に移った際に同様のピアサポート活動を始めようとしたところ、院内に活動のための場所が確保できなかったことがきっかけとなり始まった。認知症の人とその家族の双方が、それぞれ当事者と出会い、話すことができる場となっている。

● ピアサポート活動の目的・コンセプト

「タックドア」は、認知症の人同士の話し合いに集中し、認知症の人同士で答えを示しあう時間にしたいとの考えのもと、活動を推進している。

● ピアサポート活動の具体的な活動内容

「タックドア」は月に１度（不定期）、認知症の人とみんなのサポートセンターの活動拠点にて開催している。普段の活動「タック」における公園清掃、くるみボタン製作、車イス清掃等の活動を実施するなかでも認知症の人同士が抱えている不安や悩みについて話すことはあるが、「タックドア」は明確に「話し合い」に焦点をあてた時間としている。

参加希望者で集まり、まずは自己紹介を順に行う。みんなのサポートセンターの代表や副代表等がファシリテーションを行うものの、自己紹介については参加者のうち１名を指名し、名前のほかに聞きたいこと１つを決めてもらったうえで、進行をお願いしている（例：子供のころにしていた遊び）。自己紹介後は、参加歴の浅い人が参加歴の長

い先輩に認知症や日常の生活について質問し、それぞれの思いや考えを共有する。具体的には、服用している薬の有無や認知症であると周囲にどこまで開示しているかどうか、もの忘れや道に迷ってしまったときの対応等について話すことが多い。また、運転が話題になることもある。明示的にピアサポーターを任命しているわけではないが、出てきたテーマや質問に対して、認知症の人がそれぞれ自身の気持ちで答えることで、共感が生まれている。

「ハルカスでの相談会」は、毎月第３金曜日に、あべのハルカス近鉄本店の一角にて実施している。認知症の人とみんなのサポートセンターからは、代表や副代表等の専門職の他、本人相談員として認知症の人が１名参加している。本人相談員は、認知症の人が参加した場合には、同じ認知症の人として相談を受け付けている。

- ピアサポート活動の実施体制

「タックドア」及び「ハルカスでの相談会」は、認知症の人とみんなのサポートセンターの独自の取組として推進している。実施場所、参加者等の調整は、認知症の人とみんなのサポートセンターの代表や副代表が中心となって行っている。

- 認知症の人や家族等の運営への参画状況

「タックドア」では、明確に「ピアサポーター」等は位置付けておらず、参加する認知症の人全員が水平な関係で話し合いを行う。そのため、認知症の人や家族等の運営への参画が明確にあるわけではない。なお、場のファシリテーションは認知症の人とみんなのサポートセンターの代表や副代表が担う一方で、認知症の人から出た疑問や思いに応えるのは、認知症の人であり、その場のエンパワメントをつくりだしているのは参加している認知症の人である。

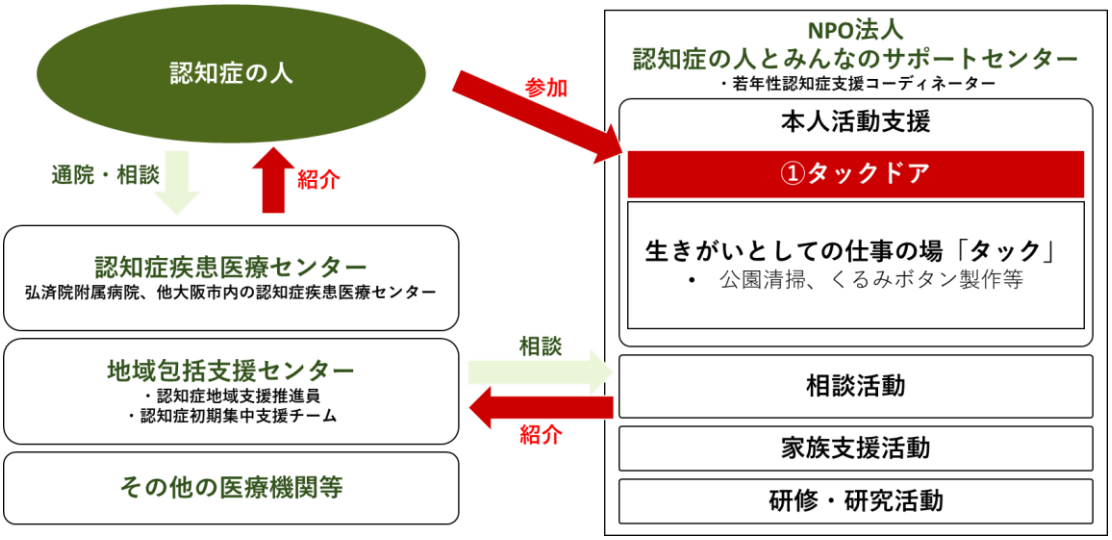
「ハルカスでの相談会」においては、明確にピアサポーターの役割を担う本人相談員が１名参加している。本人相談員は、認知症の人からの質問や思いに対して自身の体験や思いを語り、お互いに学びあう関係性を創り出している。なお、本人相談員には、NPO 法人認知症の人とみんなのサポートセンターより交通費のみ支払われている。

- 診断からピアサポート活動につながるまでの流れ

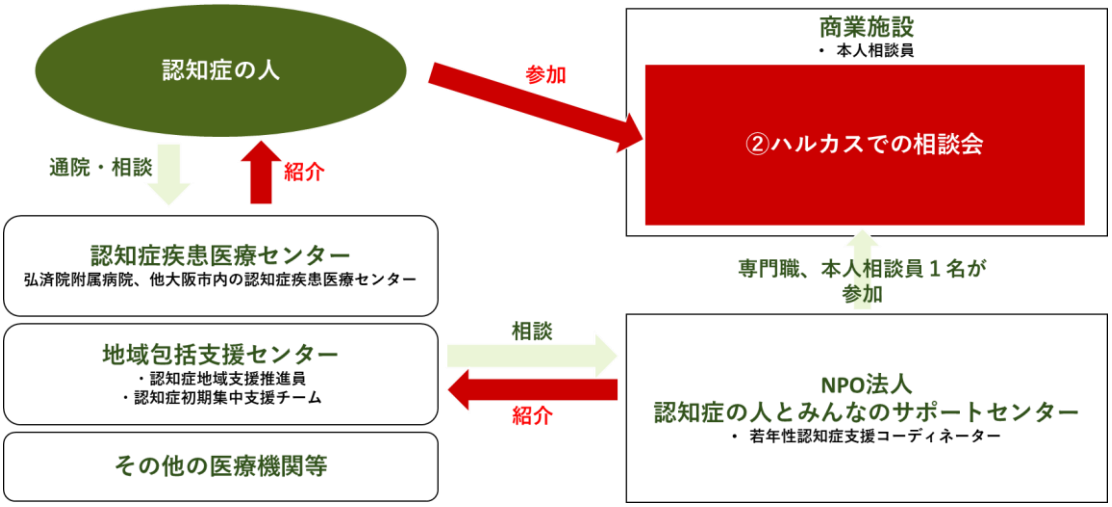
認知症の人が「タックドア」や「ハルカスでの相談会」につながる経路は様々である。弘済院附属病院をはじめとした認知症疾患医療センター経由で紹介されることもあれば、地域包括支援センターや認知症初期集中支援チーム経由でつながることもある。また、電話相談等を通じて、NPO 法人認知症の人とみんなのサポートセンターで直接連絡を受けることもある。なお、NPO 法人認知症の人とみんなのサポートセンターは、2016 年度～2023 年度は大阪府から若年性認知症支援コーディネーターの委託を受け、

2023 年 11 月からは大阪市若年性認知症支援強化事業、2024 年 4 月からは大阪市若年性認知症支援コーディネーターの委託を受けており、認知症の人やその家族等の相談を受け付けている。

＜タックドア＞



＜ハルカスでの相談会＞



● ピアサポート活動の中で大事にしていること

ピアサポートとは、当事者同士がお互いに支え合うことだと考えている。ピアサポーターという明確な立場を置かないことで水平の関係を維持し、参加者全員がアドバイスをするだけでなく、自身もアドバイスを受けることができる関係性を大切にしている。

また、ピアサポートに関わる専門職としては、自分自身がバックアップする立場であることを自覚することを大切にしている。ピアサポート活動における主体は認知症の人

であり、認知症の人同士が話せる場をつくることが大切である。

- ピアサポート活動における課題・必要な支援

関係機関のピアサポート活動に対する理解が十分でないために、診断直後にピアサポート活動につながりにくい点が課題となっている。認知症の人が診断直後にピアサポート活動の情報を得ることができるという観点でも、医療機関と連携したピアサポート活動を推進していくという観点でも、医療機関のピアサポート活動に対する理解は重要である。

また、ピアサポーターの役割を担う認知症の人は限られており、より多くの認知症の人に出会うことができる場につないでいく等、広がりのある取組の展開が必要である。その中からピアサポーターが生まれてくる。

＜活動の様子＞

A 区での紙芝居披露の後グループワークに参加

ハルカスでの相談会の様子

④　大阪府大阪市「大阪市立弘済院附属病院」

● 基本情報

実施主体	大阪市立弘済院附属病院 （地域型認知症疾患医療センター） ※　大阪市立弘済院附属病院は、大阪市の直営施設として認知症疾患医療センターの指定を受け、「診断後等支援機能」の一環として本人サポートの会を実施。 ※　認知症疾患医療センター運営事業費より、運営に関わる NPO 法人認知症の人とみんなのサポートセンター 代表（大阪市若年性認知症支援コーディネーター）に謝礼金を支給。
名称	本人サポートの会 ①本人交流会 ②家族交流会 ③個別相談
類型・活動日	毎月第１水曜日　11:00-15:00 毎月第３水曜日　11:00-14:00

● ピアサポート活動に取り組み始めた経緯

弘済院附属病院では、「特に若年性認知症や初期の認知症と診断され告知を受けた認知症の人と家族には、病院に受診するだけでなく、専門的な情報提供や支援、診断早期から思いや悩みが共有できる場・ピアカウンセリングの場が重要」と考え、2005 年 12 月から「本人サポートの会」を開始した。診断後支援が別の日程であったり、遠方であるとつながらなかったりすることがしばしば経験されたことから、開始当初から、外来と並行して開催し、受診と会への参加を同日に行えるように時間を設定した。

当初は、認知症の人と家族を一緒にサポートする交流会として開始した。2015 年までは、毎月 1 回木曜日に定例会として開催し、午前の部（11:00-12:00）・午後の部（13:00-15:00）いずれも、認知症の人と家族は別室に分かれて、それぞれ交流会に参加する形式であった。

2015 年頃からは若年性認知症の初期・軽度の参加者が増え、それぞれが抱える課題やニーズが異なる状況をふまえ、個別性に配慮した支援方法を検討した。午前の部はそれまで同様に認知症の人と家族が別室でそれぞれ交流会に参加、午後の部については、偶数月は専門職スタッフによる勉強会、奇数月は交流会と並行した個別相談を実施するようになった。

また、移動上の困難がある中でも遠方からの参加者があったり、認知症の人と家族のニーズに対応しきれずタイムリーな支援が難しかったりすることから、回数を増やし、

月２回第１・３水曜日に定例会を開催することにした。

2020 年から 2022 年はコロナ禍での開催となったこともあり、個別相談に特化した。

2023 年からは交流会も再開し、現在に至る。午前の部は認知症の人・家族それぞれで交流会（「本人交流会」「家族交流会」）を行い、午後の部では専門職による「個別相談」を行う形式としている。

- ピアサポート活動の目的・コンセプト

大阪市立弘済院附属病院では、若年性認知症外来（毎週水曜日）と本人サポートの会を併置し、“診察後すぐに近くで相談できる場”を院内に設けることにより、本人・家族が新たな別の相談支援機関に行くことのハードルを下げ、シームレスな支援を行うことを目的としてピアサポート活動を推進している。

- ピアサポート活動の具体的な活動内容

現在は、毎月第１・３水曜日に弘済院附属病院内の一室で開催している。対象は弘済院附属病院の患者であり、認知症の診断を受けた人とその家族としている。11:00-12:00 は認知症の人同士の「本人交流会」、家族同士の「家族交流会」をそれぞれ開催し、13:00-15:00 は専門職との「個別相談」の時間としている。活動中の出入りは原則自由としており、活動の途中で診察に呼ばれる人もいる。

「本人交流会」は、第１水曜日と第３水曜日で活動内容を変えており、認知症の人がそれぞれの意向にあった会に参加できるようにしている。第１水曜日は話すことをメインとした活動を行い、おしゃべりが好きな人や初期・軽度の人が参加する傾向にある。休職中や仕事を辞めた後の人が多く、仕事について思っていること等について話す環境を整備することが意識されている。一方で、第３水曜日はコラージュ制作を行うため、作業を好む人や中等度・重度の人が参加する傾向にある。ファシリテーションは連携先の NPO 法人認知症の人とみんなのサポートセンター代表（大阪市若年性認知症支援コーディネーター）が担うが、認知症の人それぞれが話す機会を持てるように意識しながら、参加者みんなで活動を進めている。

なお、活動内容を分けた背景は、参加者の状況が多様であることから、活動の仕方が複数あることで選択が可能となり、参加しやすさや楽しさに影響することを考慮した。

「家族交流会」は、本人交流会と並行して開催しており、公認心理師がファシリテーションを行いながら日常生活における悩みや工夫等について意見交換を行う場となっている。また、「個別相談」は専門職が受け付け、午後の時間を活用して希望に応じて実施している。

● ピアサポート活動の実施体制

大阪市立弘済院附属病院は、大阪市より認知症疾患医療センターとして指定を受け、近年では「診断後等支援機能」の一環として「本人サポートの会」を実施している。外部から参画している NPO 法人認知症の人とみんなのサポートセンター代表（大阪市若年性認知症支援コーディネーター）には、認知症疾患医療センター運営事業費より謝礼金を支給している。

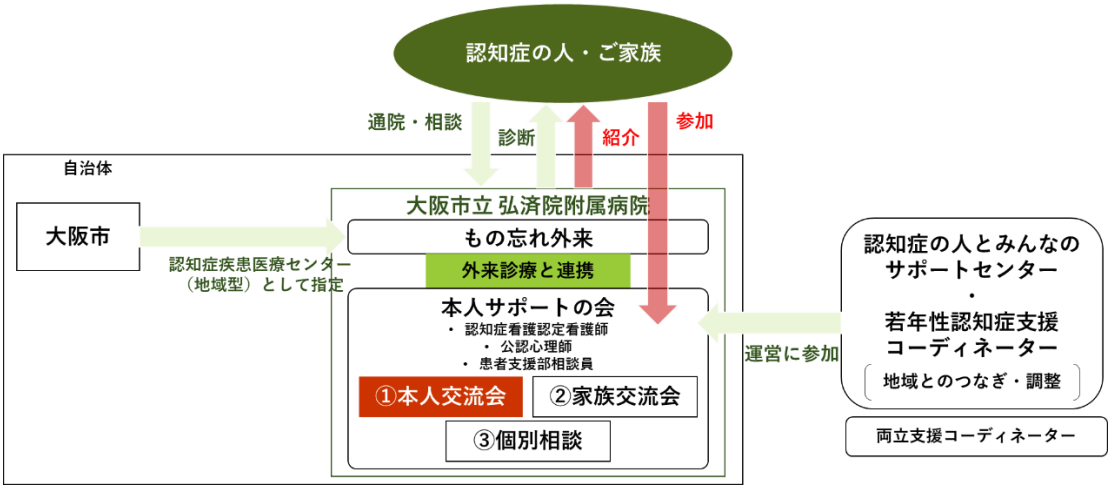
● 認知症の人や家族等の運営への参画状況

NPO 法人認知症の人とみんなのサポートセンター代表（大阪市若年性認知症支援コーディネーター）が中心となってファシリテーションを行う。

なお、基本的にはピアサポーターという任命はしていない。会の開催自体に長い歴史があることから、長年参加しておりリーダーとなる人がピアサポーターとしての役割を担う時期があり、そのような場面もある。なかには、講演会に登壇している参加者もいる。診療のための通院をしなくなってからも参加している人も少なくない。

● 診断からピアサポート活動につながるまでの流れ

基本的に、大阪市立弘済院附属病院を受診した人を対象に、医師が活動を紹介し、希望者は診断直後から本人サポートの会に参加する。診察室の近くに会場を配置し、外来診療後の流れで参加ができるようになっており、参加者の多くがコンスタントに参加している。



