

希望のカード（希望をかなえるヘルプカード）で
本人の発信と地域の力を高め、
望む外出を支え合うまちをともにつくる



北海道北見市

オレンジチューター

高齢者・こども110番の家

副会長 青山 由美子

高齢者110番の家「地域食堂きたほっと」2012年3月10日オープン

『行方不明から安全に戻れることを願う会』家族と一緒に探す団体が始まりでした。

SOSネットワーク、昨年度、道に迷った人を自然に保護

【地域住民発見、昨年53人】

誰もが参加できる地域の集いの場、認知症を学び・語り、昼を食べて、災害時互いの協力も！



北見市とともに地域へ「希望をかなえる
カード」(希望のカード)を発信！



希望のカード実践報告① ~スーパーラルス北光店



買い物に行きたいけど、レジが心配とAさん

- ・本人が心配な面は、セルフレジが増えてきている事で操作方法がわからない。
- ・お財布から小銭を出すのに時間がかかるし迷惑をかけてしまう。



希望のカードに手伝ってほしい事を書いて買い物に行ってみますか？

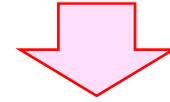


財布にお金が入っています。
手伝って下さい。

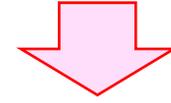




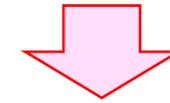
・店員さんも快くカード受け取り お手伝いをして頂けた。



・Aさんは、お財布の小銭を店員さんと一緒に数えていると、財布の中に ラルズで使用できる商品券を発見。



・「この商品券うちで使えますよ～」と優しく教えていただき、早速使用！



このカードを使ったおかげで、商品券を使うこともできて安く買い物する事が出来た！これで500円でおつりが来たんだよ。次も、このカード使って買い物にいこう！

希望のカード実践報告②

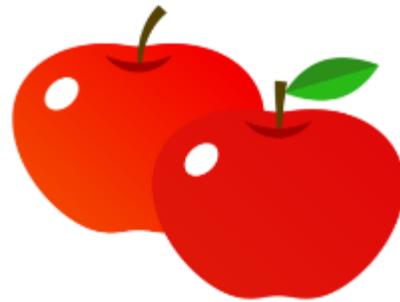
～東武（食品セルフレジ）テイサービス華蓮：江島資料導入

食品コーナーでリンゴを買いたい。とBさん



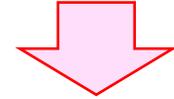
・カードを見た店員さんは、レジの操作をしているB様の後ろについていただいた。

レジで困ったら
助けてください。





・東武では、支払い方法が現金の他にクレジットカードなどある為、タッチパネルでの操作が必要な状況。



・店員さん「現金のところを押してみてください」と教えていただき最後までやり遂げることができた。



実際に、セルフレジを使用したのが初めてのBさんです。とても喜ばれ帰宅時には、リンゴを持ち、ご主人へ「セルフレジ使えたよ～」と、いつもと違い記憶が持続していた。

その後、希望のカード使用継続（安心）からカードを使用しなくても買い物ができる人もいらっしゃいます。



自らチャレンジ成功です。
機能の回復



自信の回復は、意欲へとも・・・



希望のカード作成は、『小さい字は書けないんだ』という希望から、お話を傾聴し実施です。側に寄り添うと**心の声を聴かせていただけることもありますよ。**

地域での同行支援時は、主体は当事者であり、支援者は後方から見守り支援で必要時のみの手助けであります。

カード活用は、本人が買いたいものを①忘れずに、
また②間違えずに買えるように、
③何を買いたいかを書いたカード（例：パン、牛乳、バナナなど）
を用意し持参すると購入することができます。



バスなどを降りる駅やタイミングがわからずに、乗っている間中ハラハラして疲れてしまい、降りそこなう失敗をしてしまう人も少なくありません。
「**♥○○で降りたいんです。声をかけてください。**」カードを持参しましょう。



用事終わってタクシー乗るときに、うっかり住所が言えないことがあるんだわ。このカードがあると助かるよ。

「病院の帰りにね。

タクシー乗り込んだ時、助かるよー」

「何度も引っ越ししてきたら帰りの住所が上手く言えないからさー。

ごちゃごちゃになるんだわー」



タクシーの運転手さんも『行き先が不明となり家の近くに何があるのかを聞くことがあります。』

『助かります。忘れる人が多いんです』と。



自分で出かけ、選び、支払いし、購入です。

今までの買い物は、支援者が前面に出てご利用者は後方でした。
今は、ご利用者がレジ前面で希望を知らせ買い物を行います。

支払いのお手伝いを
お願いします。



外出できる喜びと買い物できる喜び



夜間混乱があっても、地域へ出かけると挨拶もでき、買い物を行い、持参したカードを見せ、店員さんとのやりとりと優しい対応から買い物がスムーズにできました。日常の暮らしの混乱と買い物の場面は心の切り替えチャンネルが違うようであります。買い物遂行の喜びは、自分を褒め認める場となり明日への意欲となるような表情の変化がありました。

