

水と緑のあふれる

高齢者にやさしいまち大垣

 認知症ひとり歩き見守り模擬訓練

 高齢者見守りシール活用訓練

実施手引き



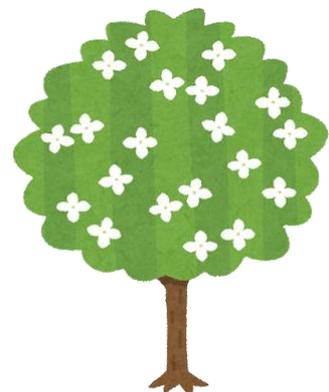
大垣市 健康福祉部 高齢福祉課

令和4年8月発行

(令和7年12月改訂)

目 次

1. 大垣市が目指すもの	1
2. 手引きの活用にあたって	1
3. 認知症について理解しましょう	2
4. ひとり歩き見守り模擬訓練の目指すもの	4
5. ひとり歩き見守り模擬訓練・高齢者見守りシール活用訓練の内容	
① 認知症サポーター養成講座	5
② ひとり歩き見守り模擬訓練	5
ひとり歩き見守り模擬訓練開催までの流れ	8
③ その他相談窓口	11
④ 当日必要な物品について	12
認知症の人を早期に発見・保護する取り組み	13



1. 大垣市が目指すもの

わが国の認知症及び軽度認知障害（MCI）の高齢者は、2040年（令和22年）には約1,197万人となり、65歳以上の3.3人に1人が認知症に関わる症状があると推計されています。これを大垣市に置き換えますと、2040年（令和22年）の65歳以上人口推計約48,400人であることから、約14,700の方が認知症及び軽度認知障害（MCI）になると推計されます。なお、軽度認知障害（MCI）の方すべてが認知症に進行するわけではありません。

このように誰でも自分や家族が認知症になる可能性があるなかで、市は認知症になっても本人及びその家族が安心して暮らせるまちづくりを実現するため、地域の皆様のご協力も得ながら「高齢者等見守りシール」など様々な施策に取り組んでおります。

その施策の一つとして、認知症についての正しい知識の普及を図りながら、地域での見守りと支え合い、関係機関との連携を深めるために「認知症ひとり歩き見守り模擬訓練」を実施します。

訓練の準備などを通じて地域の方々と認知症について考え、「認知症があってもなくてもお互いさま」と支え合う「高齢者にやさしいまち大垣」を目指します。

2. 手引きの活用にあたって

近年、認知症によるひとり歩きに伴い、家族の負担も増えつつあります。行方不明の発生から時間が経つほど捜索が難しくなるばかりか、本人も強い不安や身体的危険にさらされます。また、ひとり歩き高齢者を家族だけで見守ることは困難であり、地域住民の皆様の協力が必要となってきます。

認知症への理解を深め、地域の皆さんの連携体制を確認するため、「認知症ひとり歩き見守り模擬訓練」の実施が有効です。本手引きでは、その具体的な実施方法をまとめました。