● ピアサポート活動の中で大事にしていること

参加者に「認知症の人は自分だけでない」ということを知ってもらうこと、そして診断後、認知症の人それぞれの状況に応じて適切な場につながる「きっかけ」となること

を大事にしている。活動の運営にあたっては、新しい参加者が参画しやすいようにするためにはどうすればよいかを考えることを大切にしている。

- ピアサポート活動における課題・必要な支援

このようなピアサポート活動は、現在の診療報酬等には直接紐づかない。病院管理側からは、経営や、例えば医療安全等の観点から、認知症の人にとって良い取組の推進にギャップが生じうる点は課題である。認知症疾患医療センターにおける「診断後等支援機能」は要綱で規定されたが、医療現場でピアサポート活動を推進するための病院としての制度整備は、不十分である。

医療機関、特に多くの診療科を擁する「病院」における実施体制を確立するためには、認知症疾患医療センター内のみならず、医療機関全体としての体制整備が必要である。組織としての理解をはじめ、開催内容に対する責任、人員体制の確保、取組に対する診療科間の認識共有、医療安全、感染対策など様々な課題がある。

⑤　鳥取県鳥取市「おれんじドアとっとり」

● 基本情報

実施主体	鳥取県鳥取市 ※　地域支援事業のうち、ケア向上事業の一環として実施している。
名称	①　おれんじドアとっとり ②　おれんじミーティング
類型・活動日	①　１月、２月、４月、６月、８月、９月、10 月、12 月 第４木曜日午前 10 時～12 時 （１時間/人、予約制） 渡辺病院南館１階　第３アクティビティ室 ②　３月、５月、７月、11 月 第４木曜日午後２～３時 鳥取市役所本庁舎　多目的室１

● ピアサポート活動に取り組み始めた経緯

鳥取県内では、認知症の人による「本人ミーティング」が、従前から県事業として開催されてきた。本人ミーティングは、認知症の人同士が経験や思いを語り合い、その声を起点に施策等に活かす場として機能してきたが、その過程で「もっと早く他の認知症の人に会いたかった」という声が参加者から挙がった。このような問題意識のもと、認知症の人、鳥取市、認知症疾患医療センターが協議を重ね、2019 年に鳥取市が実施主体となり、認知症疾患医療センターを会場とする１対１のピアサポート「おれんじドアとっとり」を開始した。会場として同センターを選定したのは、他院に通院する者も含め、誰もが気兼ねなく参加できる中立的かつ安心な場を確保するためである。その後、参加者から「もっと多様な人の話を聞きたい」「家族やケアマネジャーとも一緒に話したい」といった要望も寄せられるようになり、複数人で語り合う「おれんじミーティング」を開始した。これにより、個別での対話（おれんじドアとっとり）・複数人による対話（おれんじミーティング）・本人の声を起点に施策に活かす話し合いの場（本人ミーティング）という複数の選択肢をそろえた体制が整備された。

● ピアサポート活動の目的・コンセプト

鳥取市で行うピアサポート活動は、ピアサポートの実施自体を目的化せず、ピアサポートを受けた認知症の人が「次の一歩」につながり、自分らしい暮らしを継続していくことを目的としている。認知症の人とその周囲にいる家族や専門職等が共に次の行動を考え、本人の意思や状況に応じて必要な場へとつなぐことを大切にしている。

１対１で深く話したい方には「おれんじドアとっとり」、複数で多様な声を聞きたい方には「おれんじミーティング」、本人同士で語り合い、仲間と一緒にまちづくりに参画したい方には「本人ミーティング」、その他認知症カフェや地域のサロン等、本人の希望や状況に応じて関わり先を選べるようになっている。

- ピアサポート活動の具体的な活動内容

「おれんじドアとっとり」は、１対１のピアサポートであり、年８回、第４木曜日の10 時から 12 時に開催している。事前予約制で、１人あたりの対話時間は原則 60 分としている。認知症疾患医療センターの個室を用いる来所型を基本とし、参加者の居住地等に応じて地域包括支援センター、公民館、ピアサポーターが通うデイサービス等での出張型のピアサポート（出張おれんじドア）も行っている。

おれんじドアとっとりでは、ピアサポーターが対話の主体となるが、次の一歩につなげるため、本人の意向に沿って家族、ケアマネジャー、認知症地域支援推進員、精神保健福祉士（PSW）等が一緒に話し合いに参加する場合がある。終了後は本人ミーティング等の他の活動の案内や、日常生活の見直しを関係者とともに行うこととしている。

「おれんじミーティング」は複数人の語り合いの場であり、年４回、第４木曜日の午後２時から３時に鳥取市役所本庁舎で開催している。１回の参加者は約 20 名である。認知症の人と家族に加え、認知症地域支援推進員、ケアマネジャーや事業所スタッフ等の支援者、地域住民も参加している。１対１中心の「おれんじドア」と異なり、立場の異なる参加者が日々の暮らしを語り合っている。参加者の中には、家族が他参加者の話を聞くことで自身の関わり方を見直し、本人と共に携帯電話の再購入に踏み出すといった具体的なケースもみられる。

- ピアサポート活動の実施体制

実施主体は鳥取市であり、地域支援事業（ケア向上事業）の一環として位置付けて取り組んでいる。活動開始直後は、ピアサポートの重要性を理解していても、自分が認知症であることを受容できていない認知症の人に対し、ピアサポートを紹介できない認知症地域支援推進員が多かったが、連絡会での議論などを重ね、「活動への参加の可否は本人が決める」「診断の有無や本人が受容できているか否かに関わらず、出会った初期に“鳥取ではこんな取組があるよ”と、必ず本人に伝える」と方針を決めたことで、多くの認知症の人に周知することができ、その結果、認知症地域支援推進員を介した紹介や同席が大幅に増加した。実務的には、鳥取市中央包括支援センターが「おれんじドアとっとり」の申込管理を担い、各地域の認知症地域支援推進員からの相談や連携の窓口となっている。

● 認知症の人や家族等の運営への参画状況

鳥取市では、本人の意向を確認しながら、１年ごとにピアサポーターとしての活動依頼をしており、活動回数に応じた謝金を支払っている。令和７年度は、２名の認知症の人に依頼している。有償の活動とすることで、市とピアサポーターが対等かつ持続的な協働関係を築けている。

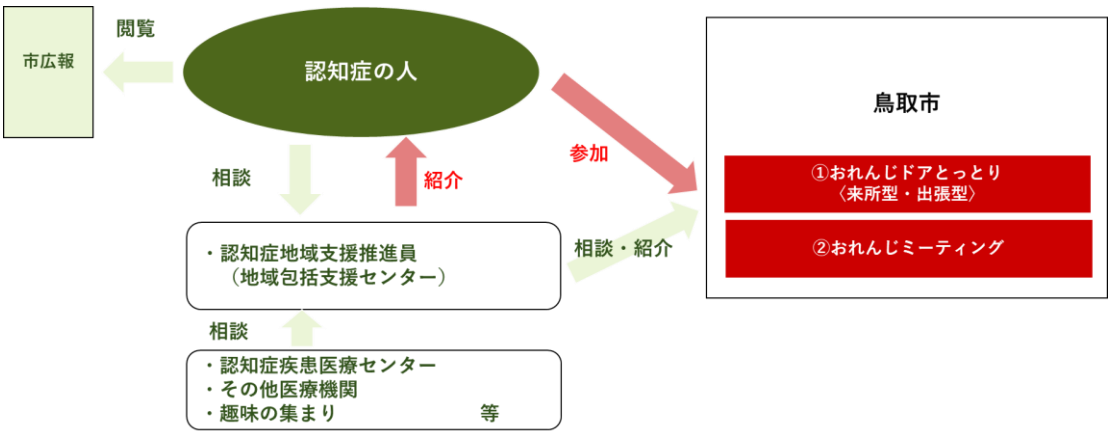
ピアサポーターは、ピアサポート活動の場で対話の進行を行い、自らの経験等を伝えている。

● 診断からピアサポート活動につながるまでの流れ

「おれんじドア」の主な入口は、地域包括支援センターに配置されている認知症地域支援推進員による紹介であり、認知症地域支援推進員が認知症の人と対話し、意向を確認した後、中央包括支援センターに申込・相談を行う仕組みである。その他の入口として、市広報、趣味の会等での口コミや活動の広がりを通じた紹介や認知症疾患医療センター等医療機関からの紹介もある。

また、「おれんじミーティング」は予約制ではなく、申込管理を行っていない。そのため、地域住民同士が誘い合って参加することや、医療職・介護職の方と一緒に参加すること等もあり、地域住民や専門職を含めた多様な人を介して認知症の人とつながる場となっている。

本人ミーティングから参加する認知症の人や、まず「おれんじドアとっとり」に参加してから他の活動へ参加する人、まず地域活動（趣味の会・デイサービス等）に参加してから本人ミーティングへ参加する人など、ピアサポート活動を含めた活動への参加経路は多様である。



- ピアサポート活動の中で大事にしていること

　ピアサポート活動は、同じ立場の認知症の人同士の場だからこそ、自身の状況を語り、互いに良い情報を伝え合うことで、認知症とともに暮らすスタートとなる場として機能している。また、対話を通して、「今のあなたで良い」「あなたに元気になってほしい」「こんな工夫をすると暮らしやすくなる」と伝え、参加者が自己肯定感を取り戻し、自信をもってもらうことを手助けしている。

　また、家族やケアマネジャー、認知症地域支援推進員もピアサポート活動の場に参加するため、本人の語りを聞きながら「本人に必要な人やものは何か」を一緒に考える機会となっている。認知症の人同士の対話を見守り、体感することで、関係者の視点変容にもつながっている。

　もちろんピアサポーターが楽しいと感じることは大事だが、それだけではなく、ピアサポーター自身も前を向いて生きている姿を示していきたいという思いがある。鳥取市では、ピアサポートを目的ではなく「きっかけ」と位置付けており、本人が元気になるためにも、自分に合う方法を考えるためにも、他の人の考えや経験を聞いていくことは重要だと考えている。だからこそ、ピアサポートだけを受ければ良い、本人ミーティングだけに参加すれば良いといった切り分けをするのではなく、本人の意向や状況に応じて関わる活動を選ぶことができるような体制を整えている。

- ピアサポート活動における課題・必要な支援

　現在は市内唯一の認知症疾患医療センターを活用しているが、今後は各圏域で認知症の人同士が出会える場の整備が必要である。ピアサポートに参加した後も悩み続ける方がいる一方、デイサービスや他の地域活動に活き活きと参加している人もいるため、ピアサポートだけに頼るのではなく、地域資源への確実な接続を強化する必要がある。

　また、「おれんじミーティング」が「もっと多様な人の話しを聞きたい」という声から始まったように、多様な認知症の人と出会う場を作っていきたい。鳥取市で暮らしている多様な考えを持つ、多くの認知症の人が、それぞれの身近な場で、それぞれの得意なことを活かした方法で活動できるようにサポートをしていきたいと考えている。

＜活動の様子＞

⑥　香川県三豊市「三豊市立西香川病院」

● 基本情報

実施主体	三豊市立西香川病院 （認知症疾患医療センター） ※　三豊市立西香川病院は、香川県より認知症疾患医療センター運営事業を受託し、「診断後等支援機能」の一環としてピアサポート活動を実施。 ※　認知症疾患医療センター運営事業費より、運営に関わる当事者相談員、当事者相談員の家族、カフェスタッフに給与を支給。
名称	オレンジカフェ
類型・活動日	毎週金曜日 10:00-15:00

● ピアサポート活動に取り組み始めた経緯

2014 年に開設したオレンジカフェ（認知症カフェ）をピアサポートの場として活用し、2017 年よりピアサポート活動を開始した。

きっかけは、2017 年に開催した認知症啓発イベントに登壇した認知症の人による後押しだった。講演後の交流会において、西香川病院に通っていた認知症の人が登壇者から「笑顔を悩んでいる当事者のために活かしてほしい」との言葉をもらい、認知症当事者相談員としての活動が始まる。当初は、認知症本人大使（希望大使）１名が当事者相談員（非常勤職員）として、自身の経験を話したり、当事者の話を傾聴したりすることを通じた支援を実施していた。

現在は、認知症当事者相談員（非常勤職員）は３名に増え、それぞれオレンジカフェにてピアサポート活動を推進している。

● ピアサポート活動の目的・コンセプト

三豊市立西香川病院にて診断を受けた人（特に診断直後の人）の心理的支援を目的としている。三豊市立西香川病院の敷地内にある職員宿舎の部屋にてピアサポート活動を実施しており、ゆったりとした雰囲気のなかで、認知症の人同士またその家族同士が話し合い、関わりあうなかで心の回復を図ることを目指す。「今の自分でも大丈夫」と、認知症である自分を自己受容できるように取り組んでいる。

● ピアサポート活動の具体的な活動内容

毎週金曜日 10:00-15:00 に、三豊市立西香川病院の敷地内にある職員宿舎の部屋にて

ピアサポート活動を実施している。運営は、病院で働く当事者相談員（非常勤職員）３名、当事者相談員の家族（非常勤職員）３名、カフェスタッフ（非常勤職員）１名のほか、認知症疾患医療センタースタッフ２名で行っている。

ピアサポート活動としては、「ピアカウンセリング」「ピアサポート」「ピア活動」の大きく３つの取組がある。

初診を終えて初めてオレンジカフェに参加する人やその家族は、まず「ピアカウンセリング」に参加し、当事者相談員と個別に話す機会をもつ。当事者相談員が自身の状況に違和感を覚えたり、診断を受けたりした際のことについて話す等、認知症の人同士の個別支援の位置付けとしている。認知症の人同士の対話の機会として位置付けられるが、初回は認知症の人の家族、認知症疾患医療センタースタッフも同席する。家族も同席するのは、認知症の人の生活のなかで家庭での時間が最も長く、家族にも認知症の人の思いを知ってもらう必要があると考えるためである。また、認知症疾患医療センタースタッフも同席するが、認知症の人の声を遮って家族だけが話したり、当事者相談員が「仕事」としての役割に大きなストレスを感じすぎたりしないように、当事者相談員が安心して取り組める環境整備に徹している。

オレンジカフェへの参加が２回目以降（あるいはピアカウンセリングを終えた人）は、「ピアサポート」に参加する。「ピアサポート」では、「ピアカウンセリング」とは異なり、認知症の人やその家族が複数人で輪になり、おしゃべりをしたり、認知症に関する悩みについて話し合ったりする。その日の参加人数によって、カフェスタッフや認知症疾患医療センタースタッフがグループ分けを行う。各グループには、当事者相談員（認知症の人のグループと家族のグループに分けるのが基本だが、その場合には、後者のグループには当事者相談員の家族）が参加し、運営に携わる当事者相談員、当事者相談員の家族、カフェスタッフ、認知症疾患医療センタースタッフのいずれかが加わるようにしている。運営メンバー（特に、認知症疾患医療センタースタッフやカフェスタッフ）は、必要に応じて会話の輪に入りつつ、参加者が安心して話すことができる環境づくりを行っている。

また、通常は三豊市立西香川病院の敷地内にある職員宿舎にて活動しているが、金刀比羅宮に行く等、三豊市立西香川病院から地域に出て活動する「ピア活動」も２か月に１回行っている。

● ピアサポート活動の実施体制

三豊市立西香川病院は、香川県より認知症疾患医療センターとして指定を受け、「診断後等支援機能」の一環として「オレンジカフェ」におけるピアサポート活動を実施している。

当事者相談員（非常勤職員）、当事者相談員の家族（非常勤職員）、カフェスタッフ（非

常勤職員)、認知症疾患医療センタースタッフが中心となって運営を行い、認知症疾患医療センタースタッフ以外については、認知症疾患医療センター運営事業費から時給1,200円程度の給与が支払われている。

毎週金曜日のピアサポート活動後には、運営に関わる人で集まり、参加者１人１人のその日の様子や話した内容等を共有し、「振り返り」の時間をもつ。また、月に１回は、主治医も交えた「カフェカンファレンス」を実施し、認知症の人の状態の共有やより良い/必要とされている診断後支援について検討を行う。

「ピアカウンセリング」「ピアサポート」「振り返り」「カフェカンファレンス」は、いずれの様子も参加者の許可を得たうえでカメラにて撮影しており、医師に共有され、必要に応じて今後の診察に活用できる仕組みを構築している。言葉だけでなく、「認知症の人が、どのような状況、どのような発言で、どのような表情をされていたのか」「ピアサポーターのどのような言葉や表情・態度によって認知症の人が変わるのか」等の非言語的コミュニケーションも含めたピアサポート活動に関する医療従事者の学びにもつながっている。

- 認知症の人や家族等の運営への参画状況

当事者相談員（非常勤職員）は、「ピアカウンセリング」「ピアサポート」だけでなく、ピアサポート活動後に運営メンバーで行っている「振り返り」「カフェカンファレンス」にも参画し、より良いピアサポート活動について医師、認知症疾患医療センタースタッフ等とともに話し合い、より良いピアサポート活動を検討している。