選挙だっていきますよ！

記憶が遅くまで残る認知症の方も。
今までの生活の継続となります。

『あっ！〇〇さんは、うちのすぐ側の人だよ』『お父さんも知っている』と。



スピーカーの音に選挙への興味は
次第に強まりました。



希望のカードは、意思表示カードとして
選挙管理の方にお見せし、
会場の中には、
選挙関係者の皆さんがお連れしていただきました。

外に自由に出られる環境は、
人の力を最大限に引き出す働きとなりました。

見たい本がどこにあるかわからない、
検索する所もタッチパネルでわかりづらい、



北見図書館で



「俺は、生まれた津別の駅の写真がみたい」と記入。
早速、書いてある希望のカードを担当の方に渡し、
しばらくじっくりと津別町の本を見ていましたが、急に
「俺、母さんに編み物教えてもらったんだ！」と。



この数か月後にDさんは、持病の悪化からお亡くなりになりました。

お亡くなりになる前の図書館への外出から母親との暮らしを思いだされ、
思い出を編み込むことができました。介護現場の人等へ間接的に仕事の大切さを教えていただいたことに深く感謝申し上げます。

災害時の避難袋にご自分の薬の名前や連絡先等が入っています。【本人の希望】・欠かせない薬の名前です。心臓が悪いです他。



緊急時は知り合い等とバラバラになる危険があります。
○欠かすことができない薬の名前・現病が記入
○家族の名前と連絡先が記入
○かかりつけ医師等記入
その人の優先順位により希望内容を書きこんでいただいております。

当座のおむつや尿パット、懐中電灯、ホッカイロ、
管理できる方は、薬、金銭、保険証、処方箋、位牌等
入っています。

認知症になったからこそ、本人が地域の皆さんへお手本となり発信中です。
出かけられない。何もできない。ではなく、
認知症になっても、行きたい所・やりたい事・買いたい物・少しのご支援で
希望がかなうこと等、一歩、踏み出すことで、これからの日々が変わります。

自らの発信で、世の中を変えていく同志のみなさんであります。
本人が自ら希望したことを、地域でともに支え合い持続発展させていく、まさにチームオレンジです。



日々の中で、本人が発信する力と自信、喜びを高め、本人の(小さな)発信を
感受しながら自然体で支え合う地域の人たちが増えていくことが、
行方不明を防ぐ大切な礎になっています。真のチームオレンジも育っていきます。

誰もが住み慣れた場所で過ごし続けたい！

『希望をかなえるヘルプカード』（希望のカード）は、本人の力を引き出し、機能を回復する宝となる場合もあり、社会参加の重要な道具となるものです。



行方不明からの悲しい事故を防止する為には、

①今まで通りの自然な日常の社会参加から、少し支援が必要な認知症の人を後方から温かく見守る地域の高齢者の皆さんの働きは、月に何度か都合の良い日（事前調整）に、ともに出かける場面が整うと（予防）立派なチームオレンジとしての働きとなり、高齢者の皆さんも認知症になる前のカードの使い方から記憶として残ります。（認知症予備軍への力の伝授）

③「希望をかなえるカード」は認知症になっても、少しでも遅くまで安全に地域のなかでともに暮らすことができると考えます。

♥子どもと高齢者は違いますが、どちらも危険だからと家に閉じ込めておけない環境は同じであると自分は思います。

自分や両親、兄弟・姉妹、子供等が認知症になっても住み慣れた自宅で最後まで暮らし続けられる『地域づくり』を今後も継続したいと思います。

○行方不明にならずに望む外出を続けられるように、また、行方不明になったとしても、無事に家（住まい）に戻れるように♡。

○大きな災害が起きたら、全員を助けることは困難であることは過去の災害からも明らかのように思います。



※せめて、助かるはずの命、助かった命を守るためにも、自分等はお世話になっている地域の皆さんや縁のあったご利用者の皆さんへ、このカードの推進を勧めております。

よろしければ、一緒に取り組んでいきましょう。



実施してみたいと希望する地域の皆様へ

日本の隅々までこの「希望のカード」が広まりますように・・・

微力ですがこのフォーラムの終了後も、
北見市や東京センターと協働しながら、
『希望をかなえるカード』（希望のカード）の普及や
活用の情報をお伝えさせていただきます。

『高齢者・こども110番の家』
(有) 青山由美子オフィスコーポレーション
青山 由美子

a.yumiko@aoy-corp.org こちらまでどうぞ