ひとり歩き高齢者に対し、声かけ・見守り・保護していく仕組みづくりは地域包括ケアシステム（※）の構築に欠かせない取り組みの一つであります。

本手引きを活用し、皆さんの地域で認知症ひとり歩き見守り模擬訓練を実施してみませんか。

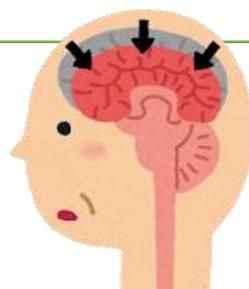
※地域包括ケアシステムとは

たとえ介護が必要になっても、住み慣れた地域で自分らしく暮らし続けるまちをつくることです。

3. 認知症について理解しましょう

認知症とは・・・

脳の細胞が死んでしまったり、働きが悪くなったために、さまざまな障がいが起こり、日常生活に支障がでている状態のことです



認知症の症状

もの忘れ

- ・覚えられない
- ・同じことを何度も聞く

理解・判断力の低下

- ・考えるスピードが遅くなる
- ・考えることが難しくなる

失見当識

- ・時間の感覚が薄れる
- ・ここがどこかわからなくなる

実行機能障がい

- ・段取りよく行動できない
- ・今までできていたことができなくなる

本人の **性格・環境、人間関係** などが影響



妄想

財布が見つからない。
きっと、嫁が盗んだに
違いない。

うつ

失敗ばかり。
自分じゃないみたい…。
不安だ。



暴言暴行

まだまだできるのに。
私の役割をとらないで！

ひとり歩き

家の近所だが道に迷った。
帰る道が分からない…。



※認知症の徘徊行動は、本人なりの目的があることから「ひとり歩き」としています。

～ 行方不明の原因となる「ひとり歩き」について考えてみましょう ～

こんな場面 を見かけたことはありませんか？

雨の中、傘もささずに歩いている



同じところを行ったり来たりキョロキョロしている



コンビニの前に長い時間座り込んでいる



これらは、実際に道に迷った人の事例です。
見かけた人が「あれ？おかしいな」と気づき、声をかけ、保護につながりました。

「あれ？」気づきのポイント

「時間」

- ・早朝
- ・深夜
- ・長い時間ずっと 等

「場所」

- ・道路の真ん中
- ・農道 ・堤防
- ・バス停や公園のベンチ 等

「様子」

- ・服装 ・疲労
- ・ケガ
- ・汗だく 等



その人なりの目的や理由があることを知る

買い物に行ってきます

お墓参りに行かなきゃ

そろそろ自宅に帰らないと...



目的や理由があって歩き始めますが、歩いているうちに・・・

- ・目的を忘れてしまう
- ・昔と今の記憶が混在していて風景の違いに混乱する
- ・道に迷ったことを人に言えず、自分で何とかしようと歩き続けてしまう

その人の気持ちに共感する

誰でも道に迷ったら、不安や焦り、時にはイライラした気持ちになります。どのように声をかけられたら、安心するでしょうか。

不安な気持ちを分かってくれる
やさしくゆっくり声をかけてくれる
頭ごなしに否定しない

対応の心得 「3つの「ない」

1. 驚かせない
2. 急がせない
3. 自尊心を傷つけない



4. ひとり歩き見守り模擬訓練の目指すもの

① 地域住民が認知症を正しく理解する

子どもから高齢者までの幅広い世代で、認知症の人や家族を、日頃から見守る人が増えることを目指します。

- 認知症サポーター養成講座
→5ページへ



② 行方不明になることを未然に防ぐため 困っている人に声をかけ、適切に対応できる

日常生活の中の不自然な様子に気づき、声かけする人が増えることを目指します。

- 声かけ訓練
- 見守りシール活用訓練
→5～6ページへ



③ 認知症になっても 安心して暮らし続けることができる地域をつくる

普段から自分や家族が認知症であることを周囲に話すことができ、もしもの時には、SOSが出せるような地域を目指します。



5. ひとり歩き見守り模擬訓練の内容

① 認知症サポーター養成講座

認知症について正しい知識を持ち、認知症の人の気持ちを理解しましょう。

認知症に関する基礎知識等

- 認知症を我がこととして考える
- 認知症の種類と症状
- 早期発見の重要性 ● 予防
- 認知症の人の気持ちの理解
- 接し方のポイント ● 相談窓口



**上記の基礎知識に加え、地区のことや認知症のことなど、
地区それぞれのテーマで意見交換をしましょう。**

地区の良いところを話そう！

- 地区での活動を通して感じる事
- 地区の誇りや大事にしている事



② ひとり歩き見守り模擬訓練

ひとり歩き役の人への声かけなどの対応を通して、認知症の人の気持ちや地域で認知症の人を支えることの大切さを体感しましょう。

ひとり歩き役の様々な設定の例

設定	対応のポイント
昔と今の記憶が混在して、現在は閉店したお店に行こうとしている	<ul style="list-style-type: none">• 間違いを否定しない。• 行き先が不明確な時は、身元がわかるものがないか尋ねる。
道に迷い、水路の脇に疲れた様子で座りこんでいる	<ul style="list-style-type: none">• 驚かせないように声かけし、安全な場所へ誘導する。• 体調不良やケガはないか確認する。

～声かけ訓練・見守りシール活用訓練の場面設定例～

声かけ訓練の場面

夏なのに冬用の上着を着て、キョロキョロと不安な様子で歩いている人がいます。



参加者

「暑いですね。どちらに行かれるのですか？
私は近所の〇〇です。」

ひとり歩き役

「郵便局に行きたいんやけど、
道がわからなくなったんや。」

参加者

「郵便局ですか。私も同じ方向なので一緒に
行きましょう。」

ひとり歩き役

「そうですか。ありがとうございます。」

声かけのポイント

- ・自分の名前を伝えたことで安心してもらえます。
- ・熱中症の心配がある時は木陰などに誘導し、体調を確認することが大切です。
- ・郵便局に送り届けるだけでなく、郵便局の方に状況を伝えましょう。