- 診断からピアサポート活動につながるまでの流れ

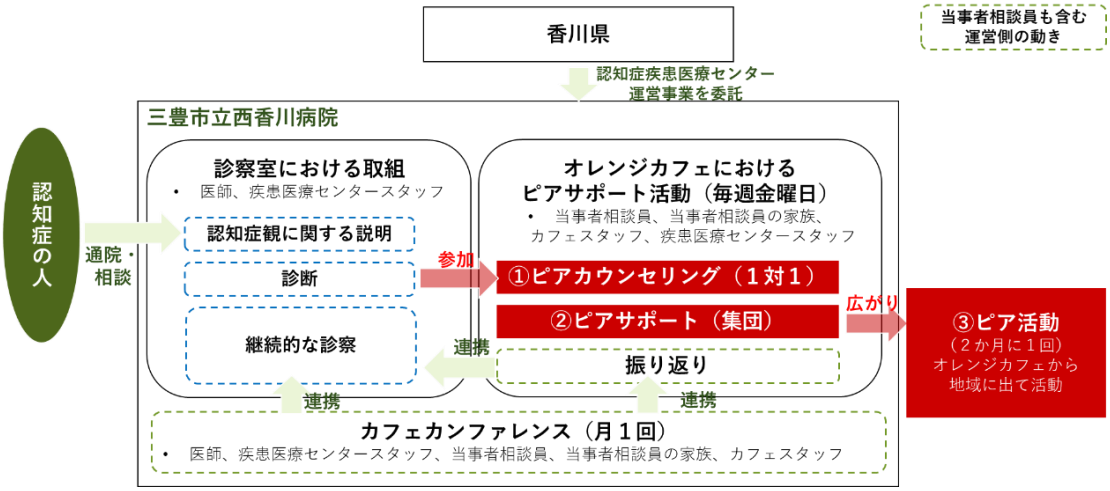
ピアサポート活動は、基本的には三豊市立西香川病院にて認知症の診断を受けた人を対象に紹介している（希望があれば、受診前や軽度認知障害の人も参加している)。

まず、初診にて認知症の診断を行う前に、医師や認知症疾患医療センタースタッフから、認知症に対する悪いイメージや偏見、誤解について説明を行い、専門職側でできるだけ認知症観の改善を図る。そのうえで、認知症の診断を行い、基本的に「ピアカウンセリング」が必要と判断した人に、「オレンジカフェ」を紹介し、認知症の人の意思を確認したうえで、次回受診日に合わせて「オレンジカフェ」の初回利用を調整する。

「オレンジカフェ」の初回利用時は、当事者相談員（非常勤職員）との「ピアカウンセリング」を行う。「ピアカウンセリング」にあたっては、主治医からの参加者に関する情報（認知症の程度、心理状態、認知症の受け入れ状況、家族との関係等）をもとに、担当する当事者相談員と認知症疾患医療センタースタッフが事前に打ち合わせを実施する。

「ピアカウンセリング」終了後、そのまま隣の部屋で実施している「ピアサポート」

に参加する人も入れば、次回通院時に合わせて「ピアサポート」に移行する人もいる。２回目以降のピアサポート活動については自由に利用ができ、受診のついでに参加する人、毎週通う人等、参加頻度は様々である。



● ピアサポート活動の中で大事にしていること

認知症に対するネガティブなイメージを一新し、診断後のショックを小さくすること、また認知症は誰もがなりうることをしっかりと伝えることで、心理的支援に寄与することを大切にしている。

そのうえで、診断時の気持ちの受容と共感を大切にしている。当事者相談員（非常勤職員）が認知症の診断を受けた際の気持ちや感情を受け止め、共感することで、医療職や専門職の説明だけではカバーしきれない認知症に対する思いや自己受容を支援する。

また、認知症の人同士が話し合い、自己受容できるような場を提供するため、家庭的で話しやすい雰囲気づくりを心掛けている。そのため、グループ分け等を行う場合には、新しい認知症観を持ち、前向きに生活している人が各グループに数名参加するよう工夫している。

自分自身の経験について語り合い、「（認知症と診断されたのは）自分だけではない」と感じることで孤独感を和らげる環境づくりも意識している。なお、認知症だけでなく、世間話も行い、仲間意識や信頼関係を強化し、より心情に近づいた話もできるように心掛けている。

認知症に対してネガティブな印象を持つ人の場合は、認知症の人と対話することに対して気が進まないことも多い。そのため、ピアサポート活動を紹介する場合には、まず直接活動の様子を見てもらい、認知症に対するイメージが一新できるように努めている。「新しい認知症観」という言葉もあるように、認知症を正しく理解することは、診断後の安心感につながる。

● ピアサポート活動における課題・必要な支援

特に、診断時の認知症の人の支援、「オレンジカフェ」へのつなぎにあたっては、専門職の認知症観のアップデートは必須である。認知症に対して、不安やつらさを軽減し、前向きな気持ちを引き出せる可能性を認知症の人自身がもっていることの理解が必要である。専門職の認知症観が悪すぎるために、初めから精神・心理的なアプローチを諦めてしまっている医療機関も多い。認知症と診断される人は決して一部ではなく、誰もがなりうることも併せてより周知する必要がある。また、ピアサポーターの拡充も課題となっている。

● ピアサポーターとして取り組む認知症ピアサポーターからの声

- ピアサポーターとしての取り組むことで、自身の自信につながっている。
- 人の役に立てることへの幸福感を感じることができている。

＜活動場所の様子＞

⑦　高知県高知市「ミーティングセンターKOCHI 実行委員会」

● 基本情報

実施主体	ミーティングセンターKOCHI 実行委員会（主催） ・ 高知家認知症希望大使 ・ 高知県若年性認知症支援コーディネーター ・ 高知県立大学 ・ 高知市基幹型地域包括支援センター
名称	ミーティングセンターKOCHI
類型・活動日	毎月１回、開催（不定期）

● ピアサポート活動に取り組み始めた経緯

「ミーティングセンターKOCHI」は、令和５年 10 月に、高知家認知症希望大使や高知県若年性認知症支援コーディネーター、高知県立大学、高知市基幹型地域包括支援センターが中心となって立ち上げた取組であり、認知症の人と家族を一体的に支援している。

若年性認知症支援コーディネーターが若年性認知症の人と出会う中で、認知症の人の意向に沿った居場所を探すため、地域包括支援センターに相談したり、認知症カフェへ参加したりもしたが、適切な資源にたどりつくことができなかったことを機に立ち上げを行うこととなった。認知症の人が必要とする居場所について、「自分たちが楽しいことをしたい」「認知症の人がしゃべれる場にしたい」「家族同士もつながったらいいな」「認知症の人と家族への一体的支援っていうのがあるらしい」との声があり、活動を模索していた。そのような状況下において、高知県立大学の永国寺キャンパスの教室と駐車場を活動の場として使えることになり、「とりあえずやってみよう」と始まった取組である。

初回は、若年性認知症支援コーディネーターが普段から「つながってくれたらよいな」「集ってほしい」と思っている 15 組程度に対して、チラシに一言手紙を添えて案内を出した。日頃から関係のある人の多くは若年性認知症の人だったが、直近で認知症の診断を受けた人、介護認定を受けていない人等を中心に声をかけた結果、４～５組程度の参加者が集った。

なお、「ミーティングセンターKOCHI」は、認知症の人と家族を一体的に支援しているが、ピアサポート活動の側面も持つ。認知症の人と家族の一体的支援事業は、本人ミーティング、ピアサポート、家族会、一体的支援等について、１つの事業ですべてできる柔軟さをもったリーズナブルな活動という建付けがあり、必要があれば事業内の取組の一環としてピアサポート活動も実施している。

● ピアサポート活動の目的・コンセプト

「出会い、やりたいことを話し合い、みんなで振り返り、良いことは続け、うまくいかなかった事はやらない、仲間や家族と一緒に挑戦する」場であることをコンセプトとしている。立場は関係なく、仲間としてみんながやりたいことを言い合える場となるように活動を推進している。

なお、「ミーティングセンター」はプログラムであり、高知県立大学を拠点としているものの、認知症の人との話し合いを通して出てきた「やりたいこと」を実現するため、教室の外に出て活動することも多い。

● ピアサポート活動の具体的な活動内容

現在は、高知県立大学の一室で月 1 回、不定期開催しており、毎回 10 組程度が参加している。認知症の人とその家族等と一緒に「叶えたいこと」や「やりたいこと」を話し合いながら、実際にそれらに取り組んでいる。高知家希望大使の言葉「『本人支援と家族支援』の双方の支援の大切さ」から認知症の人と家族への一体的支援事業（地域支援事業）として、ピアサポート活動も複合的に行っている。

認知症の人とその家族の他に、運営メンバーとしてミーティングセンターKOCHI 実行委員会メンバー数名、高知県立大学の学生数名が参加している。運営メンバーは簡単なファシリテーションは行うものの、活動において認知症の人が話しやすい環境づくりに徹している。

活動は、ひとつの機関の患者の会のように参加者の属性が偏らないよう、公共性の高い大学を中心に活動している。

高知県立大学での活動では、自己紹介や近況報告を行い、「好きなこと」「やりたいこと」「最近楽しかったこと」等について話し合うことが多い。話し合った内容については、学生が模造紙に書き出し、次の機会に実行できるよう計画を立て、1 つずつ実現していく。実際に地域に出て計画を実行し終えると、再度やりたいことについて話し合う場を設け、実行するというサイクルを繰り返している。なお、会の最後には、毎回当日の振り返りと次回の予定の確認をする。

ピアサポート機能は、毎月 1 回程度開催されている活動において行われるが、希望に応じて、自宅や居住地近くに訪問する出張型のピアサポートも行う。話し合いで決まった活動内容は、外出することも多く、その外出先で個別のピアサポートが行われることもある。外出しながら話をすることで、リラックスしたなかでの本音が聞ける場面もみられる。

● ピアサポート活動の実施体制

「ミーティングセンターKOCHI」では、高知家認知症希望大使や高知県若年性認知

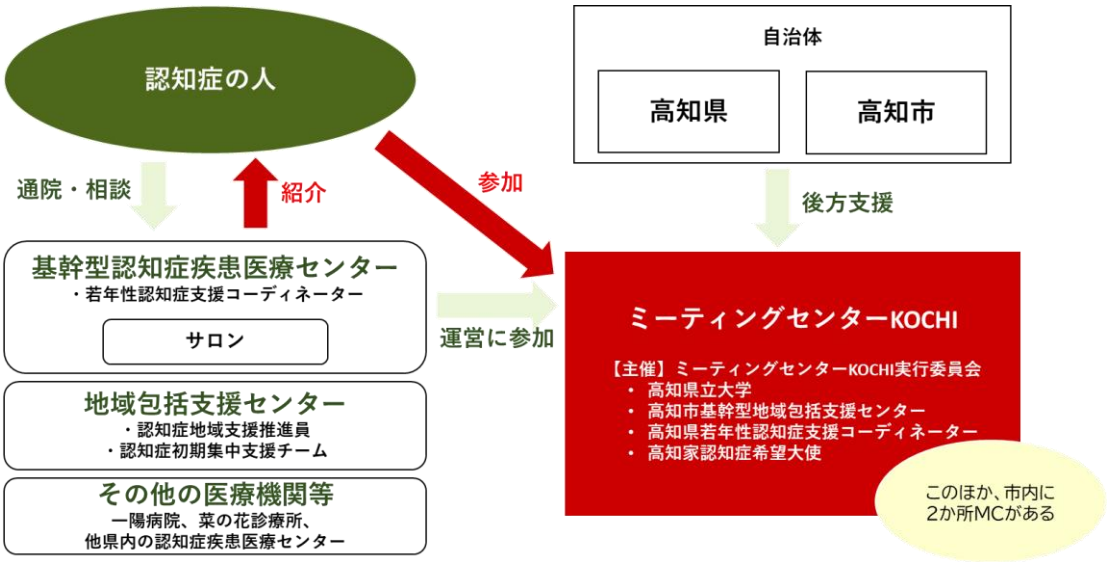
症支援コーディネーター、高知県立大学、高知市基幹型地域包括支援センター等からなる「ミーティングセンターKOCHI 実行委員」が中心となり運営を行っている。運営主体が行政になることでリスク等も含めて制限がかかることを避けるため、行政は運営主体としては関わっていないが、市の計画への反映、事業化、施策への反映等を通じて、後方支援を行っている。なお、現時点で自治体の予算措置はない。

- 認知症の人や家族等の運営への参画状況

高知家認知症希望大使がミーティングセンターKOCHI 実行委員の一員として企画から参画し、当日の活動にも参画している。また、「ミーティングセンターKOCHI」での活動は、参加している認知症の人の「やりたいこと」を起点として、活動内容を決めている。

- 診断からピアサポート活動につながるまでの流れ

「ミーティングセンターKOCHI」は、主に基幹型認知症疾患医療センターに配置されている若年性認知症支援コーディネーターから認知症の人に紹介されて参加につながっている。



- ピアサポート活動の中で大事にしていること

地域や社会とのつながりを大切にしたいと考え、医療機関の外において活動を推進している。ピアサポート活動で重要なのは、囲い込みにならないことであり、県や市が機能と環境づくりに伴走しながら取り組み続けることが重要である。

取組の広がり、継続にあたっては実質的な活動と人が最も重要と考え、同様の取組が広がるように見学者も多く受け入れている。

● ピアサポート活動における課題・必要な支援

今後活動を広げるにあたり、運営者がなかなか増えない状況がある。運営者をどのように確保し、育成していくかは課題である。

認知症の人をピアサポート活動につなげるためには病院とのつながりは必須だが、同時に医療機関だけでない「次のつながり」を持てる場も必要である。医療機関だけで完結するのではなく、その先の地域への広がりのある支援が必要である。

＜活動の様子＞

⑧　高知県南国市「一般社団法人セカンド・ストーリー」

● 基本情報

実施主体	一般社団法人セカンド・ストーリー ※　①だれでもつどえるセカンドストーリーは、基幹型認知症疾患医療センターが委託する高知県若年性認知症相談窓口、南国市地域包括支援センターが共催。
名称	①　だれでもつどえるセカンドストーリー ②　地域包括支援センター等からの依頼にもとづく個別相談 ③　事業所での電話相談等
類型・活動日	①　毎月第４木曜日 ②　不定期 ③　不定期

● ピアサポート活動に取り組み始めた経緯

一般社団法人セカンド・ストーリーは、認知症の人が暮らしやすい街を地域とともに創り、認知症になっても悪くないと思える地域社会づくりに寄与することを目的とし、令和４年４月に創設され、香南市・高知市で地域密着型通所介護事業所の運営等を行っている。

そのなかで、「自分がしんどい思いをしてきたから、もう誰にも同じ思いをしてほしくない」という認知症の人の声に基づき、南国市地域包括支援センターや基幹型認知症疾患医療センター、高知県若年性認知症相談窓口（若年性認知症支援コーディネーター）と協力しながら、「だれでもつどえるセカンドストーリー」を始めた。

また、香南市や高知市の地域包括支援センター、若年性認知症支援コーディネーターから依頼を受け、希望した認知症の人に対する「個別相談」を行っている。

さらに、香南市・高知市で運営している介護事業所に対して、認知症の人から架電があった際には、個別の「電話相談等」にも応じている。

● ピアサポート活動の目的・コンセプト

ピアサポーター自身がつらい想いをした経験から「もう誰にも同じ思いをしてほしくない」という思いで活動を推進している。

● ピアサポート活動の具体的な活動内容

「だれでもつどえるセカンドストーリー」は、一般社団法人セカンド・ストーリーが主体となり、南国市社会福祉協議会の一角を借り、毎月第４木曜日に開催している。認知症の人は７～８名が参加している。夫婦で参加している人もいるため、認知症の人・

家族で計 10 名程度である。参加者は「ここしか楽しみがない」「デイサービスには行きたくない」「この集まりが生きがいだ」と話し、毎月集まっている。当日の実施内容は、基本的に当日の参加者（認知症の人）が決める。認知症の人が集まり、やりたいことを実現していく場である。運営には、南国市の認知症地域支援推進員、基幹型認知症疾患医療センター（高知大学医学部付属病院）の若年性認知症支援コーディネーターや医療ソーシャルワーカー、地域包括支援センター（社協と同建物に所在）の職員４～５名が参加している。

地域包括支援センター等からの依頼にもとづく個別訪問は、香南市・高知市（一般社団法人セカンド・ストーリーの事業所所在地）の地域包括支援センターから「でいさぁびすはっぴぃを利用しているわけではないが、引きこもっている方がいるから、一緒に行ってほしい」との連絡があり、個別に訪問する。

