

## アクセシブルな観光 第2報

### －「介護家族が認知症の人と共に旅行をする」 支援プログラム－

大 橋 美 幸

#### 1. はじめに

前報<sup>1)</sup>において、認知症の早期診断、進行を一定程度抑制する薬の進歩等により初期認知症の層が厚くなり、従来の子どもによる老親の介護から夫婦による配偶者の介護が増えつつあること等により、あまり介助を必要としない初期認知症が介護家族と夫婦で旅行する例が増え、介護リフレッシュ旅行に「介護家族が認知症の人と共に旅行する」という新たな意味が付与されていることを紹介した。加えて、初期認知症において支援の中心は見守りであり、観光地等の受け入れ側に認知症に理解のある支援ボランティアをおき、必要に応じて移動に同行するボランティアが付く提案を行った。

本報では、この目的地に支援ボランティアが居て、必要に応じて移動に同行するボランティアが付き「介護家族が認知症の人と共に旅行する」ことを支えるプログラムを紹介し、参加者アンケートから、その意味を検証する。

#### 2. 調査方法





調査対象は T 県の認知症介護家族会で 2007 年から年 2 回実施されているプログラム参加者である。プログラムは 2 泊 3 日で全国から認知症の人と介護家族、支援者が集まり、交流やレクリエーションを行っており、毎回 10 数組、40 人程度が参加している【表 1】。プログラムの構成は従来の介護者リフレッシュ旅行でよく行われているものであるが、従来の介護者リフレッシュ

表1 T県の支援プログラム

1日目	PM 到着 オリエンテーション、それぞれ自己紹介
2日目	AM 認知症の人、家族それぞれに交流会 PM スポーツ、散策、陶芸等
3日目	AM 講演会で発表する「認知症の人の声、家族の声」作成 PM 一般市民参加の講演会

旅行において支援ボランティアが出発時点から目的地、また目的地からの帰りの移動に同行するのに対して、このプログラムでは支援ボランティアは移動に同行せず目的地で待っている。一部の人で出発地から移動に同行するボランティアがいるが、それは出発地側にいる別団体のボランティアである。加えて、従来の介護者リフレッシュ旅行では、目的地で介護家族がプログラムに参加するために認知症の人を別室等で支援ボランティアが見守るのに対し、このプログラムでは多くの内容を認知症の人と介護家族が共にする点に特徴がある。交流会は介護家族向けの交流会だけでなく、認知症の人は認知症の人同士で交流できるよう、認知症の人向けの交流会が別にもうけられている【表2】。

表2 T県の支援プログラムと従来の介護者リフレッシュ旅行との相違点

	T県の支援プログラム	従来の介護者リフレッシュ旅行
支援ボランティアの役割	<p>出発地                      目的地</p>  <p>支援ボランティアは目的地のみ (移動に同行するボランティアが付く場合は、出発地側にある別団体のボランティアが付く)</p>	<p>出発地                      目的地</p>  <p>支援ボランティアは出発地から移動を含めて、すべてに同行する</p>
認知症の人と家族のすごし方	 <p>認知症の人と家族が共にプログラムに参加する</p>	 <p>家族がプログラムに参加できるように、認知症の人は別室ですごす</p>

参加者の募集は認知症家族介護会の全国的なつながりを活かしてされており、「認知症の人は言語でのコミュニケーションが可能である」等の条件が付いている。プログラムが開始された経緯が、初期認知症の人、65歳未満の発症である若年認知症の人たちが全国から集まった交流会であったこと等から、比較的初期で若い認知症の人が参加している。

プログラム参加者にアンケートを行った。プログラムの中で、認知症の人と介護家族または出発地側から移動に同行してきた別団体のボランティア1組に1部ずつ配布し、認知症の人、介護家族、別団体のボランティアのいずれかから回答を得た。調査項目は認知症の人の基本属性、これまでのプログラム参加・感想、プログラム以外に認知症の人または介護家族が旅行をした経験・目的等である。

### 3. 調査結果

#### (1) 回答者基本属性

認知症の人は20人。男性14人、女性6人。年齢は39～78歳。30代1人、50代3人、60代14人、70代1人であり、60代が7割を占める【図1】。認知症の人としては、比較的若い者が多い。