見守りシール活用訓練の場面

何か困っている様子の人がもし
見守りシールを身に付けていたら…



参加者

「こんにちは。
どこかに行かれるところですか？」

ひとり歩き役

「家に帰る所だけど…。
なんか疲れたわ。」

参加者

（あっ見守りシールだ。帰り道が分からなくな
っているかもしれない。）

「お手伝いできることがあるかもしれな
いので、このシールを読み取らせてくだ
さい。座って休憩しませんか。」

ひとり歩き役

「そうね。そうしようかな。」

読み取り時のポイント



- ・相手の正面から話しかけたことで安心してもらえます。
- ・丁寧に声かけをしてから見守りシールの読み取りをすることが大切です。
- ・ひとりで対応するよりも周りに人がいたら協力を求めましょう。

見守りシールとは・・・

認知症の症状等で行方不明になるおそれのある方の衣服や持ち物に貼ることのできるシールです。

発見者は、見守りシールについている二次元コードをスマートフォンで読み込むことで、本人の家族と連絡を取り合うことができます。



見守りシールを読み取ると...

※発見者も家族も、名前や電話番号などの個人情報のやり取りをすることはないので安心です。

<発見者側>

耳が遠いから大きな声で話しかけてとあるわ。
今の居場所と健康状態を入れて送信すればいいんだね



発見者

どこシル伝言板
QRコードを読み取って頂き、ありがとうございます。

ご協力をお願いします

どこシル伝言板®はラベルシールに表記された市区町村が運営する見守り支援サービスです。本サービスにより、ご家族様と連絡が取れますので以下の内容をご確認頂き『現在の居場所』『健康状態』をご入力ください。ご入力後 **送信** ボタンを押して頂くと、ご家族様のもとに情報が届きます。

個人基本情報

ニックネーム：お父さん(大垣テスト)
性別：男
身体的特徴：
身長：167cm、体重：63kg、体型：普通
頭髪：短髪、眼鏡：あり
よく行く場所：市役所、記憶している地名：丸の内
既往症：
(1)認知症
(2)高血圧

保護時に注意すべきこと
・耳が遠いので大きな声でゆっくり話してください。

ご協力をお願いします

発見情報
以下の項目に情報を入力して送信してください

現在の居場所：

健康状態：
選択して下さい

連絡先電話番号：
(公的機関の場合のみ入力)

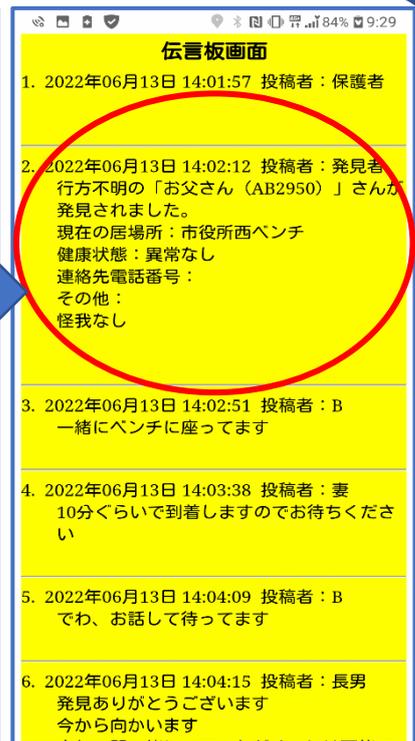
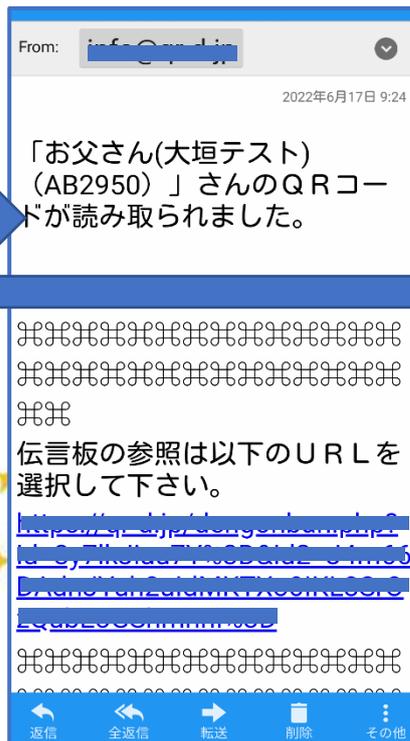
その他(最大210文字)：