「事業所での電話相談等」は、主に診断前の人から直接電話があり、高知家希望大使である山中しのぶ氏と話したいとの希望を受けて行う。

- ピアサポート活動の実施体制

いずれの活動も、一般社団法人セカンド・ストーリーの独自の取組であり、関わりのある地域包括支援センター、認知症疾患医療センター、若年性認知症支援コーディネーター等と連携をしながら取組を進めている。

- 認知症の人や家族等の運営への参画状況

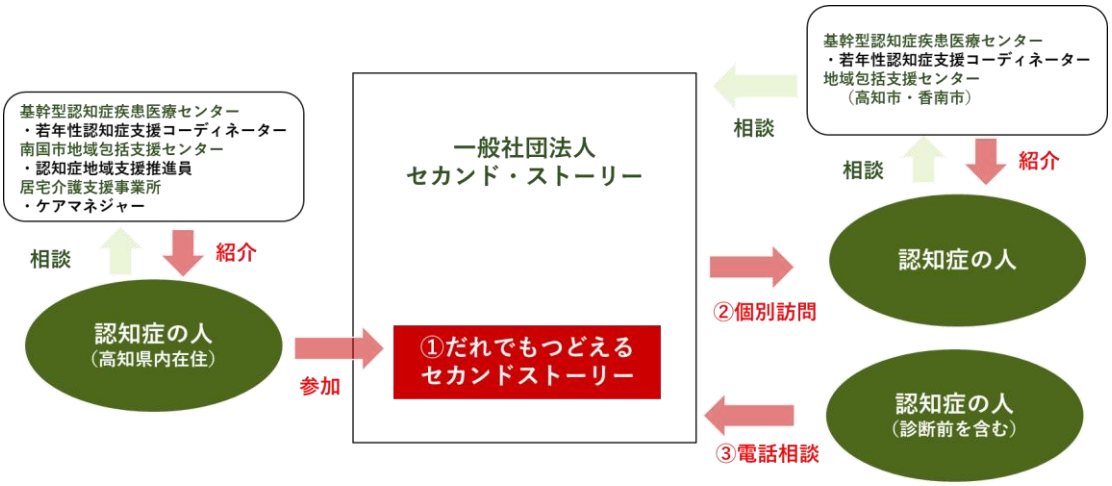
ピアサポーターや活動への参加者（認知症の人）とともに、実際の活動内容や運営方針について話し合いながら活動を進めている。

- 診断からピアサポート活動につながるまでの流れ

参加者が「だれでもつどえるセカンドストーリー」につながる経路は様々だが、地域包括支援センター・基幹型認知症疾患医療センターからの打診や、ケアマネジャーからの声がけによって参加に至ることが多い。

「地域包括支援センター等からの依頼にもとづく個別相談」については、前述の通り地域包括支援センターの職員等から連絡を受け、認知症の人の元へ訪問したり、個別相談を受け付けたりしている。

「事業所での電話相談等」は、インターネットや報道等の情報等を基に事業所である「でいさぁびすはっぴぃ」に認知症の人から直接電話をもらうことが多い。



● ピアサポート活動の中で大事にしていること

目の前の認知症の人がいかに認知症と診断されてから元気になっていくのかを考え、その人の家族との関係性を含めて相手のことを考えることを大切にしている。ピアサポート活動の中で過ごすたった 1 時間だけではなく、残りの 23 時間や他の日にも、よりよい暮らしを続けていくことができるようにつながることを目指している。ピアサポート活動で会う日以外にも、ピアサポーターとつながっている感覚をもってもらいたいと考え、ピアサポート活動をする際には、家族に対して否定をしないようにしている。ピアサポート活動においては、家族のことを考えながら、認知症の人を軸として取り組んでいる。

● ピアサポート活動における課題・必要な支援

ピアサポート活動は、認知症の人の「やりたい」という意思にもとづく活動であるべき。今後、ピアサポート活動が制度化され、例えば「認知症疾患医療センターの診断後支援として取り組むと加算がつく」といった枠組みができた場合に、認知症の人探しが始まり、認知症の人が利用される可能性を排除する必要がある。

認知症と診断されて、地域とつながれるための支援、大切なことを大切にし続けることができるための支援が大切である。

● ピアサポーターとして取り組む認知症ピアサポーターからの声

ピアサポートをされて、元気になって、希望になって、前を向いて歩いていけるようになった人が、他の人にも元気になってもらいたいという思いをもつことからピアサポート活動が始まる。実際に対象者の人と話していると自分の調子が悪くなることもあるが、「目の前の人に元気になってほしい」「認知症になって落ち込んでほしくない」という心を持ち続けることが大事である。

⑨　高知県須崎市「医療法人南江会一陽病院」

- 基本情報

実施主体	医療法人　南江会　一陽病院 ※　一陽病院は、高知県より認知症疾患医療センター運営事業を受託し、「診断後等支援機能」の一環としてピアサポート活動を実施。 ※　認知症疾患医療センター運営事業費より、運営に関わる当事者相談員に謝礼金を支給。
名称	①　認知症ピアサポート　認知症とともに生きるあなたのためのつどいの場「ちょっくら茶屋」 ②　認知症カフェ「いちょうの樹」
類型・活動日	①　毎月第１水曜日　10:00-12:30、13:30-14:30 ②　毎月１回（２時間）

- ピアサポート活動に取り組み始めた経緯

一陽病院では、元々、専門職が運営する認知症カフェ「いちょうの樹」を開催していた。認知症カフェ「いちょうの樹」は、診断後支援の取組として実施すると同時に、地域への認知症に関する普及を行う取組としても推進していた。病院での開催、多くの専門職の参加という特色をいかし、困っていることについて話しあう学びの場として提供されてきた。

一陽病院の患者が今後も地域の中でよりよく暮らし続けるために、病院の特性をふまえ、地域に合っている他の取組を検討していたとき、認知症の人からの実施意向があり、2023 年から認知症ピアサポート「ちょっくら茶屋」の取組も開始した。当初はそもそも認知症ピアサポート活動のニーズがあるのかどうかの不安もあったが、必要性を優先し、取組をはじめ今に至る。

- ピアサポート活動の目的・コンセプト

認知症の人が地域でより良い暮らしを続けることを目指し、認知症ピアサポート「ちょっくら茶屋」、認知症カフェ「いちょうの樹」を開催している。

- ピアサポート活動の具体的な活動内容

認知症ピアサポート「ちょっくら茶屋」は、毎月第１水曜日の 10:00-12:30、13:30-14:30 に、一陽病院の一室にて実施している。対象者は、一陽病院の患者のうち、認知症と診断された人及びもの忘れに悩む人であり、医師からの紹介を受け、希望があった場合に参加している。診察を受けに来た人が診察前後に参加することが多く、令和６年

度には認知症の人 30 名が参加した（延べ数）。実施時には病院のスタッフが１～２名同席し、また、家族やケアマネジャーが同席することもある。基本的には院内の会議スペースで実施するが、対象者の状況によっては、１対１で話す場合や、複数人で話す場合、さらには、ピアサポーターが病院の待合室に待機して、診察を待つ人の様子をふまえ、対象者に話しかける場合もある。毎回ピアサポーターが１名参加し、「ちょっくら茶屋」参加者の様子を見ながら、普段の生活や悩みについて話す。参加者の抱える悩みや体調によって、明るく和気あいあいとした雰囲気で進めることもあれば、真剣に話し合うこともある。

認知症カフェ「いちょうの樹」は毎月１回・２時間程度、院内の会議スペースで開催している。内容は月によって異なるが、カフェタイムやミニ講和等を実施している。また、「ちょっくら茶屋」への参加者に「いちょうの樹」を紹介することもあり、紹介を機に「ちょっくら茶屋」の参加者が認知症カフェ「いちょうの樹」に参加し始めることもある。

● ピアサポート活動の実施体制

一陽病院は、高知県より認知症疾患医療センターとしての指定を受け、「診断後等支援機能」の一環として認知症ピアサポート「ちょっくら茶屋」、認知症カフェ「いちょうの樹」を実施している。

認知症ピアサポート「ちょっくら茶屋」では、一般社団法人セカンド・ストーリーの代表を務め、かつ認知症の人である山中しのぶ氏と雇用契約を締結し、ピアサポーターとして任用している。ピアサポーターには、参加者のこれまでの「ちょっくら茶屋」への参加歴、氏名、どのような方か、誰と参加予定か、診断（告知）状況等について、整理したうえで、事前に共有される。ピアサポーターは、病院から共有のあった事前情報を理解しつつ、参加者を迎える。さらに、留意事項や知りたいことについて医師から追加で希望があり、事前にピアサポーターや同席する病院のスタッフに共有されることもある。なお、ピアサポート活動当日の様子については、取りまとめのうえ医師にも共有している。

活動には病院のスタッフも１～２名同席するが、基本的には認知症の人が話し合う場としている。病院のスタッフは、参加者やピアサポーターの体調をふまえたフォロー、医師との連携をはかるようにしている。

なお、ピアサポーターは、外部の職員として個人情報関連の契約も病院と結んでおり、１回あたり謝金 30,000 円・交通費 5,000 円の計 35,000 円の謝礼が支払われている

● 認知症の人や家族等の運営への参画状況

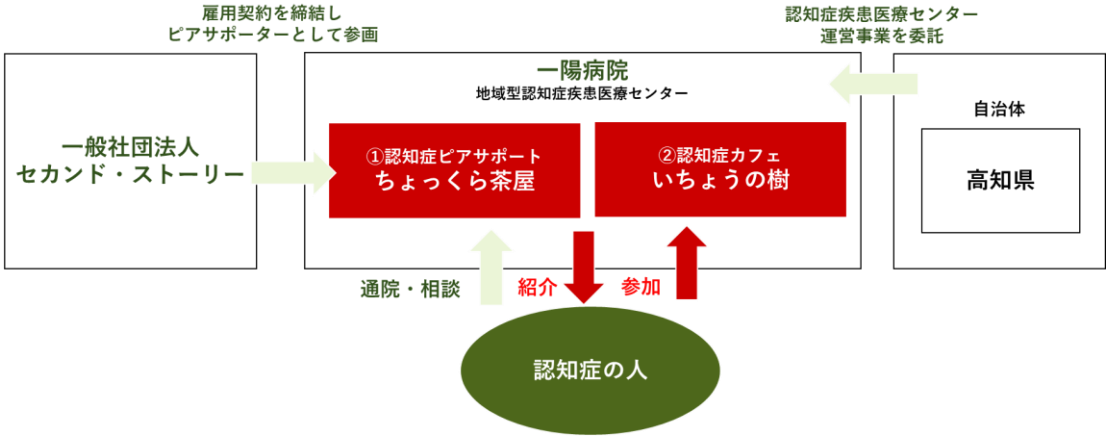
認知症ピアサポート「ちょっくら茶屋」については、毎回活動後にピアサポーターも

含めて振り返り会を行っている。運営方法や開催時間等について、病院のスタッフだけでなく、ピアサポーターも交えてより良い方法を検討し、都度更新している。これまでの活動をふまえて、実際に開催時間を変更したり、会議室だけでなく、待合室での声がけを始めたりしている。

- 診断からピアサポート活動につながるまでの流れ

認知症ピアサポート「ちょっくら茶屋」の参加者は、医師から活動について紹介を受け、参加につながる。

また、参加者や来院者等もふまえ、ピアサポーターが病院の待合室に待機し、診察の待ち時間に認知症の人に声をかける方法をとることもある。待合室のテレビにはピアサポーターの出演している番組を流しており「私は認知症である」と伝えたうえで、最初はたわいもない話をすることが多い。会話のなかで、相手がより深く話したいとの意向を示した場合には、個室に移動し、ピアサポート活動を行う。



- ピアサポート活動の中で大事にしていること

ピアサポート活動は１回で完結できるものではなく、「継続性」を大切にしている。続いていく暮らしのなかの様々な場面で直面する認知症の人の不安に向き合っていく必要がある。また、認知症の人だけでなく、家族等も参加し、認知症の人の気持ちを聴く場としても大切にしている。

- ピアサポート活動における課題・必要な支援

ピアサポート活動の推進にあたっては、資金面での課題がある。ピアサポーターにずっとボランティアで対応してもらうことは難しいと考えており、ピアサポート活動をしている人には、活動資金を支払う必要がある。また、職員として一緒に進めていきたいという思いもある。認知症疾患医療センターの事業としてピアサポート活動が位置付け

られても活動が広まらない背景には、補助金のなかでピアサポート活動を推進する難しさがある。現状は、人員についても要件があり、ピアサポート活動も認知症カフェも実施した場合の上乗せ方式となってしまっている

また、ピアサポーターを支える仕組みも重要である。ピアサポーター自身が体調の悪い日もあるが、一陽病院では臨機応変に対ピアサポーターの体調もふまえ、対応している。活動の継続性の観点からは、ピアサポーターをサポートするシステムも必要である。

- ピアサポーターとして取り組む認知症ピアサポーターからの声
  - 参加者が「元気になった」、「ここに来られて良かった」、「明日もがんばろう」と思うことができ、希望につながることが大事である。
  - 認知症の人によって、その人に合う“工夫”は異なる。その工夫を一緒に考えていくことが大事。自身が「こうやって工夫している」と伝えても、「あなたの考えであって、わたしには合わない」と言われることもある。

＜活動の様子＞

⑩　大分県大分市「大分県及び大分市」

● 基本情報

実施主体	大分県及び大分市 ※　※大分県は、「認知症ピアサポート活動支援事業」の事務局業務を有限会社なでしこ（通所介護事業所・なでしこガーデンデイサービス）に委託。 ※　※大分市は、大分県が実施する「認知症ピアサポート活動」に対して、「認知症ピアサポート活動支援事業に係る謝礼金支給に関する運用指針」を制定し、認知症ピアサポーター及び補助相談員に対する謝礼金を支給。
名称	①　どこでもオレンジドア ②　本人ミーティング
類型・活動日	①　どこでもオレンジドア 対象者から希望があった都度、活動している ②　本人ミーティング 毎月１回、開催している。

● ピアサポート活動に取り組み始めた経緯

大分県からの委託を受け、平成 26 年度に「若年性認知症ケア・モデル事業」を実施していた。当該事業では、「ハロージョブズカフェ」と名付け、対象者一人一人の要望に合わせ、それぞれに見合った仕事探し（洗車、除草、清掃作業等）及び一人一人の要望に合わせ、趣味や生活歴を活かした活動（料理、ドライブ、スポーツ等）のサポートを行っていた。そこで出会った若年性認知症の人からの「もっと診断後の早い段階で、ここにいる当事者の皆さんと出会えてたら良かった」という声を受け、診断直後の認知症の人同士の出会いの価値に気付いた。その後、令和元年度から大分県が開始した「認知症ピアサポート活動支援事業」の事務局業務を受託し、認知症相談（個別相談等）の実施、認知症の集いへの参加と本人ミーティングの開催、認知症施策についての会議・研修への参加等を開始した。

● ピアサポート活動の目的・コンセプト

認知症の診断を受けた本人であるピアサポーターが、自らの体験談や考えを話し、それを聞く認知症の診断を受けた方やその家族の不安を軽くし、前に向かって生きていくためのお手伝いをすることを目的としている。

● ピアサポート活動の具体的な活動内容

ピアサポート活動は、大分県「認知症ピアサポート活動支援事業」の認知症ピアサポーター養成研修を受講し、登録を受けた認知症ピアサポーターが活動している。令和５年 10 月現在、18 名が登録されている。

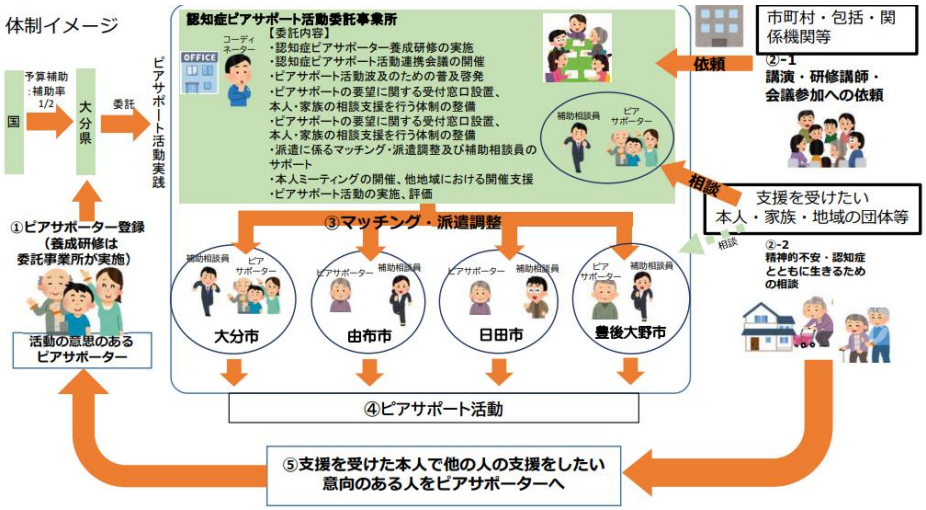
認知症相談（個別相談等）では、大分県若年性認知症支援コーディネーターや認知症地域支援推進員、地域包括支援センター、居宅介護支援事業所、その他相談機関・病院等からの依頼を受け、認知症の診断を受けた人及びその家族との個別相談を行っている。個別相談は、対象者の要望に沿って、自宅・医療機関への訪問（出張型）又はなでしこガーデンデイサービスへの来所（来所型）のいずれかで行っている。ピアサポート活動には、補助相談員として、ピアサポーターのパートナー（家族や支援者等）が同席している。