認知症の診断名はアルツハイマー病14人、前頭側頭葉型認知症4人、未診断1人であり、アルツハイマー病が多い。診断を受けたのは1～9年前。1～2年前が3人、3～4年前が4人、5～6年前が9人、7年以上前が3人であり、診断から一定期間が経過している【図2】。

現在の介護保険の介護度は、未申請が7人、

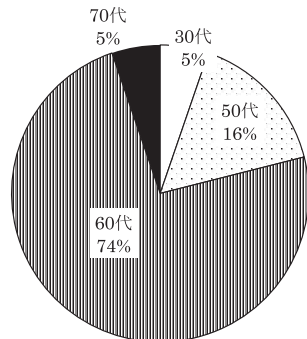


図1 回答者基本属性  
：認知症の人の年代

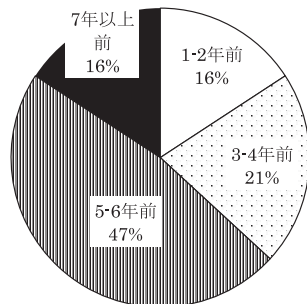


図2 回答者基本属性  
：認知症の診断時期

非該当（自立）が1人、要介護1が2人、要介護2が4人、要介護3が5人【図3】。比較的軽度な者が多い。現在利用している介護保険サービスは「利用なし」7人、「通所サービスのみの利用」12人である。比較的軽度な者が多いため、利用サービスは少なくなっている。

居住地はプログラムが行われているT県内5人であり、いずれも別の市町村からである。T県以外は14人であり、東北地方3人、関東・甲信越地方5人、関西地方5人、中国・四国地方1人と広範囲にわたっている【図4】。

## (2) プログラムへの参加状況

認知症の人のこれまでのプログラムへの参加は、調査実施時を含めて1～11回。1回は調査実施時が初めての参加であり、11回はプログラム発足当初から全回参加していることを示している。1回は6人、2～3回は5人、4～5回は4人、6回以上は3人である【図5】。初めての参加者も居るが、リピーターが多いことが分かる。

認知症の人は、調査実施時のプログラムに「一人で参加している」2人、「家族と参加」11人、「（移動に同行した）ボランティアと参加」2人、「家族と（移動に

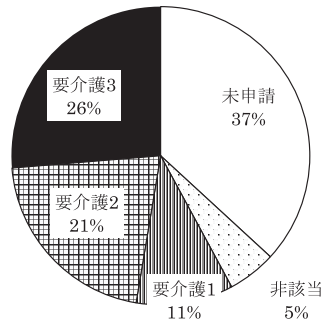


図3 回答者基本属性  
：現在の要介護度

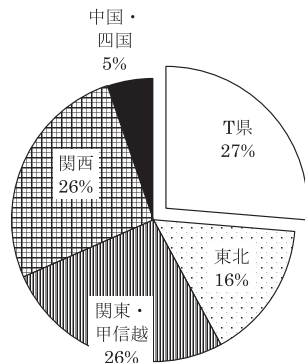


図4 回答者基本属性  
：認知症の人の居住地

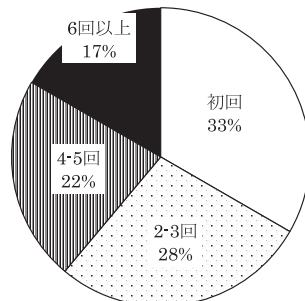


図5 認知症の人の  
プログラムへの参加回数

同行した) ボランティアの両方と参加」3人。比較的軽い認知症の人が多いため、一人で参加している人もいる。回答のあった18人のうち、移動に同行したボランティアがいない13人(72.2%)は、自宅近隣の出発地から目的地までの往復で移動支援を受けておらず、目的地で待っている支援ボランティアだけでプログラムに参加していることを示している。介護保険の要介護度を見ると、「一人で参加している」、家族が同行せず「(移動に同行した) ボランティアと参加」している者はいずれも未申請及び非該当(自立)であり、「家族と(移動に同行した) ボランティアの両方と参加」している3人は要介護2が1人、要介護3が2人であった【表3】。