送信

<家族側>

発見通知メールが届いた！
おばあちゃんが
見つかったみたい。
迎えに行こう。

家族



～ひとり歩き見守り模擬訓練開催までの流れ～

(1) 開催までの大まかなスケジュールを立てる

開催までにどんな準備が必要なのかと取り組む順番に並べ、大まかなスケジュールをつくりましょう。

《項目》

- 開催日・開催場所（拠点となる場所）を決める
- 内容・方法を決める
- 役割を決める
- 当日のスケジュールを決める
- 参加の呼びかけをする
- 訓練当日の役割を決める
- 参加者に開催のお知らせをする
- 当日の配布資料を作成する

あくまでも目安です。
訓練の規模や内容によってスケジュールの期間や順番は異なります。

(2) 開催日、開催場所を決める

自治会などでは年間スケジュールがすでに決まっている場合が多いため、イベントや繁忙期などを避けて日程を組みましょう。

あわせて、当日の会場や集合場所（地区センター、公民館など）も同時に決めていきます。会場を探す際は、安全が確保できる場所、迷惑にならない場所などを選ぶようにしましょう。

★ポイント

開催場所により、事前に申請が必要な場合があるので注意しましょう。

公園や道路を使用する場合には許可が必要となります。（公園は大垣市公園みどり課、道路は圏域の警察署へ）

★ポイント

イベントや講演会などの他の機会と一緒に開催することによって、周知や集客の点において効率的に実施することができます。

(3) 内容、方法を決める

見守り模擬訓練の構成は、「導入」「声かけ訓練」「グループワーク」の大きく分けて3つの項目であり、各項目の内容は以下のとおりです。

【導入】

道に迷っている認知症高齢者への実際の声かけの方法から、見守りシールの活用について学びます

【声かけ訓練】

声かけ訓練にはいくつかの方法があるので、以下に一例として紹介します。

室内型

ひとり歩きルートやひとり歩き地域を決めず、地区センター内や公園などを活用する方法です。

屋外に出ないので交通事故などの危険性などは減りますが、後述の待機型、搜索型に比べ臨場感に欠けてしまう点は否めないでしょう。

室内の場合、雨天時の代替案としても活用できることに加え、他のイベントと組み合わせ実施するなど小規模で行う訓練にも向いています。

待機型

ひとり歩き役が決まったコースを歩き、声かけ役がポイントごとに待機して、順番に声をかけていきます。

初めての訓練を実施する地域では、取り組みやすい型です。

また、都市部で実施する場合などにも有効ですが、声かけポイントの場所を確保する上で、事前にひとり歩きルートを確認し、注意点などを把握しておく必要があります。

搜索型

ひとり歩き役が決まったエリア内を自由に歩き、声かけ役はひとり歩き役を見つけ次第、声をかけていきます。

ひとり歩き役がどこにいるのか分からないため、搜索する必要があるため、さらに実用的な訓練を行う場合に活用されます。

【グループワーク】

声かけ訓練後に、参加された方々から感想などを聞くために行います。

声かけ役からだけでなく、ひとり歩き役やそれぞれの立場から意見を出し合い、次回以降の訓練に活かしていきましょう。

(4) パッケージを決める

これまで説明をしてきた3つの項目をベースに、対象者、開催時期、開催場所などを考慮して、パッケージを決めていきます。

一緒に開催するイベントなどがあれば、その内容によりパッケージを選ぶことも良いでしょう。

(例)

パッケージ①

導入・声かけ訓練・グループワーク（90分程度）

○標準的なパッケージとして、一連の流れでひとり歩き高齢者への対応方法を学ぶことができます。グループワークをして訓練の目的への理解や学びを深めます。

パッケージ②

導入・声かけ訓練のみ（40分程度）

○最低限の声かけ方法や見守りシールの活用方法を学び、ひとり歩き役に声かけし、見守りシールの読み取りを行う実践的な訓練を行うことができます。
最低限の内容なのでポイントを絞って内容を伝えることが可能で、訓練時間も短い
ため、まずは試しに声かけ訓練をやってみたいという場合に適しています。