また、月１回開催している本人ミーティングでは、ピアサポーターが中心となり、前月の自分たちの活動等の振り返りや今後の活動、暮らしのあり方を模索している。毎回５名程度のピアサポーターが参加する他、多くの認知症の人、認知症ピアサポーター補助相談員、行政職員、若年性認知症支援コーディネーター、認知症地域支援推進員、地域包括支援センター、ケアマネジャー、家族、他の介護事業所の職員等多様な方が参加している。

● ピアサポート活動の実施体制

大分県は、「認知症ピアサポート活動支援事業」の事務局業務を有限会社なでしこ・なでしこガーデンデイサービスに委託している。なお、事業予算のうち、２分の１は国からの補助を受けている。

＜体制イメージ＞



出所：大分県資料

また、大分市は、大分県が実施する「認知症ピアサポート活動」に対して、「認知症ピアサポート活動支援事業に係る謝礼金支給に関する運用指針」を制定し、大分市からの依頼分に関しては、大分市から認知症ピアサポーター及び補助相談員に対する謝礼金を支給している。謝礼金は１人１回あたり 5,000 円と設定し、地域支援事業を財源としている。

なお、大分市では、医療法人明和会　佐藤病院に若年性認知症支援コーディネーター及び認知症地域支援推進員を配置している。日頃から有限会社なでしこ　なでしこガーデンデイサービスと密に連携していることから、認知症の診断を受けた対象者からの希望があった場合、医療機関から有限会社なでしこ　なでしこガーデンデイサービスに直接依頼が入ることも多くある。

● 認知症の人や家族等の運営への参画状況

ピアサポート活動の運営にあたり、認知症の人が希望し、条件を満たした場合、認知症ピアサポーターとして登録を受け、活動に参画することができる。また、その家族も補助相談員として個別相談に同席する等のサポートを行っている。

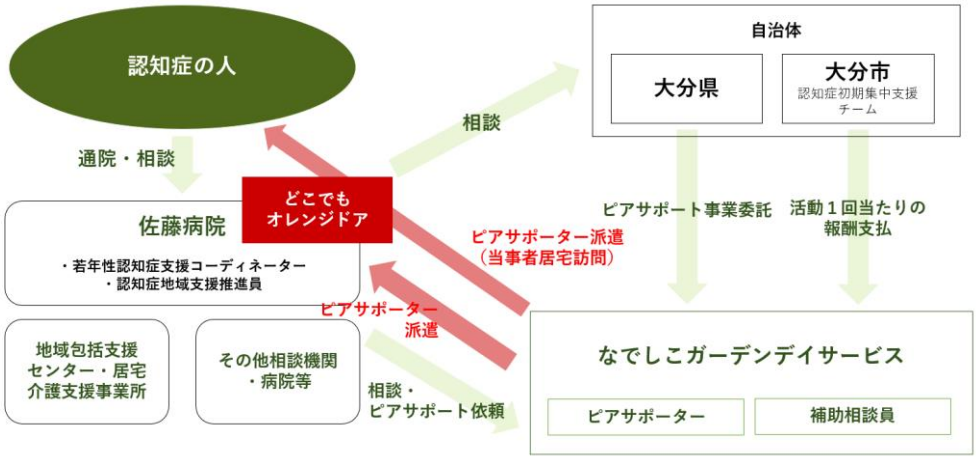
● 診断からピアサポート活動につながるまでの流れ

医療機関で診断を受けた後の有限会社なでしこ　なでしこガーデンデイサービスへの連絡経路は指定されていない。そのため、若年性認知症支援コーディネーター・認知症地域支援推進員が配置されている医療法人明和会　佐藤病院から依頼が入ることも、診断後の相談を受けた地域包括支援センターから依頼が入ることもある。

なでしこガーデンデイサービスでは、依頼時には少なくとも対象者の「性別」及び「趣味」を確認し、対象者と話しが合いそうな認知症ピアサポーターを選定・打診する。認知症ピアサポーターから承諾が得られた場合、対象者との日程調整を進めている。

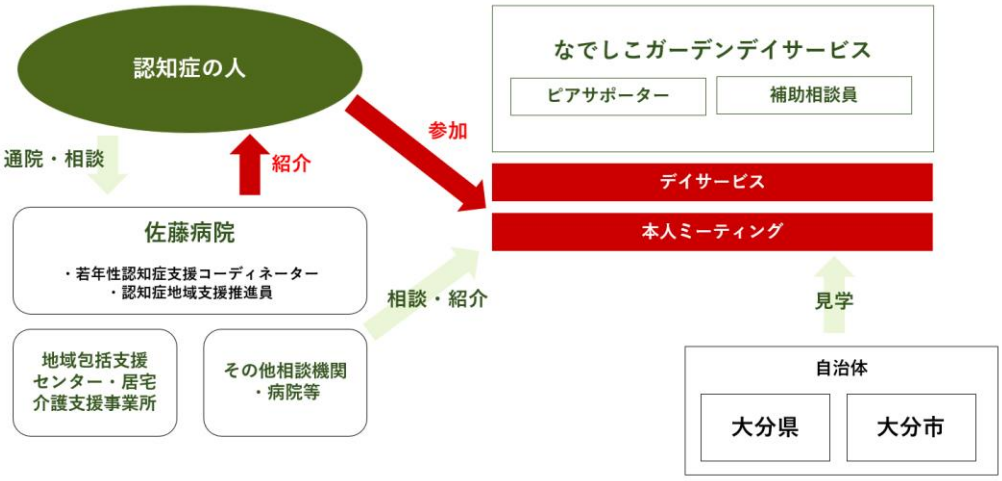
＜出張型＞

どこでもオレンジドアの場合、対象者の意向に合わせ、対象者の自宅又は医療法人明和会　佐藤病院の建物の一角で活動を行う。



＜来所型＞

本人ミーティングやなでしこガーデンデイサービスの普段の活動に参加する場合、なでしこガーデンデイサービスに来所してもらい、活動を行う。



● ピアサポート活動の中で大事にしていること

ピアサポーター活動において、ピアサポーター自身が楽しいと思う活動となること、ピアサポーターと対象者の出会い方を大事にしている。

まず、ピアサポーター活動は、ピアサポーター自身が楽しくなければ続けられない取組である。ピアサポート活動を行う中で、ピアサポーターが嫌な思いをすることを最も避けるべきであり、人のために活動したいと思うピアサポーターの士気を保つことを大事にしている。

次に、ピアサポート活動は同じ立場同士で出会うことが重要であるからこそ、ピアサポーター側に対象者の情報は何も提供せずに対面するようにしている。もちろん、当事者間の話が続きにくい時には補助相談員から趣味の話を投げかけることもあるが、基本

的には当事者間でどちらかだけが情報を持っている状態は作らないようにしている。お互いを知り合う段階に信頼関係が生まれるからこそ、保有する情報量に差が生じないように配慮している。また、当事者であるピアサポーターに任せることで、対象者も自分の思いを話してくれるからこそ、補助相談員や専門職が主導しないことを心掛けている。

- ピアサポート活動における課題・必要な支援

ピアサポート活動にあたり、医療機関との連携は重要である。当取組においても、医療法人明和会　佐藤病院との関わりをはじめ、大分県・大分市との連携体制が構築できているからこそ推進できている。

また、医療機関・若年性認知症支援コーディネーター・認知症地域支援推進員等の認知症の診断を受けた方に係る関係者がどこでもオレンジドアやなでしこガーデンデイサービスの普段の活動の様子だけではなく、認知症カフェ・チームオレンジ等の関連事業の取組状況を理解しているからこそ、対象者の状況に合わせた活動先の紹介ができている。

- ピアサポーターとして取り組む認知症ピアサポーターからの声

➢ ピアサポート活動の中で、対象者と話すときには、「友達になりましょう！」と伝えている。なでしこガーデンデイサービスには、畑活動やソフトボール等の活動も多くあるため、「一緒に遊びましょう」というスタンスで声をかけている。

➢ 認知症ピアサポーターと話すことや一緒に活動することで生活に張りができるため、家でも頑張ることができる。家でテレビを見て過ごすばかりの人にはぜひ来てほしいし、自分もまだできるのだという体感を味わってほしい。自分にとってそうした場所がなでしこガーデンデイサービスである。ここに来たら、皆が背中を押してくれるため、生活は劇的に変わった。

➢ 認知症の診断を受けた後、認知症ピアサポーターやなでしこデイサービスの皆さんと一緒に活動すること自体がとても楽しかった。ピアサポーターとしての活動のお誘いを受けたとき、他の当事者の方々にもこうした楽しい活動につなげたい、様々な取組を行ってみたいと思い、ピアサポーターになることを決めた。

⑪ 北海道浦河郡「社会福祉法人浦河べてるの家」

- 基本情報

実施主体	社会福祉法人　浦河べてるの家
主な活動	ミーティング：当事者同士の語り合い ① 当事者研究 ② SST （Social Skills Training：生活技能訓練）
法人内の取組	【法人内の事業所】 ・就労継続支援 B 型事業所（4 拠点） ・一体型共同生活援助事業所（共同住居・グループホーム（計 9 拠点）） ・生活介護事業所（2 拠点） ・ヘルパーステーション ・訪問看護ステーション 【その他】 ・北海道精神障がい者地域生活支援事業に基づき、日高圏域精神障がい者地域生活支援センターに指定されており、ピアサポート事業を展開 ・NPO 法人セルプサポートセンター浦河が、ピアサポーターの育成・派遣、研修事業等を実施

- べてるの家の沿革概要

1978 年、浦河赤十字病院精神科を退院した精神障害の人々が、回復者クラブ「どんぐりの会」として活動を開始した。共同生活や昆布に関わる作業を行っていく中で、活動拠点である浦河伝道所旧会堂が 1984 年に「べてるの家」と命名された。その後、精神障害者地域共同作業所として昆布製品の製造・販売を行ってきた。その間に、共同作業所や共同住居も複数開設され、2002 年に「社会福祉法人　浦河べてるの家」が設立された。2007 年には「NPO 法人セルフサポートセンター浦河」が発足し、ピアサポート事業が開始された。また、2008 年には自立支援法の施行に伴い、小規模通所授産施設として運営されていた事業所が、就労継続支援Ｂ型事業所へ施設形態が移行した。その後法人内では就労機構支援事業、生活介護事業も開始された。

現在展開されている事業は、就労継続支援 B 型事業所が２拠点、一体型共同生活援助事業所（共同住居・グループホーム）が計９拠点、生活介護事業所、ヘルパーステーション、訪問看護ステーションとなり、精神障害のある人の就労や生活環境のサポート、認知症の人のケア等を幅広に展開している。

- べてるの家の理念

べてるの家には多様な「べてるの理念」が定められており、「三度の飯よりミーティング」「弱さを絆に」「弱さの情報公開」「苦労を取り戻す」等が挙げられる。当事者自身の主体性が重要視されており、当事者が自分自身で、他者とともに、それぞれの状態を考え、病気と向き合うあり方が理念には反映されている。そして、それらが共同理念として多様な当事者活動に広がっている。

- 認知症の人の活動への参画状況

べてるの家には現在認知症の人は在籍していないが、過去に精神障害のある当事者がグループホーム等へ入所し、生活を行う中で加齢に伴い認知症を発症したことはある。認知症の人を受け入れた実績はこれまでには見られない。また、認知症の人特有の活動等は定められていないが、べてるの家には「病気を語る」という文化があり、それに基づき認知症になったことを当事者間で共有し合うことはある。

- 主な当事者活動

べてるの家における主要な当事者活動には、理念の一つである「三度の飯よりミーティング」に示されるように、自身を語り、仲間の話を聞き、語り支え合うミーティングが挙げられる。ミーティングの中では、①当事者研究、②SST(Social Skills Training：生活技能訓練)が主な取組となる。

当事者研究とは、当事者が持つ苦労や辛さ、生きにくさ等を仲間に共有し、仲間とともに研究として深めていく取組となる。メンバー（べてるの家で活動する精神障害等の当事者）だけでなく、スタッフも含めて皆が当事者であり、それぞれの苦労や生きにくさ等に関する研究を行う。SST や各種ミーティングの場面でも自身の苦労に関する研究が行われており、ミーティングの基盤ともいえる取組である。また、当事者研究には治療的な目的等は定められておらず、当事者の関心に基づいて何かを明らかにすることが原動力となる。

SST とは、生活や就労の場面に現れ苦労や困りごとに対して、ロールプレイを通じてコミュニケーションの練習を行う活動である。苦労の背景にある認知や行動の特性を当事者同士の交流から明らかにして対処方法を検討し、実際にその場での練習と仲間からのフィードバックを通じて、実生活でも対処できるようにする。

その他ミーティングとしては、毎週金曜日定例で実施される「金曜ミーティング」や、幻聴で苦労するメンバー同士の「幻聴ミーティング」等が実施される。こうした数多くの取組は、当事者研究における「実験」の一つとして発足することも多く、必要に応じてスピード感を持って実践することを大切にしている。

- ピアサポート活動の実施体制

　べてるの家は、北海道精神障がい者地域生活支援事業の一環として、日高圏域の精神障がい者地域生活支援センターに定められる。本センターには「北海道障がい者ピアサポーター養成研修」を受講したピアサポーターが配置され、べてるの家ではメンバーがピアサポーターとして、入院中の精神障害者の退院支援に向けて地域の医療機関と協力して行う「ピアサポートミーテイング」も実施される。

　2007 年に発足した「NPO 法人セルフサポートセンター浦河」では、ピアサポーターの育成・派遣等を行っている。ピアサポーター養成研修や当事者研究の普及・啓発活動も行っており、当事者同士の活動の幅広な展開に向けて取り組んでいる。

　ピアサポーターとして現在４名のメンバーが活動を行っている。メンバーからは活動を行っていてよかったこととして、「仲間や友達が増える」「様々な人たちとコミュニケーションをとることができる」といった声が寄せられた。一方で活動の上での苦労には「研修が難しくて頭に入らない」といった意見が挙げられた。

- ピアサポートを含めた当事者活動全般で大切にしていること

　べてるの家の当事者活動全般においては、「人」と「こと」と「もの」を分けて認識することを大切にしている。また、研修を受講したピアサポーターだけでなく、誰しもがピアサポートを受けたり、提供したりと、日常的にピアサポートが行われていることも特徴である。当事者それぞれが持つ苦労を大切なものとして取り扱い、「自分の苦労をみんなの苦労に、みんなの苦労を自分の苦労に」を合言葉に、弱さを絆に苦労に取り組んでいる。

4. 診断直後のピアサポート活動事例の分析

4.1. ヒアリング調査結果をふまえた分析

「3.2.ヒアリング調査」で記載の通り、ピアサポート活動に関する全国の好事例や特徴的な取組の内容は多様であることが明らかになった。運営主体は、認知症疾患医療センターだけでなく、自治体や地域の団体が担う事例もある。実施場所については、診断直後に認知症の人と出会う場につながるハードルの低さという利点から医療機関で開催されているものもあれば、日常生活や医療機関に縛られない幅広い活動への接続を意識し、公共性の高い場やデイサービス等の拠点で開催されているものもある。認知症の人が必要とするタイミングでピアサポート活動につながることが重要だが、その案内・紹介の役割については、医療機関、自治体の認知症地域支援推進員や若年性認知症支援コーディネーター、認知症初期集中支援チーム、地域包括支援センター等が担っている。さらに、ピアサポート活動の運営に関わるピアサポーターや専門職の位置付けも多様である。ピアサポーターについては、明示的に「仕事」としてピアサポーターに参画してもらい、謝金等の支払いをしている事例もあったが、明示的な任命等は行わず参加者同士の水平な関係性を保ちながらピアサポート活動を推進している事例もあった。