表3 認知症の人の要介護度とボランティア等の同行

	一人で参加	家族と参加	移動に同行するボランティアと参加	家族と移動に同行するボランティアと参加
未申請・非該当(自立)	2人	4人	2人	
要介護1		2人		
要介護2		3人		1人
要介護3		3人		2人

認知症の人と一緒に参加している家族は、配偶者9人、(認知症の人の)母親1人、(認知症の人の)子ども1人。移動に同行しているボランティアは、T県以外の認知症家族会ボランティア4人、ケアマネジャー1人であった。

T県のプログラムに参加した主な交通手段はJR・市電が9人、自家用車(自分や家族の運転)が5人、自家用車(知人等の運転)が4人。認知症の人が「一人で参加している」2人はいずれもJR・市電である。移動に同行したボランティアは、JR・市電や自家用車で移動を支援しており、自家用車(知

人等の運転)は移動に同行したボランティアによる運転である【表4】。

表4 認知症の人の移手段とボランティア等の同行

	一人で参加	家族と参加	移動に同行するボランティアと参加	家族と移動に同行するボランティアと参加
JR・市電	2人	5人		2人
自家用車(自分や家族の運転)		5人		
自家用車(知人等の運転)		1人	2人	1人

認知症の人がプログラムに参加した経緯は「家族に誘われた」4人、「友人に誘われた」1人、「知人・支援ボランティアに誘われた」8人である。認知症家族会の関係者や専門職等に誘われてプログラムに参加していることが推測される。

認知症の人がプログラムに参加する目的は、回答のあった18人のうち「友達や知り合いに会える」10人、「旅行ができる」5人、「内容が楽しい」6人であった【図6】。リピーターが多く、以前のプログラムで出会った人との再会が楽しみにされていることが分かる。

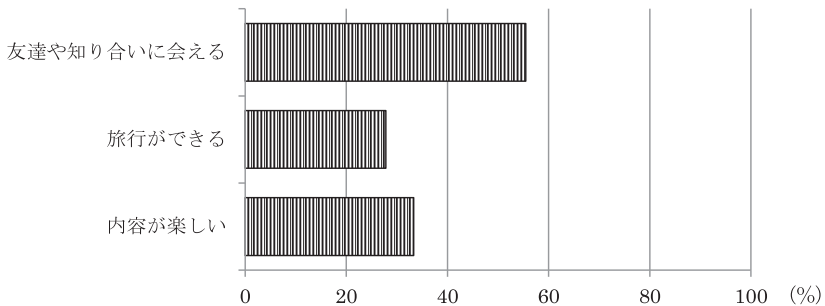


図6 認知症の人がプログラムに参加する理由(複数回答)

逆に家族がプログラムに参加する目的は、回答のあった12人のうち「認知症の人が楽しそうだから」7人、「認知症の人と一緒に参加できるから」7人、「家族同士の交流ができるから」10人であった【図7】。家族同士の交流と共に、認知症と一緒に参加できること、認知症の人の楽しみが大切にされていることが分かる。

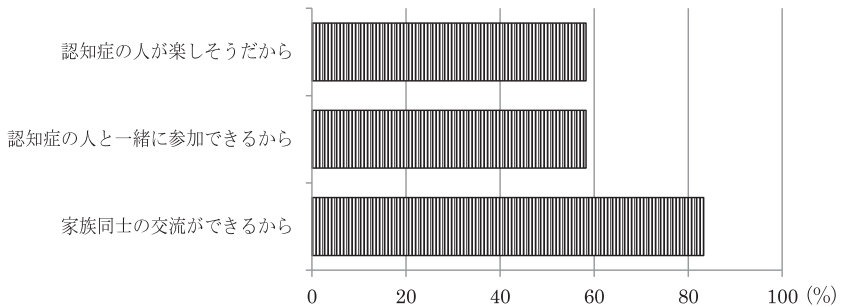


図7 家族がプログラムに参加する理由（複数回答）

実際にプログラムに参加してみて、認知症の人の感想として「楽しかった」、「優しい笑顔と言葉にやさされる」等の意見があり、以前のプログラムで出会った人と再会して「〇〇さんと会えたこと」が良かったという声がある。認知症の人が交流会に参加していることで「自分と同じ考えの方と知り合えた」、「いろいろな認知症の方と家族の関係が理解できる」という意見もある【資料1】。