(5) 役割を決める

訓練の実施に向けて、事前準備が必要となるため、訓練の運営メンバーで役割を決めましょう。

○チラシの作成

訓練の日時や場所などを掲載した、周知用のチラシを作成します。

○地域への呼びかけ

地域のお店などに、協力の依頼をしていきます。

○当日配布資料の作成

当日の参加者、スタッフに配布するプログラムなどの資料作成を行います。

(6) 当日のスケジュールを決める

訓練当日の細かいスケジュールを決めていきます。

認知症ひとり歩き高齢者への声のかけ方のレクチャーについてもプログラムに盛り込むと、初めての方も安心して参加ができます。

(7) 参加の呼びかけをする

地域に対して、訓練の趣旨説明と当日の協力の呼びかけを行い、参加者を名簿等で管理します。参加の呼びかけをする際は、訓練周知用のチラシを作成し配布するとより効果的です。訓練を実施するためには、認知症本人役、声掛け役、家族役の役割が必要なため、人数は5人以上集めましょう。参加人数が多い場合はグループに分けて実施するなど方法を検討していきます。

(8) 訓練当日の役割を決める

訓練当日に誰が何をするのか、スタッフ用資料の役割分担表を活用して具体的に決めていきましょう。

(9) 参加者に開催のお知らせをする

開催場所により、自治会や町内会などに、回覧板や掲示板などへチラシの掲示をお願いしましょう。

(10) 当日の配布資料等を作成する

必要な資料は以下のとおりです。

大垣市のホームページにて「認知症ひとり歩き見守り模擬訓練 実施手引き」と検索するとファイルが表示されますのでご活用ください。

○配布資料一覧

番号	資料
①	表紙（チラシ兼用）
②	当日役割分担表・スケジュール（スタッフ配布資料）
③	道に迷っている人の声かけや見守りシールの使い方について （当日配布資料）
④	市の見守り事業のご案内（当日配布資料）
⑤	シナリオペーパー

③ その他相談窓口

(1) 相談窓口

ひとり歩き訓練の準備を進めていくうちに、分からないことがでてきたら、高齢福祉課包括支援グループ（0584-47-7416）にご相談ください。

(2) 認知症サポーター養成講座を実施する

認知症に関する正しい知識、認知症の原因や症状、認知症の人やその家族への接し方について学ぶための「認知症サポーター養成講座」を開催しております。

スタッフの方や、訓練参加予定者の方に事前の学習として受講いただくと良いでしょう。受講方法など詳しくは、高齢福祉課までお問い合わせください。

④ 当日必要な物品について

必要な物品を一覧など書き出して準備をしましょう。

また、市役所で貸し出しをしている物品もあるので、詳しくは高齢福祉課までお問い合わせください。

<物品リスト> チェックリストとしてご活用ください

物品名	必要な物	用意した物
当日配布資料<必須>		
スタッフ用資料<必須>		
ビブス		
シナリオペーパー		
机、椅子		
マイク		
時計、タイマー		

認知症の人を早期に発見・保護する取り組み

(1) 高齢者等見守りシール交付事業

認知症で行方不明になるおそれのある高齢者のご家族に対し、衣服、持ち物、帽子等に貼ることができる見守りシールを交付します。

《サービス内容》

見守りシールは、行方不明者を発見された方が衣類等に貼付されている二次元コードをスマートフォン等で読み取り、行方不明者のご家族等に通知することができます。行方不明者の早期発見、保護に繋がります。

《交付枚数》 耐洗ラベル 30枚・蓄光シール 10枚

《利用者負担》 無料（再交付の場合は自己負担）



(2) 高齢者等位置情報提供サービス事業

介護保険制度の要介護認定で、要支援・要介護と認定された認知症高齢者等を在宅で介護している介護者に対し、位置検索端末機を貸与します。

《サービス内容》

認知症高齢者が端末機を身につけていただくことで、万一居場所がわからなくなっても介護者が位置情報を検索することができます。

《料金体系》

初期費用・月額基本料金等の利用料金のうち、1年度につき3万円まで市が負担します。3万円（年度）を超えた場合は、超えた料金分が利用者の方の負担となります。



位置検索用端末(重さ67g)

(3) 個人賠償責任保険事業

認知症の人が、他人の財物を壊したことなどにより、法律上の賠償責任を負う場合、1事故につき補償金額を限度に補償します。

《補償金額》 上限1億円 免責事項あり

《利用できる方》 見守りシール事業または位置情報提供サービス事業の利用者

《料金》 無料（保険料は市が負担します）

(4) メール配信サービス・防災無線

警察に行方不明の捜索依頼をすることで、メール配信サービスの登録者へ情報が配信されます。（令和7年11月末現在の登録者：11,612人）

時間帯にもよりますが防災無線を利用して発見の協力を求めることができます。

認知症ひとり歩き見守り模擬訓練 実施手引き
令和4年8月発行（令和7年12月改訂）
編集/大垣市 高齢福祉課 包括支援グループ
電話 0584-47-7416