一方で、各事例の共通点も確認された。まず、いずれの事例も共通して、認知症の人を起点に活動が開始されたり、認知症の人の声を基に活動が更新されたりしていることが明らかになった。専門職が同席するピアサポート活動もあれば、同席をしないピアサポート活動もあるが、専門職が同席する場合も「認知症の本人同士の対話」を主軸として活動を推進しており、専門職の役割は参加する認知症の人が話しやすい環境の整備やピアサポーターの仕事としての不安の軽減等を目的としている。さらに、医療機関の主な役割としては、いずれの事例でもピアサポート活動の「紹介」があり、特に診断直後の認知症の人がピアサポート活動の場につながるために医療機関は重要な役割を果たしていることが事例調査を通じて改めて明らかになった。なお、ピアサポート活動の展開・推進にあたっては、医療機関や自治体、地域包括支援センター等の多様な主体との連携が必要となるが、医療従事者や専門職等の新しい認知症観の理解が十分でなく、ピアサポート活動の意義について理解を得られないことがまだ多い現状がある。さらに、継続的な活動のためには参加する認知症の人だけでなく、ピアサポーター自身のサポートや専門職によるバックアップも必要になるが、運営のための人員確保、予算確保にも課題があることが明らかになった。

図表 7 事例調査結果サマリー

※明示的に「ピアサポーター」の役割を担う認知症の人が存在するか

	No.1	No.2	No.3	No.4	No.5	No.6	No.7	No.8	No.9	No.10	No.11
	いずみの杜診療所	(特非)町田市つながりの開	(特非)みんサポ「タック」	大阪市立弘済院附属病院	鳥取市	三豊市立西香川病院	高知県立大学	(一社)セカンド・ストーリー	一陽病院	大分県・大分市	(福)べてるの家
運営主体	疾患医療センター	団体(DAYS BLG !)	団体(みんサポ)	疾患医療センター	自治体(鳥取市)	疾患医療センター	有志団体 自治体は後方支援(周知、事業化)のみで運営予算なし	団体(セカンド・ストーリー)	疾患医療センター	自治体(大分県・大分市)	団体(べてるの家)
実施場所	院内	院外(デイサービス提供場所)	院外(みんサポ事務所、商業施設)	院内	院内・院外(地域包括支援センター等)	院内(併設建物内)	院外(高知県立大学)	院外(社協、自宅等)	院内	院内・院外(自宅等)	院内・院外(グループホーム、就労継続支援等)
案内・紹介の起点	医療機関(院内紹介)	自治体、医療機関、居宅介護支援事業所、地域包括支援センター 等	医療機関 自治体(初期集中支援チーム等)	医療機関 自治体	自治体(認知症地域支援推進員 等)	医療機関(院内紹介)	自治体(若年性認知症支援コーディネーター 等)	自治体(地域包括支援センター等)	医療機関(院内紹介)	自治体、医療機関、居宅介護支援事業所 等	医療機関 自治体
ピアサポーターの有無※	有	有	①タックドア:無 ②ハルカス:有	無	有	有	無	有	有	有	有
ピアサポートの場への専門職等の関わり	非介入を基本 認知症の人が場の運営を主導	必要に応じて介入	同席有(場の運営、参加者への支援等を実施)	同席必須(場の運営・進行等を実施)	同席必須(認知症の人同士のやりとりを見守る)	同席必須(場の運営、サポーターへの支援等を実施)	同席有(場の運営、参加者への支援等を実施)	同席有(参加者への支援等を実施)	同席必須(場の運営、サポーターへの支援等を実施)	同席必須(認知症の人同士のやりとりを見守る)	必要に応じて介入
医療機関の主な役割	紹介、場の提供、後方支援	紹介	紹介	診断直後の紹介、場の提供	紹介、場の提供	紹介、場の提供、企画・運営	紹介	紹介	紹介、場の提供	紹介、場の提供	紹介

4.2. 検討委員会における議論

「1.2.本調査研究の進め方・実施事項」で記載の通り、本調査研究は有識者からなる検討委員会を立ち上げ、各委員が推進するピアサポート活動の現状やピアサポート活動の推進方策等について意見を得た。その中でピアサポート活動を実施する際に大切にしていること、ピアサポート活動を実施する際に感じている課題や難しさ、ピアサポート活動の普及・推進に必要なこと等について、以下のような意見があった。

なお、ピアサポート活動を推進している認知症の人の視点からの意見と、ピアサポート活動を支援している認知症の人以外の視点からの意見と分けて整理している。

(1) 認知症の人の視点からの意見

① ピアサポート活動を実施する際に大切にしていること

<u>認知症の人を主体とした取組の推進</u>

- ピアサポート活動の目的は、本人が認知症になったことと向き合い、認知症になってからも希望をもって生活できることを、認知症の人同士の出会いによって体感し、認知症の人同士で自らの暮らしを考えることであろう。それをふまえピアサポート活動の中で大切にしたいのは、取組によって認知症の人が前向きに生きていくことができることである。

- ピアサポートを行うことで、同じ思いをしている人との出会いを得ることができる。私自身も診断を受けた際、似た境遇の人がいることを頭では理解していても実感はできず、孤独感を覚えた。それでも前を向いて歩いている認知症の人と出会い、自身も前を向いて歩いていきたいと思うことができた。だからこそ、これから診断される人にも私が受けた痛みや絶望感を味わってほしくないと思い、ピアサポートを行っている。

- ピアサポートは認知症の人の活動であることが最も重要である。私自身も認知症の人と出

会ったことを機に、認知症で落ち込みを感じている誰かを笑顔にすることを目指し、取組を行っている。あくまでも取組の主体は認知症の人である。

・ ピアサポート活動は、ピアサポーターが主体であることは明確にしてほしい。認知症の人同士の出会いによって、認知症になってからの暮らしに関する不安を覗いたり、こんな風な考え方があるのだと前向きになれたりする。そのように考えが変わるきっかけとなっているのが、認知症の人が主体となって実施する会話である。

・ ピアサポート活動の普及は重要であるが、認知症の人ではない人が主体となって進めている活動があることを懸念している。認知症の人を中心に展開されるピアサポート活動であることが必要不可欠であり、予算や事業のために、認知症の人が形式的に参加しているピアサポート活動が広まらないようにする必要がある。

・ 認知症の人主体であることは重要である。仙台では、「入口」「居場所」「発信の場（リカバリーカレッジ)」を明確に分けたからこそ、「入口」に参加するのは認知症の人だけでも周囲の人も含めて認知症の人の話を聞く機会がたくさんある。この点がもしかしたら大切な点であり、他の活動と異なる点かもしれない。

「居場所」や「発信の場」につながる「入口」としての役割

・ 参加者が「元気になった」、「ここに来られて良かった」、「明日もがんばろう」と思うことができ、希望につながることが大事。地域によってどのように進めると良いかは異なり、ピアサポートをする人がやりやすく、ピアサポートされる人が話しやすい環境を整えていく必要がある。誰かが評価するものでもない。

・ 仙台での取組が軌道に乗っている背景には、病院でのピアサポートやオレンジドアが「入口」として機能し、「居場所」につながっているためである。「居場所」とは認知症カフェや集いの場であり、こうした場がリカバリーカレッジという、認知症の人が主体となって発信できる場にもつながっている。

地域での生活につながる取組の推進（単発の取組としないこと）

・ ピアサポート活動は、不安を感じていた認知症の人が笑顔になり、自宅に帰ってからも、認知症の人の気持ちや行動に前向きな変化がみられることが大切である。

・ ピアサポートは実施が目的ではなく、次につながること、認知症の人がどのように次に進めるかが大切である。

・ 目の前にいる認知症の人がこの瞬間だけ元気になれば良いわけではなく、他の日にも、よ

りよい暮らしを続けていくことができないといけない。そのため、自身がピアサポート活動をするときには、家族に対して否定をしないようにしている。ピアサポート活動においては、家族のことを考えながら、認知症の人を軸として考えている。だからこそ、ピアサポート活動への参加を通じて、参加する認知症の人と家族の関係性が良くなることがある。

・ ピアサポート活動は１回では完結できない。暮らしのなかの様々なところで直面する不安がある。暮らしのなかで直面する認知症の人の不安に向き合っていく必要があり、人数ではなく、「継続性」が重要である。

② ピアサポート活動を実施する際に感じている課題や難しさ

自治体職員・医療従事者・専門職等の新しい認知症観に対する理解

・ 医療従事者の中には、古い認知症観に基づいて診断や対応等を行っている人もいると感じている。認知機能の低下によって、生活への支障はそれぞれの形で現れる。しかし早期に受診した際、医療従事者は状態が重度ではないという理由から、認知症ではないと見立てる場合もあるという。そもそも医療従事者が新しい認知症観に対する理解を深める必要があると感じている。

・ 認知症の人が少しでも「今の状態でもなんとか暮らしていこう、生きていこう」と思えるような活動を展開したい。その際に、いくら認知症の人が「前向きになって欲しいな」「ピアサポート活動をしたい」と話しても、認知症の人以外の専門職等がその意義を見出せないと、ピアサポート活動は展開されない。認知症の人にもそのような場があることを知らされない事態が起きている。認知症の人だけでなく、共に動く人たち＝理解者を増やしていかないと、ピアサポート活動は広がらない。

活動に関する予算や費用による制約

・ ピアサポート活動の多くは自宅ではない場で実施するため、その場所に行くための移動費が発生するが、その多くは自費で賄っている。活動のための費用や対価を支払うことができると、認知症の人の経済的な助けにもなるし、モチベーションも上がる。費用等の取扱いが明確にならないと、安心してピアサポート活動を展開できない認知症の人も多い。

③ ピアサポート活動の普及・推進に必要なこと

医療機関との連携

・ ピアサポート活動では、医療機関ではなく、あくまでも認知症の人が主体となることが重要である。ただし、ピアサポートの場につなげてくれるのは医師であり、医療機関との連携は必要不可欠な要素であろう。

・　ピアサポートの在り方には様々な形があるが、医療機関等での診断後支援として展開されることが非常に重要だと考えている。診断が与えるショックは大きく、そうしたときにこそ、ピアサポートは大きな支えになりうる。

・　おれんじドアとっとりを認知症疾患医療センターで開催しているのは、認知症疾患医療センターであれば他の病院にかかっている人も参加できるためである。実際に、他の地域のクリニックからも相談がある。

<u>自治体職員・医療従事者・専門職等の新しい認知症観に対する理解の促進</u>

・　認知症の人と出会うことやピアサポートの様子を見ることによって、医療従事者が新しい認知症観を持つことができるようになったという話は多く聞く。私が高知市の認知症疾患医療センターでピアサポートを行うにあたっても、認知症の人だけでなく医療従事者や周囲のスタッフ、家族の認識の変化を感じている。

<u>認知症の人の思いを起点としたピアサポーターの養成</u>

・　仙台では、私以外のピアサポーターも多くいるため、私自身がいなくてもピアサポート活動は成り立つ。そのような状態をつくりたい。１人の認知症の人だけが頑張る状況では、その人の症状が進行した際には活動が止まってしまう。多くの認知症の人がいて、常に新しい認知症の人がピアサポート活動に参画していくことで、継続的な取組になる。

・　まずはやってもらうことが大切であり、「できる/できない」を周りが決める必要はない。仙台ではピアサポート活動や講演会を複数人で一緒に行っている。複数人で行うことにより、お互いのやり方等を認知症の人同士が学ぶことができる。ピアサポートは、必ずしも１対１である必要はない。継続性の観点からは複数の認知症の人がチームとして取り組むことも重要であろう。

・　研修の場で取組の枠組みを押し付けるような形ではなく、活動している当事者自身がサポートの形を自身で見出していくことが重要である。ピアサポート活動に取り組んでいる地域や団体の中には、仲間づくりに課題を抱える場合も少なくない。サポーターが一人だけで頑張りすぎないことが重要であり、活動を通して仲間を増やしていくこともやりがいになる。様々な認知症の人がサポーターとして活躍できることを、より広く発信することも必要であろう。

・　ピアサポーターの養成について、ピアサポートの在り方を特定の枠組みとして捉え、それをピアサポーターに押し付けることにならないか危惧している。ピアサポーターの養成は、

ピアサポート活動をしたい認知症の人の思いを活動につなげることが目的である。ピアサポーターの人生における経験と、伝えたい内容は様々であり、ピアサポートでは多様な話や在り方があってよい。ピアサポート活動はこうあるべき、等と認識されるのではなく、デイサービスや地域も含めて多様な在り方があることを前提とするべきである。

・ 「〇〇さんだからピアサポーターができる」との声を聴くことがあるが、決してそうではない。認知症と診断されて、自分なりに受け入れて、前を向いて希望と尊厳をもって歩んでいる人であれば、ピアサポーターとして活動できる。「特別な人がいる地域だからできる」というメッセージにはならないように留意して欲しい。

ピアサポート活動をバックアップする自治体職員・医療従事者・専門職等の関わり方

・ ピアサポートとは認知症の人同士が向き合い、自信を取り戻したり、現在気持ちの落ち込みを感じる人に対して、過去に同様の経験をしてきた当事者だからこそ湧き出る思いを伝えていったりする取組である。そうした活動を後押しするのは地域の仲間であり、私が取り組む活動では鳥取市のバックアップがある。認知症の人の思いを、誰かが支えることで実施できる活動がピアサポート活動であり、支える誰かは医療機関に限定されない。

ピアサポーターの継続的な活動のための環境整備

・ ピアサポーターが活動を続けたいと思うための場作りは大切である。私はピアサポートの場でやや辛らつな言葉を伝えられても経験上対応はできる。ただしそれでも、エネルギーを使う活動だからこそ、疲れや辛さを感じることはある。

・ 活動の継続については、周囲のバックアップがあることが重要だ。ピアサポート活動は人と人が向き合うものであるからこそ、疲労もあり、エネルギーを使う。それでも継続できるのは、チームで取り組んでいるためである。認知症の人の意思に基づいた形が重要であり、認知症の人に活動をさせるような形や一部の人のみが利を得るような在り方は望ましくない。

・ ピアサポーター自身を支える仕組みも重要である。私自身はピアサポーターだが、体調が悪い日もある。一陽病院はその点に関する理解もかなりある。約束はしているが、本当に具合悪くなり、参加できないこともある。そのような際には、参加を予定していた認知症の人と私自身のサポートの双方について対応してくれる。ピアサポーターをサポートするシステムもないと、ピアサポーター自身もつぶれる可能性がある。

・ 認知症の人がピアサポート活動を推進したいという思いを持っていたとしても、パートナーが仕事をしているため送迎ができない場合もある。パートナーがまだ仕事をしているケ

ースも多く、ピアサポート活動の推進を支える環境整備について考える必要がある。

ピアサポート活動の地域での生活への接続

・ 認知症の人に一度出会って笑顔になってもそれは２から３日と持たず、地域で認知症の人と出会うことができる場が大切だと感じている。私自身も本当の意味で前を向いて歩いて行けたのは、地元で認知症の人と出会う場ができたからであろう。ピアサポートを通じて地域につながり、認知症の人同士がさらに出会う仕組みができればよいと思う。

・ ピアサポートは医療機関での実施に限定されてはいけない。ピアサポートによって自信を取り戻した認知症の人が、本人ミーティングや認知症カフェ等への参加、また、次のピアサポーターになって経験を伝える等、次の活動につながることが重要である。そのような点もふまえ、本事業の成果物がどのように取り扱われるのかは非常に重要だと考えている。

・ 認知症疾患医療センターの診断後支援には、サービス自体の提供のみならず地域につなぐことも重要な役割となる。私が認知症疾患医療センター以外でピアサポートを行う場合も、認知症疾患医療センターのソーシャルワーカーから紹介を受けることもある。医療との連携体制構築のためにも、認知症疾患医療センターは重要な拠点であると感じている。

(2) ピアサポート活動を支援している認知症の人以外の視点からの意見

① ピアサポート活動を実施する際に大切にしていること

認知症の人を主体とした取組の推進

・ 認知症の人の中には絶望感や孤独感を感じている人が多い。そうした人々に対するピアサポートの意義は大きく、認知症と共に生きていく希望を与えうるものである。家族等にもピアサポートは必要であるが、認知症の人の精神的な苦痛と同じものを抱えているわけではない。また、認知症の人の中には言葉として状況を伝えることが難しいために、より深い孤独感に陥ることもある。こうした状況と向き合うことができる取組として大きな意義がある。

「居場所」や「発信の場」につながる「入口」としての役割

・ ピアサポート活動は「入口」であり、そこからつながる場所があることも重要である。落ち込みから回復する段階の先に、質の高い認知症カフェやミーティングセンターといった、地域の社会資源につながる流れがあるといい。ピアサポート活動で重要なのは、囲い込みにならないことである。居場所づくりには社会の変革が必要であり、県や市が機能と環境づくりに、伴走しながら取り組み続けることが重要である。