家族の感想として、「主人の笑顔が見られたこと」、「（認知症の人と）二人で久しぶりにスポーツができた」等の意見があり、家族同士の交流について「思いを同じくした家族と3日間共にできた」、「同じ悩みを持つ仲間と話し合える」、「自分だけという思いがなくなりました」等の声がある。講演会や交流会への専門職参加について「お話が聞けて良かった」、「治験のことをお話いただいてうれしかった」等の意見もある。認知症の人と同様に「〇〇さん夫婦と一緒に参加でき（中略）懐かしい『心の故郷』です」、

「懐かしい仲間と共にすごせたこと」と再会を喜ぶ声があり、進行性の疾患である認知症を反映して「今回も参加できたこと」が良かったという意見もある【資料2】。

### (3) プログラム以外の旅行経験

認知症の人が認知症になってから、本プログラム以外に旅行や観光をした経験は、回答のあった16人のうち国内旅行14人、海外旅行5人、本プログラム以外に行ったことはない2人であった【図8】。国内旅行に行っている者が多く、海外旅行に行っている者もいる。国内旅行は「日帰りツアーで観光」、「温泉」等、行き先は様々であり、「娘家族に会いに行った」、「夫の実家、母の姉妹の家」、「元の勤務地」等もあった。同行者は主介護者だけでなく「子どもと」、「通所サービスから」、「家族会で」等の回答もあった。海外旅行も同様に行き先は様々であり、「結婚式」、「知り合いに会うため」等の目的もあった。同行者も家族だけでなく、「一人で」、「同窓生と一緒に」、「友人と」等の回答があった。

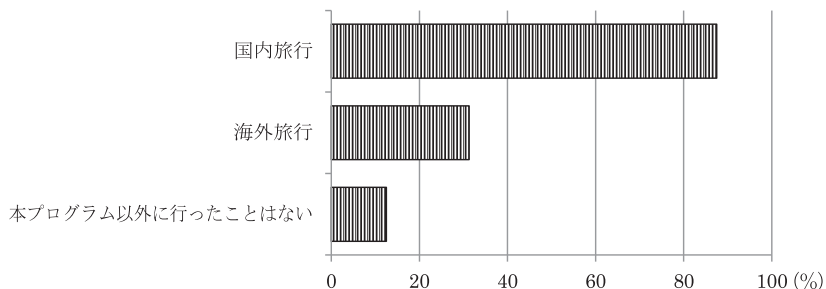


図8 認知症の人が本プログラム以外に旅行や観光をした経験

認知症の人が旅行や観光をする難しさとして、感情が不安定であり、時間がかかること。公共交通機関のバリアフリー、宿泊先の配慮を求める声があった【資料3】。T県のプログラムにおいては目的地及び「宿泊先」



の配慮を支援ボランティアが行っており、出発地からの移動及び「公共交通機関のバリアフリー」を出発地側から移動に同行した別団体のボランティアが補っていると考えられる。

認知症の人にとって旅行や観光をする意味は、回答のあった 17 人のうち「思い出づくり」14 人、「できる間にできることをする」15 人、「知り合いに会う」6 人、「懐かしい場所を尋ねる」9 人、「外出の機会」7 人、「非日常に刺激を受ける」8 人、「同行する家族等との関係の築き直し」1 人、「認知症の人の息抜き・癒し」6 人であった【図 9】。認知症が進行性の疾患であることを反映して「思い出づくり」、「できる間にできることをする」が多くなっている。