ピアサポーターのやりがい・楽しみ

・ ピアサポーターが楽しく活動できることが第一である。ピアサポート活動を行う中で、ピアサポーターが嫌な思いをすることが一番避けるべきことである。これだけ集まって人のために活動したいと思う人々に士気を保つことが、我々支援者のなすべきことであり、活動の結果の成功や失敗については全く考えていない。

・ 「友達みたいに」なりに行くことが一番のポイントである。専門職と当事者ではそうした関係にはなりえないが、当事者同士の場合本当に友達になることができる。

・ ピアサポーターが楽しめるかどうかが最も重要であり、失敗があって当たり前、けんかになっても仕方がないと考えている。そうした関わりによる反応こそ、認知症の人同士がなせる業であるとも感じている。専門職では作り切れない雰囲気も、認知症の人同士だからこそ可能であり、その結果失敗しても構わない。そこをフォローするのが周囲の人々の役割であろう。

医学モデルではなく人権モデルをベースとした取組の推進

・ 医学モデルに引き戻さないことが重要である。治療、予防のためと銘打った場合、ピアサポート本来の目的であるエンパワメントが損なわれてしまう。専門職側が社会モデル、人権モデルを理解したうえで、サポートにあたることが重要だろう。

・　治療効果を求めるよりも、人権モデルに基づいた形で展開することが重要である。また、認知症と診断直後の人には気持ちの落ち込みもある。その時に、診断後の人生の再構築ができることを伝えることと、つながりを持てる場の存在を共有してほしい。

地域での生活につながる取組の推進（単発の取組としないこと）

・　西香川病院のピアサポート活動では、家族にも同席してもらっている。ピアサポート活動の場で話して、その場でだけ元気になればよいわけではない。家庭に帰ってからの時間が最も長く、家庭で良い状態にしてもらうためには、家族やその周辺の人が認知症に対するイメージを修正し、認知症の人が心地よいことや困っていることを理解した関わり方に変えていく必要がある。

・　ピアサポート活動には取組の先につながる場所があることが重要だ。落ち込みから回復する段階の先に、質の高い認知症カフェやミーティングセンターといった、地域の社会資源につながる流れがあるといい。ピアサポート活動で重要なのは、囲い込みにならないことである。居場所はこれまでの積み重ねや家族であり、場に縛ることは居場所ではない。居場所づくりには社会の変革が必要であり、県や市が機能と環境づくりに、伴走しながら取り組み続けることが重要である。

・　ピアサポートは診断前後だけでなく、生涯続くものであると考えている。必要な時に、必要な人とつながることが大切である。そのためには、当然アウトリーチが必要になり、かつ１回回復したとしてもそれで終わりではない。生活が続くなかで、本当に苦しくなること、泣きたくなること、死にたくなることとはたくさんある。そのような際に、寄り添ってくれる認知症の人がいることが大切ではないか。

②　ピアサポート活動を実施する際に感じている課題や難しさ

自治体職員・医療従事者・専門職の新しい認知症観に対する理解

・　医療従事者の認知症観がアップデートされていない実態については課題意識を持っている。医療従事者自身が認知症の人の可能性を認識しない限り、ピアサポートの意義は理解できない。また、認知症の診断を受けて不安を感じられる方は多いが、そうした実態に気が付いていない医療従事者も多い。

・　いずみの杜での活動を行う中で、自身の認知症観が広がることを体感した。しかし、こうした活動を他の疾患医療センターを含めた医療機関へ展開するにあたっては、難しさもある。川井委員等の尽力もあったが、活動の広がりは限定的であり、医療機関が新しい認知症観について理解を深めることは必須である。

・　早期の認知症に対して、適切な診断を実施できていない医療従事者がいるが、認知症を早期に発見することは、後のサポート体制等につながれるかどうかにも関わり、当事者に与える影響は大きいと考えている。

・　専門職の認知症観が変わらないとピアサポート活動の普及は難しい。精神科であれば、薬以外の精神的なアプローチもするべきだが、診断して薬を出すだけになってしまっている現状がある。認知症の人自身が不安やつらさを軽減し、前向きな気持ちが生まれる可能性について、専門職の認知症観が悪すぎるために、初めからそのようなことはできないと諦めてしまっている。専門職自身の認知症観が更新されていく必要がある。

・　いまだ医学モデルあるいは個人モデルに準拠した活動もあり、そうした状況下で過ごす必要のある人が大勢いることを問題視している。例えば最近は抗体薬治療が進んでいるものの、こうした薬の効果を過信してしまう場合も多い。認知症疾患医療センターの多くはピアサポート活動への関心が低く、本来ならばピアサポート活動に力を入れるべき機関がこうした状況なのは残念である。ただし、地域の中核となる認知症疾患医療センターの半分以上は精神科病院であり、こうした機関がピアサポートに関わることで認知症観の更新にもつながることが期待できるだろう。

<u>医療従事者や専門職等の通常業務による制約</u>

・　「新しい認知症観」を念頭に、専門職が認知症及び認知症の人に対する正しい理解を持つことが重要である。一方、専門職は通常の業務の中で時間を確保して、認知症について理解する必要があり、マンパワーとコストの両面からの制約もある。認知症の人と共に、職員やその他支援機関側の声をどのように集め、両者にとって負担なく継続的に運営していけるあり方を模索していくことが必要であろう。

・　病院でピアサポート活動を推進しようとした場合に、現在の制度では十分にカバーされておらず、病院経営の観点では、認知症の人にとって必要とされるピアサポート活動の推進を後押ししづらい事態が生じている。厚生労働省として仕組みをつくっていかないと難しい。人員配置に関する制約も生じ、現状の制度のままでは調整にかなりのコストがかかる。

・　医者と患者の関係性が精神療法には重要であり、医者としての人格を保つことも治療の鍵となる。認知症の人への寄り添いと、医師としての立場の維持を上手く両立することは難しい。

<u>ピアサポーターの広がり</u>

・　現在、ピアサポーターとしての活動を希望する人が少なく、自治体にとって課題であるとも聞く。ピアサポートを受けたことを機に、今度は自身がサポーターに回るといった人々が現れることが、活動の広がりにもつながるだろう。ピアサポートによって苦悩が軽減されたり、自身の人生にも価値を感じられるようになったりする体験を経て、自身も活ピアサポートを行いたいと、次の活動につながることもある。

活動に関する予算や費用による制約

・　病院での実施に当たっては、コストが一番のネックではないか。診療報酬で返ってくるところではない。人材を使うことになるため、人件費は発生する。

・　県から認知症疾患医療センターの委託を受け、診断後支援の一環としてオレンジカフェを実施しているが、正職員の予算確保は厳しく、光熱費等も含めると、財政的には厳しい。現在のピアサポート活動についても、認知症疾患医療センタースタッフの人数が十分配置されているため、継続することができている。

・　高知県でも認知症疾患医療センターの事業としてピアサポート活動が位置付けられたが、その活動が広まらないのは補助金のなかでピアサポート活動を推進するのは不可能に近いからだ。人員についても要件があり、ピアサポート活動も認知症カフェも、実施した場合の上乗せ方式となってしまっている。現状をふまえると、認知症疾患医療センターの病院でしか対応できない。

・　ピアサポート活動をしている人には、活動資金を支払う必要がある。ずっとボランティアで対応してもらうことは難しいだろう。職員として一緒に進めていきたいという思いがある。山中委員とは雇用契約を結び、個人情報に関する契約も取り交わしている。

地域の新しい認知症観に対する理解

・　ピアサポート活動ののちに、最終的には地域でのピア活動につながることがベストである。一方で、現状は認知症の診断を受けたことで、仲間はずれにされたり、困った人として扱われたりしてしまう地域も多く、そのような地域では認知症の人も外に出ていかなくなる。地域の認知症観自体を変えていかないと難しい。

③　ピアサポート活動の普及・推進に必要なこと

医療機関との連携

・　医療機関でのピアサポート活動にも良さがある。診察室の横でピアサポート活動の場があれば、診察直後に「少し覗いてみては？」と紹介することができ、認知症の人や家族の参加のハードルを低くすることができる。

・　病院で実施することで、診療とかなり密接に連携をしている（多くはないが、会の後、もう一度診察に入っていただくこともある）。スタッフ（弘済院附属病院で同席しているのは医師以外の看護師、相談員や心理士等）は会話に入ってしまうのではなく、同席していることで、診察室では経験できない勉強をさせていただいている。

・　「ピアサポート活動を紹介しないと始まらない」との意見もあったが、医療機関がこのような活動がどこでどのように行われているのかの情報をどれだけ多く持っているかは非常に大事なことであり、その情報集約の方法も今後検討が必要だろう。

・　早期に診断されても「空白の期間」が生じている現状がある。認知症観改善等により苦悩を軽減し、絶望やあきらめではなく前向きな気持ちを生むための、診断後心理的支援の取組が乏しい。精神療法の状況を見直す必要があるが、この状況で「空白の期間」への対応として、ピアサポート活動の可能性は大きい。

自治体職員・医療従事者・専門職の新しい認知症観に対する理解の促進

・　ピアサポート活動を行うことは、認知症の人が持つ当然の権利として守られ、それが伝えられていく必要がある。ピアサポート活動に取り組むことは権利として守られることの理解が広まることは、認知症の人にとって、また私自身が認知症になった場合を想定しても、安心につながる。

・　認知症の人同士が対話の場を持つことが重要であるという声を基に、平成 16 年より公立病院でのピアサポート活動を開始した。院内でのピアサポート活動を通じて、医療従事者も含め、関係者の認知症に対する理解は少しずつ深まっているように感じている。

・　現在の認知症医療には問題もあり、医療機関としてピアサポートの目的や意義を理解するためのアプローチが非常に重要である。特に認知症疾患医療センターは県が指定しているからこそ、影響力も大きい。認知症の人にとって服薬以外にも取り組めることが多々あることをまずは医療職が理解することで、ピアサポートの意義も広がっていくだろう。また、医療職の理解が深まることで、診断後すぐにピアサポートにつながることができる。

・　医療職の理解が深まることで、診断後すぐにピアサポートにつながることができる。また、新しい認知症観を持ったうえで診断時等に話をすることで、新しい認知症観を認知症の人や家族等に伝えることもできる。それによって、認知症に明るい印象を持つ人と出会いたいという思いが生まれ、ピアサポートの場に参加したいと思う人も増えてくると考えている。

・　ピアサポート活動の必要性は、目の前の患者との対話から決まり、それぞれにあった向き合い方が必要である。ピアサポートは万能薬ではなく、選択肢のうち一つである。ピアサポートはすべての当事者に必須な取組ではないことにも留意が必要であろう。

・　地域で面として活動を推進するためには、自治体の理解は重要であると考えている。

認知症の人の思いを起点としたピアサポーターの養成

・　現在いずみの杜診療所で活動しているピアサポーターに共通しているのは、これまでの経験を認知症の人がよく理解していることである。他者にサポートしてもらった経験を活かし、目の前で現在気持ちの落ち込みを感じている人を元気にしたいという思いから、協力いただいている。認知症の当事者だからこそわかる思いに寄り添うことができ、目の前の人を笑顔にしたいという思いから、ピアサポーターの皆さんは素の状態で話をしてくれる。ピアサポート活動は、そうした思いと意思のある人が取り組むことができる活動だと考えている。

・　ピアサポーター向けの研修を年２回実施しており、研修を経てピアサポーターとしての活動が可能になる。養成というよりも、認知症の人の資質を引き出したり、頼ったりする側面が強い。

ピアサポート活動をバックアップする専門職等の関わり方

・　ピアサポーターそれぞれの資質に任せることが重要であろう。ピアサポートの現場では、専門職よりもはるかに当事者を元気づけることができる。支援者にできることは環境設定であり、ピアサポーターの養成を行う際にも、ピアサポーターのあるべき姿像を押し付けることは決してない。

・　認知症領域のピアサポートは、認知症の人の声を起点に活動が始まっている。がん患者や脳卒中等のピアサポートの場合、本人が単独で参加される場合も多い一方で、認知症は支援者等とともに参加する場合も多い。そうした中での、支援者の心得については留意したい。

・　支援者主導にならないようにはしている。なかには、自身の経験が他者の課題解決につながることの意義を感じて、サポーターとしての活動に関心も持つ方もいる。そのような方が安心して活動できるような仕組みの整備も重要であろう。

・　最も気を付けていることは、「みんながなんでも話し合える場所」にすることである。認

知症の人同士、家族同士でしか話せないこともある。そのなかで「ここでは言える」という雰囲気は守りたい。

・ 職員や医療機関のスタッフは黒子に徹しながら、ピアサポーターとの関係を構築し、共に協力して運営していくことが重要である。

ピアサポーターの継続的な活動のための環境整備

・ ピアサポーターであっても、不安があるが故にエピソード記憶が何だったかと少し戸惑うこともある。そのような際には、専門職等が少しフォローできるような体制としている。ピアサポーターはピアサポート活動を「仕事」として捉えており、大きなプレッシャーやストレスを感じる可能性があり、ピアサポーターが苦しまないようにフォローしている。

・ 認知症の人が自ら手を挙げて活動が始まり推進されていくことが理想的ではあるが、ピアサポートを受けたことがなく、診断された人がすぐに人前に立つことのハードルは高い。活動の推進にあたっては、ピアサポーターの他にピアサポート活動のコーディネーターのような存在が必要かもしれない。

・ 実践共同体が必要だと感じている。単独での取組は難しいが、人々が集まれば実践につながり、地域としての成長につながる。また、何より学びと楽しさが大切であり、楽しくなければ取組は継続しない。

ピアサポート活動の地域での生活への接続

・ 市町村で共生社会をつくるために求められているのは「相談支援」と「地域づくり」である。ピアサポート活動は、認知症になってからも、希望と尊厳をもって暮らせる社会を創る起点になるという意味で、「地域づくり」と深く関連する取組として理解する必要がある。そこにピアサポート活動の核があるという認識を持つべきであろう。

・ いずれの地域においても、まずは認知症に対するネガティブな印象を取り払うことが重要である。ピアサポート活動は特別なことではなく、どの地域でも展開できることを発信すべきであろう。

4.3. ピアサポート活動に関する概念整理の試行

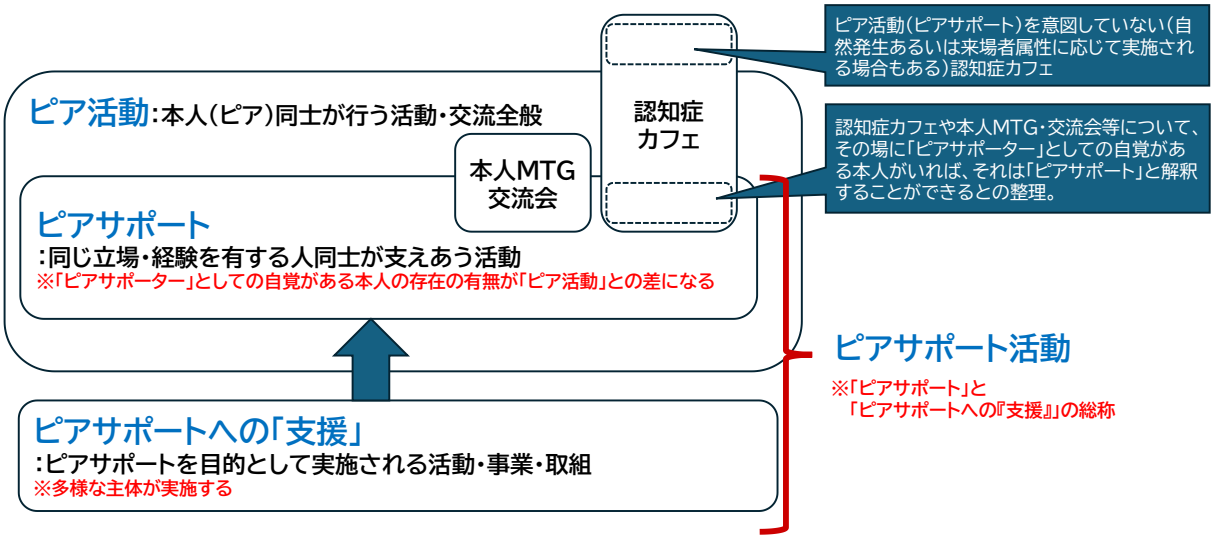
(1) 概念整理を行う趣旨及び概念整理のたたき台

本調査で把握した事例には、「ピアサポート活動」という名称で実施されているものに限らず、個別相談、交流会、本人ミーティング、認知症カフェ等、多様な名称・形態の取組が含まれていた。また、本事業では、事例調査の段階から、「ピアサポート活動」という名称以外で実施されているものも含めて好事例や特徴的な取組を抽出する方針としていた。このため、各事例を名称のみで区分するのではなく、活動の機能や位置付けに着目して整理する必要がある。こうした考え方のもと、本調査では、事例調査結果等をふまえ、ピアサポート活動に関連する概念の関係性を整理するための下図のたたき台を作成し、委員会で議論を行った。

本たたき台では、認知症の人同士が行う活動・交流全般を広く「ピア活動」と捉え、その中に、同じ立場・経験を有する認知症の人同士が支え合う営みとしての「ピアサポート」を位置付けている。また、医療機関、自治体、認知症地域支援推進員、支援者等による紹介、場づくり、調整、財源確保等は、こうした活動を支えるものとして整理し、「ピアサポート活動への『支援』」として位置づけ、「ピアサポート」と「ピアサポートへの『支援』」の総称を「ピアサポート活動」としている。あわせて、本人ミーティング、交流会、認知症カフェ等については、その場で認知症の人同士の支え合いが実質的に生じているかどうかによって、位置づけが変わりうるとした。

なお、後述の検討委員会に議論においても、「ピア活動」、「ピアサポート」、「ピアサポート活動」等の定義・位置付けについては、複数の考え方が示されており、今後も引き続き検討が必要である。

図表 8 概念整理のたたき台



(注) 上図は検討のたたき台として提示したものであり、検討委員会にて共通認識を得たものではない。

(2) 認知症施策推進基本計画における関連用語

こうした概念整理を考えるに当たっては、「認知症施策推進基本計画」における関連用語の解説も参照した。基本計画では、「ピアサポート活動」は、「今後の生活の見通しなどに不安を抱えている認知症の人に対し、精神的な負担の軽減と認知症の人の社会参加の促進を図るため、認知症当事者による相談支援を実施すること」と解説されている。また、「本人ミーティング」は、「認知症の人が集い、本人同士が主になって、自らの体験や希望、必要としていることを語り合い、自分たちのこれからのより良い暮らし、暮らしやすい地域の在り方を一緒に話し合い、発信していく場」とされている。さらに、「認知症カフェ」は、「認知症の人やその家族が、地域の人や専門家と相互に情報を共有し、お互いを理解し合う場」、「認知症の人と家族への一体的支援事業」は、「認知症の人とその家族が、話合いに基づく活動等を通じて、その思いの共有や他の家族からの気付きを促し、認知症の人とその家族のお互いの思いのずれや葛藤を調整し再構築を図るために、認知症の人とその家族を一体的に支援する事業」とされている。

これらの解説をふまえると、基本計画における「ピアサポート活動」は、特に認知症の人同士の相談支援という機能に着目した用語である一方、「本人ミーティング」は認知症の人同士が語り合い、発信する場、「認知症カフェ」は認知症の人や家族、地域住民、専門職等が相互理解を図る場として位置付けられている。また、「認知症の人と家族への一体的支援事業」は、認知症の人と家族を一体的に支援する事業として整理されている。このように、基本計画上、これらの用語は相互に近接しつつも同一ではなく、それぞれ対象、機能、場の性格が異なる概念として扱われている。

(3) 検討委員会における主な議論

① 「ピア活動」と「ピアサポート」の関係

検討委員会での議論において、認知症の人同士の活動・交流全般を広く「ピア活動」と捉え、その中に、認知症の人同士が経験や思いを分かち合い、不安や悩みに寄り添い、支え合う営みとしての「ピアサポート」が位置付けられるという包含関係については、一定の方向性が共有された。委員からは、山登りや花見等の活動や交流の場であっても、その過程で認知症の人同士の語り合いを通じて支え合いが生じることがあるため、広い概念としての「ピア活動」の中に「ピアサポート」が含まれると捉えるとの考え方は実態に即しているとの意見が示された。

他方で、「ピア活動」と「ピアサポート」は性格が異なるため、明確に切り分ける必要があるとの意見もあった。具体的には、「ピア活動」には当事者同士の多様な活動が含まれる一方、「ピアサポート」は、不安を持つ認知症の人同士の支えあいの取組であり、認知症の人が目の前の認知症の人を支えたいとの思いから実施されるものであるとの指摘があった。

加えて、概念整理に当たっては、活動の名称や形式のみで区分するのではなく、何を目的として行われる活動であるのか、また、その目的を達成するためにどのような内容が実践されているのかに着目することが重要であるとの指摘があった。委員からは、ピアサポートを「意図的に構造化された支援関係」と捉え、相互性、経験の共有、エンパワメントを特徴とすると

の見方や、訓練されたピアが支援を提供する役割として整理し、活動には目的性、役割性、倫理性が求められるとの見方も紹介された。

「ピア活動」と「ピアサポート」の包含関係については一定の方向性が共有された一方、その内実をどこまで一体的に捉えるかについては、なお検討の余地がある。

② 「ピアサポート」と「ピアサポート活動」の使い分け

検討委員会では、「ピアサポート」と「ピアサポート活動」を区別して捉える必要性も指摘された。具体的には、「ピアサポート」は、同じ立場や共通の経験を有する認知症の人同士の関わりそのものを指すとの意見が示された。一方、「ピアサポート活動」については、「ピアサポート」を実施するための場の提供、ピアサポーターの育成、普及啓発、財政的支援等、ピアサポートを推進するための取組全般を含む、より広い概念として捉える考え方が示された。なお、前述の「たたき台」はこの考え方を前提に整理されている。

③ 本人ミーティング・認知症カフェ等の位置付け

本人ミーティングや認知症カフェ等の位置付けについても、一律に定めるのではなく、実際にその場で何が行われているかに応じて捉えるべきとの意見が示された。本人ミーティングについては、参加できる認知症の人とそうでない認知症の人がいること、それぞれに向けたピアサポートのあり方も異なることから、一体的に捉えることに違和感があるとの指摘があった。他方で、本人ミーティングや認知症カフェのような場も、認知症の人同士の支え合いが実質的に生じている場合には、ピアサポートの機能を有する場とみることができるとの意見も示された。つまり、本人ミーティングや認知症カフェは、広くは「ピア活動」に位置付くが、その中で認知症の人同士の支え合いがどのように生じているかによって、「ピアサポート」が行われている場としての性格を持ち得ると考えられる。

④ ピアサポートへの「支援」の表記

たたき台の図の下部の「ピアサポートへの『支援』」の表現についても議論があった。医療機関、自治体、認知症地域支援推進員、地域包括支援センター、支援者等による紹介、場の確保、日程調整、継続支援、財政的支援等は、認知症の人同士の支え合いそのものではないものの、「ピアサポート」を地域の中で成立・継続させるために不可欠である。この点について、「ピアサポートへの『支援』」という表現では、支援する側と支援される側の垣根が強く意識されるため、『関わり』との表現の方がよいのではないかとの意見が示された。また、「ピアサポートへの『支援』」ではなく、「ピア活動への『支援』」とした方が実態に即しているのではないかとの意見も示された。

5. 本調査のまとめ

5.1. 本調査の成果

(1) 診断直後のピアサポート活動の意義と役割が確認されたこと

本調査を通じて、診断直後の認知症の人同士のピアサポート活動は、認知症の人が診断後に抱える不安や葛藤、困りごとを、認知症の人同士の対話を通じて共有する場として重要な役割を有することが確認された。委員会では、支援者や専門職を交えた場では語りにくい内容であっても、認知症の人同士であれば話しやすいこと、認知症の人同士の対話のなかでのみ生まれるものがあることが共有された。また、認知症の人同士の出会いによって、診断後の生活に対する不安がやわらぎ、考え方が前向きに変わるきっかけとなることも指摘された。

事例調査においても、参加者に「認知症の人は自分だけではない」ことを知ってもらうことや、診断後の認知症の人それぞれの状況に応じて適切な場につながる「きっかけ」となることが重視されていた。あわせて、診断直後のピアサポート活動は、その場限りで完結するものではなく、認知症の人が次の居場所や活動へつながっていくための「入口」として位置付けられていた。これらをふまえると、診断直後のピアサポート活動は、認知症の人が診断後の生活を考えるうえでの初期の支えであるとともに、その後の地域でのつながりや活動へと展開していく起点としての役割を果たす取組であることが整理された。

(2) 多様な実践を通じて、活動の共通要素と成立条件が確認されたこと

本調査では、医療機関、当事者団体、自治体、地域の関係機関等による多様な実践事例を収集・分析した。その結果、診断直後のピアサポート活動には、個別相談に近い形態、少人数での語り合い、複数の認知症の人が継続的に集う場など、様々な実施形態が存在することが確認された。他方で、実施主体や場所、運営方法が異なっていても、認知症の人同士の対話を中核としていること、診断直後の認知症の人を無理なく場につなぐ導線を意識していること、その後の居場所や地域でのつながりを見据えていることなど、いくつかの共通要素も見いだされた。

特に事例調査では、医療機関が診断後に活動を紹介し、診察後の流れの中で参加につなげている事例や、認知症の人が参加しやすいよう診察室の近くに場を設けている事例が確認された。他方で、病院以外の場であっても、地域包括支援センター等を通じた紹介や訪問による関わりなど、地域の実情に応じた多様な展開がなされていることも共有された。すなわち、実施形態は一様ではないが、認知症の人同士の出会いを支え、次の場につなぐという機能は共通して重視されていることが整理できた。

(3) 認知症の人が主体となることの重要性が確認されたこと

本調査における重要な成果の一つは、ピアサポート活動は認知症の人が主体となる取組であることを、委員会での議論を通じて改めて明確にしたことである。委員会では、認知症の人ではない者が主体となって進める活動が広がることへの懸念が示され、認知症の人を中心に展開されるピアサポート活動であることが必要不可欠であるとの認識が共有された。また、ピアサ

ポート活動の主体はピアサポーターであることを明確に捉える必要があること、認知症の人同士の会話こそが、考え方の変化や前向きな気持ちの回復につながる中核的要素であることも指摘された。

同時に、認知症の人が主体であることと、支援者が後方から支えることは両立し得ることも確認された。委員会では、調整、見守り、場づくり、関係機関との連携等を担う支援者の存在は不可欠である一方、支援者が前面に出て認知症の人の言葉や関係性を代替してしまってはならないことが指摘された。したがって、本調査の成果は、認知症の人が中心となることを大前提としつつ、それを支える後方支援のあり方も含めて整理した点にある。

(4) 医療機関を含む多主体連携の重要性重要性が確認されたこと

本調査では、診断直後の認知症の人をピアサポート活動へつなぐうえで、医療機関が重要な接点となることが改めて確認された。事例調査では、診断後に医師が活動を紹介し、そのまま本人サポートの会への参加につながっている事例や、認知症の人に会ってみようという気持ちを高める説明を行ったうえで、ピアサポート活動へ接続している事例が示された。これらは、診断後の支援を医療機関の中で完結させるのではなく、認知症の人同士の出会いへ橋渡しする機能として医療機関が重要な役割を果たし得ることを示している。

他方で、診断直後の支援は医療機関のみで完結するものではなく、地域包括支援センター、認知症地域支援推進員、自治体、当事者団体等との連携が不可欠であることも確認された。委員会では、医療側がピアサポート活動の意義を理解しなければ構築が難しいこと、また、認知症地域支援推進員等の理解が広がることで、必要な認知症の人に情報が届きやすくなることが共有された。診断直後のピアサポート活動を広げていくためには、認知症の人同士の関係性を中心に据えつつ、それを地域の多様な主体が支える構造を整えることが重要である。

5.2. 今後の課題

(1) 認知症の人主体を担保する運営のあり方を具体化すること

今後の課題の第一は、認知症の人が主体であることを理念として掲げるだけでなく、実際の運営の中でどのように担保するかを具体化することである。委員会では、認知症の人が形式的に参加するだけの活動が広がることへの懸念が示されており、認知症の人の経験や意思が実質的に活動の中心となっているかを確認できる視点が必要である。また、明示的にピアサポーターを位置付けている取組もあれば、参加者のうち一定の経験を有する認知症の人が実質的にその役割を担っている取組もあり、そのあり方は一様ではない。今後は、地域や活動の実情に応じた柔軟性を持たせつつ、認知症の人が主体であることをどのように運営上担保するかを整理していく必要がある。

(2) 診断直後につなぐ導線と地域で支える連携体制を強化すること

第二に、診断直後の認知症の人を適切なタイミングで活動につなぐ導線を、地域の中でいかに構築するかが課題である。国の基本計画では、認知症の人が診断後早い段階で当事者に出会い、その経験に触れられるよう、ピアサポート活動等を推進するとともに、認知症地域支援推進員と関係機関との連携を推進することが明記されている。委員会でも、専門医に限らず、かかりつけ医を含む医療側がピアサポート活動の意義を理解していることが重要であり、医療側の理解不足が普及のバリアとなっているとの指摘があった。

また、事例調査では、医療機関の中で活動を紹介する事例だけでなく、地域包括支援センター経由で紹介し、訪問によって個別に関わる事例も確認された。今後は、医療機関、自治体、認知症地域支援推進員、地域包括支援センター、当事者団体等が、それぞれの役割をふまえて連携し、認知症の人の状況や希望に応じて無理なく参加できる複数の入口を確保していくことが求められる。

(3) 活動の継続性を支える人材、体制及び財源を確保すること

第三に、活動の継続性を支える基盤整備が課題である。委員会では、特定の少数の認知症の人や支援者に依存するのではなく、活動を支える人材の裾野を広げていく必要があることが共有された。また、認知症の人が主体であるとしても、活動の継続には、調整、見守り、運営支援等を担う後方支援が不可欠であることも指摘されている。したがって、今後は、新たな担い手が無理なく参加し、役割を担っていけるような仕組みや、認知症の人と支援者がともに学び合う実践の蓄積が求められる。

加えて、医療機関での実施に当たっては、人件費や運営費の確保が難しいこと、責任問題や人員配置の課題があることも事例調査で示された。ピアサポーター等への交通費や謝礼の取扱いも含め、継続可能な運営条件をどのように整備するかは、今後さらに検討すべき課題である。

(4) 診断直後に限らない連続的な支援との関係を整理すること

第四に、診断直後の支援を中心に据えつつ、その前後を含めた連続的な支援との関係を整理することが課題である。委員会では、「診断直後」のピアサポート活動は重要である一方で、「診断前」の段階で最も強い不安を感じる人もいることが共有された。また、診断直後の認知症の人との出会いの場と、その後に少し落ち着いた段階での交流の場とは性格が異なること、さらに、「入口」としてのピアサポートと、その後の「居場所」や「発信の場」とを区別しつつ整理する必要があることも指摘された。

このため、今後は、本事業の射程である診断直後の支援としての位置付け・機能を明確にしつつも、その前段階にある不安への寄り添い、その後の継続的な交流、社会参加、発信活動等との関係も視野に入れて、ピアサポート活動の全体像を整理していく必要がある。認知症の人の状態や希望は多様であり、すべての人が同じ経路をたどるわけではないことをふまえ、必要に応じて行き来できる柔軟な支援構造を検討することが求められる。

(5) 各地域で活用しやすい実践知として整理を深めること

第五に、本調査で得られた知見を、各地域で実践に移しやすいかたちでさらに整理していくことが課題である。本調査では、活動の意義、共通要素、推進上の論点を一定程度整理することができたが、実際に地域で実施体制を構築し、認知症の人を活動へつなぎ、継続的に運営していくためには、より具体的な実践知の蓄積が必要である。例えば、誰がどの場面で活動を紹介するのか、支援者はどこまで関与するのか、既存の地域資源とどのように接続するのか、継続のために最低限必要な条件は何かといった点については、今後さらに具体化していく余地がある。

また、活動の効果についても、精神的な負担の軽減や前向きな変化の契機という側面に加え、その後の地域とのつながり、社会参加、発信活動への展開等を含め、多面的に把握していくことが重要である。こうした知見が蓄積されることで、地域の実情に応じた柔軟な展開を認めつつも、認知症の人主体、早期のつなぎ、継続性、地域生活への接続といった共通視点を持った取組として、認知症の人同士のピアサポート活動をより具体的に位置付けることが可能になると考えられる。

※本調査研究は、令和７年度厚生労働省老人保健健康増進等事業として実施したものです。

令和７年度老人保健事業推進費等補助金　老人保健健康増進等事業

認知症の人の診断直後のピアサポート活動の
実施体制構築に向けた調査研究事業報告書

令和８年３月
株式会社日本総合研究所

〒141-0022　東京都品川区東五反田 2-18-1　大崎フォレストビルディング
TEL：090-5530-8020　　FAX：03-6833-9480