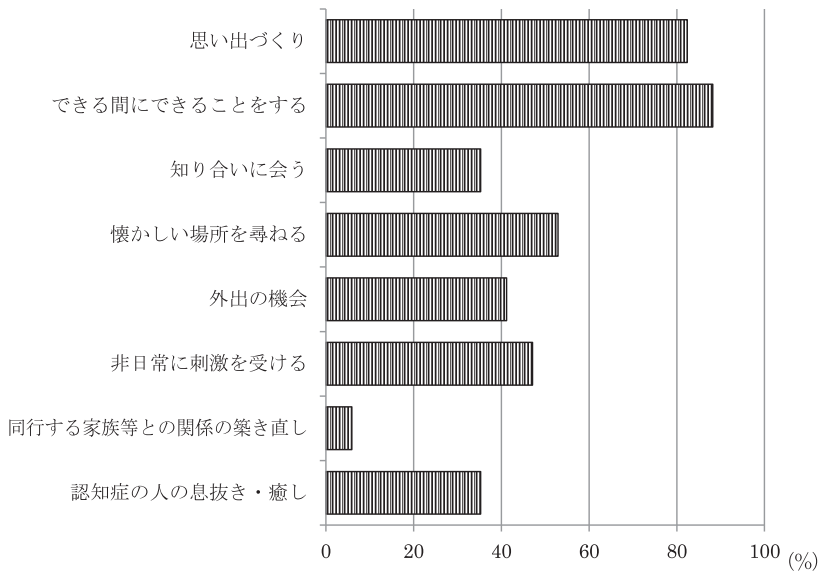


図9 認知症の人が旅行や観光をする意味

逆に家族にとって認知症の人と一緒に旅行や観光をする意味は、回答のあった 13 人のうち「認知症の人との思い出づくり」8 人、「認知症の人との関係の築き直し」3 人、「認知症の人の新たな面の発見」5 人、「認知症の人同

伴で家族同士の交流ができる」8人であった【図10】。認知症の人が旅行や観光をする意味と同様に「思い出づくり」が大切にされていると共に、「認知症の人同伴で家族同士の交流ができる」ことも重要視されている。

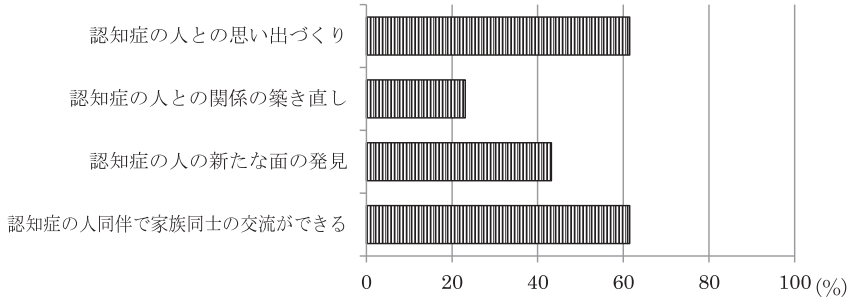


図10 家族が認知症の人と一緒に旅行や観光をする意味

家族が認知症の人とは別に、家族だけで旅行や観光をする意味は、回答のあった12人のうち「リフレッシュ」8人、「必要な用事をする」1人、「自分の趣味を楽しむ」2人、「知り合いや友人に会う」5人、「認知症の人と離れて家族同士の交流ができる」2人であった【図11】。認知症の人と一緒に旅行や観光する意味とは異なり、家族の「リフレッシュ」をあげる者が多い。

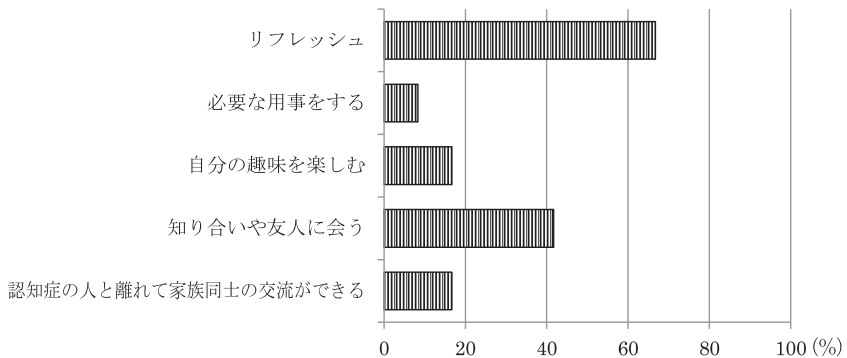


図11 家族が家族だけで旅行や観光をする意味

このような家族が認知症の人とは別に、家族だけで旅行や観光をした経験は、回答のあった13人のうち国内旅行2人、海外旅行1人、家族だけで旅行や観光をしたことはない10人であった【図12】。家族だけで旅行や観光をしたことがない者が多い。認知症の人の多くが国内旅行をしたことがあるのと対照的である。この理由として、「ショートステイはまだ利用したことがありません。今は本人も嫌だと思われるので無理だと考えます」、「他の家族にまかせて出かけることはできません」、「主人が動けるうちは一緒に行きたいと思っています」等の意見があった。

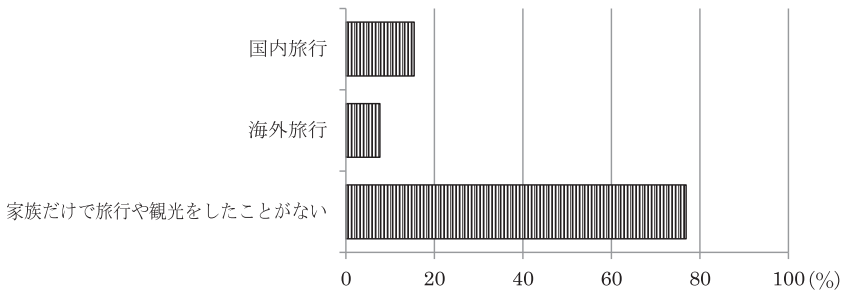


図12 家族が認知症の人とは別に、家族だけで旅行や観光をした経験

#### (4) 移動に同行した出発地側の別団体ボランティアの意見

出発地から移動に同行し、認知症の人及び家族とプログラムに参加した別団体ボランティア5人の感想【資料4】は、「元気になれる」、「ご本人の思いを様々な場面で見せていただけた」等があり、ボランティアが所属する団体に持ち帰るため「継続してケアができるパスの作成」を求める声もある。

他方でプログラム自体について「人数が多すぎたように思う」、「話し合いも時間が不足していたように感じた」等の意見があり、このような外からの評価を取り入れて見直していくことが必要であろう。

従来の介護者リフレッシュ旅行等と支援ボランティアの動き方が異なるため、「どう動いて良いかとまどった」、「ノウハウを事前に伝えていただい

たほうがよい」等の意見もあり、その場に参加するボランティアに支援の方向性を共有し、経験を伝えていくことが必要である。

#### 4. まとめ

初期認知症が介護家族と共に夫婦で旅行することを支えるプログラムを紹介し、参加者アンケートからその意味を検証した。

参加者は介護保険の介護度が未申請から要介護3であり、半数が配偶者と参加している。初期から中程度の認知症の人が、介護家族と共に夫婦で参加していることが分かる。参加者が考える「認知症の人が旅行や観光をする意味」、「家族が認知症の人と一緒に旅行や観光をする意味」と認知症の人及び家族がプログラムに参加する理由・感想はおおむね重なっており、参加者の旅行や観光に求める目的が充足されていると考える。

このプログラムの特徴の一つは、支援ボランティアが目的地において移動に同行せず、必要に応じて移動に同行する出発地側の別団体のボランティアが付いている点である。7割の参加者が移動に同行するボランティアが付いておらず、目的地の支援ボランティアだけでプログラムに参加している。介護保険の介護度で、未申請の一部は認知症の人が「一人で参加」しており、要介護3であっても一部は「家族と参加」している。家族と参加すれば軽度から中程度の認知症の人の多くが、目的地の支援ボランティアだけでプログラムに参加でき、必要に応じて出発地側の別団体のボランティアを付けていけば良いことが分かる。

認知症の人の多くが国内旅行をしているが、宿泊先や公共交通機関等、様々な難しさを感じている。このプログラムにおいては目的地及び「宿泊先」の配慮を支援ボランティアが担い、出発地からの移動及び「公共交通機関のバリアフリー」を必要に応じて出発地側から移動に同行する別団体のボランティアが補っている。この実績は多くの観光地で利用可能であり、認知症の人及び介護家族のアクセシブルな観光に役立つものであると考える。

プログラムの構成を見ると、交流会やレクレーション等、従来の介護者リフレッシュ旅行でよく行われているものであり、全国各地で数多く実施されている介護者リフレッシュ旅行を一部変更すれば対応が可能である。家族がプログラムに参加するために認知症の人を別室等で支援ボランティアが見守るのではなく、多くの内容を認知症の人と家族が共にする点が異なっており、支援ボランティアの動き方が変わってくる。このプログラムにおいても、移動に同行して別団体から参加したボランティアからとまどいの声があった。一定の理念の共有やノウハウの伝達が必要である。

移動に同行して別団体から参加するボランティアの存在は、プログラムの問題点を指摘し、改善を図るきっかけともなっている。また、別団体のボランティアからすれば、このプログラムに参加した経験は所属する団体に持ち帰られ、同様のプログラムが広がったり、対象者の声に答える新たな支援の創出につながっていくことが期待される。

なお、家族が家族だけで旅行や観光をする意味は「リフレッシュ」等、認知症の人と共に旅行する意味とは別にあり、「家族だけで旅行や観光をしたことがない」者が多いことから、ショートステイや見守り等、介護家族のレスパイトへの配慮は別途必要であろう。

## 文献

- 1) 大橋美幸：アクセシブルな観光－介護家族が認知症の人と共に旅行する意味、函館大学論究 45(1)、pp.71-82、2012年

## 資料1 認知症の人のプログラムに参加した感想

※自由記入より抜粋、【 】はこちらで分類したもの

**【楽しかった】**

- ・楽しかったです
- ・とてもよかったです
- ・たくさん歌も歌って楽しかった
- ・料理もいろいろあっておいしかった

**【知り合いや仲間と出会えた】**

- ・自分と同じ考えの方と知り合えた
- ・〇〇さんに会えた

**【学びになる】**

- ・いろいろな認知症の方と家族の関係が理解できること
- ・いろいろな人の体験、話を聞き、自分の悩みと同じだったり、皆それぞれの悩みがあることを知る
- ・参加して、認知症が進行してからの主体的生き方はやさしくないと思いました。それだけに軽症時からの自発的努力が必要

**【安心する、いやされる】**

- ・自分の今の気持ちを皆の前で話し少しほっとする
- ・故郷に帰ったみたいで良かった
- ・皆様の優しい笑顔と言葉にいやされる
- ・みなさんに気持ちよく声をかけてもらった
- ・まわりの人のやさしさに感謝しています

**【また参加したい】**

- ・みなさんに会うまではいろいろと気を使ったけれど、声をかけてもらって「来て良かった」と思い、また参加したいと思った

## 資料2 家族のプログラムに参加した感想

※自由記入より抜粋、【 】はこちらで分類したもの

## 【認知症の人と一緒にすごせた】

- ・二人で久しぶりにスポーツができた

## 【認知症の人が楽しそうだった】

- ・大変楽しい会でした。主人も楽しそうで、参加して良かったと思います
- ・夫の楽しい笑顔が見られた
- ・娘の楽しそうな笑顔が見られた
- ・主人の笑顔が見られたこと
- ・本人がとても喜んでいる姿が見られた
- ・本人の喜ぶ姿が一番うれしく思います
- ・皆さんと一緒に何回も楽しい歌を歌え、笑うことが多い
- ・みんなで歌う時は本当に楽しそうです
- ・同じ病気の仲間といると安心なのか、表情が豊かになり、笑顔もよく見られる。話もする。

## 【認知症の人の新たな面が発見できた】

- ・スポーツで汗を流す姿が見られた
- ・体を動かすことができてよかった
- ・できることはすごくがんばってくれる
- ・本人同士で散歩している最中に家族も知らない話が出てくる。特に少年時代の話をしてくれるようになった

## 【知り合いや仲間と出会えた】

- ・〇〇さん夫婦と一緒に参加できた。6回目ともなると懐かしい「心の故郷」です。
- ・〇〇さんとご一緒できた
- ・懐かしい仲間と共にすごせた
- ・いろいろな人と会えて良かった
- ・同じ病気の仲間が集まり、みんな頑張ってこられ心強く思った
- ・全国のみなさんと会えた

**【家族同士の交流ができる】**

- ・ 同じ悩みを持つ仲間と話し合える、分かってもらえる場がある幸せ
- ・ 自分だけという思いがなくなりました。皆様もいろいろなことが起こり、悩んだと思われると何か気持ちが少し楽になった思いです
- ・ 本人は本人同士のみでの話し合い、家族は家族同士のみでの話し合いで行っていることに安心感があります。
- ・ 本人は本人同士のみでの話し合い、それにより気遣いなく何でもしゃべれる
- ・ 思いを同じくする家族と3日間共にできた

**【学びになる】**

- ・ 皆様がとても温かく大変勉強になりました
- ・ (講師に)直にお会いしお話が聞けて良かった
- ・ (つどいに参加している専門職に) 治験のことをお話いただいてうれしかった

**【参加できてよかった】**

- ・ 参加できるかどうかの状態だったので参加できたことがよかった
- ・ 今回も参加できた



## 資料3 認知症の人が旅行や観光をする難しさ

※自由記入より抜粋、【 】はこちらで分類したもの

**【感情の不安定さ】**

- ・機嫌が悪くなった時もあり大変でした
- ・家にいることが一番安心して落ち着けるので、家でないことで不安を感じることもある

**【時間がかかる】**

- ・行動する時にこちらの言うことをきかなくなり動かなくなって困った
- ・時間にしばられるツアーには、現在では無理になりました。

**【交通機関のバリアフリー】**

- ・列車での行動が難しくなっています。歩行やトイレ、階段など
- ・列車内のトイレが狭すぎる
- ・駅のエレベーターやエスカレーターのないところがまだ多い

**【宿泊先の配慮】**

- ・宿泊先に認知症を伝えるべきか
- ・宿に貸し切り風呂があると、せっかく温泉にきたから入ることができると思います
- ・男女別々に大浴場に入る時
- ・まだまだ認知症に対する宿泊先、一般の方の意識がないことが多い

## 資料4 移動に同行したボランティアのプログラムに参加した感想

※自由記入より抜粋、【 】はこちらで分類したもの

**【認知症の人が家族と一緒にすごしている様子を見て】**

- ・元気になる
- ・笑顔になれる
- ・全国からのご本人、ご家族に会って元気をもらえた
- ・本人交流が自然に随所でされていると感じ、うれしく感動しました。
- ・共に生きる体験が持てたこと、2人の本人さんと今後も交流できるきっかけが作れたこと有意義でした

**【認知症の人の支援】**

- ・ご本人が不安になられた時、一人になられた時など、そばでお話を傾聴させていただきました。心によりそうことの大切さを感じました。
- ・病気をみってしまう
- ・ご本人の思いを様々な場面で見せていただけた

**【従来の介護者リフレッシュ旅行等との支援の違い】**

- ・雰囲気の違いを感じ、最初は立ち位置が「これでいいのか」と迷ってしまいました
- ・どう動いて良いかとまどったこと
- ・自分が十分に働けなかったこと
- ・ノウハウを事前に伝えていただいたほうがよい
- ・自分の役割をきちんと認識して、臨機応変に対応できるよう努力が必要と感じた

**【ボランティアが所属する団体への持ち帰り】**

- ・継続してケアができるパスの作成は

**【プログラムについて】**

- ・このような交流会を企画していただきありがとうございます
- ・人数が多すぎたように思う
- ・人数の制限をされてもよいのでは
- ・疾患別のグループも考慮に入れてはどうか
- ・話し合いも時間が不足していたように感じた
- ・朝早くから夜まで一日の予定があり、ご本人の中にもお疲れが出た方が何人か見えたので、途中でその方には休憩を入れた方が良いと感じました
- ・今後も続けて欲しいです