認知症ケアでつながる人々　稲田秀樹

かまくら認知症ネットワーク代表理事
ケアサロンさくら　施設長

熱心にゴミを拾う石井さん

平成２２年５月３０日、石井清司さん(当時７１歳)は、ゴミを入れる紙袋を手に集合場所の鎌倉駅西口時計台の公園前に現れた。この日は第３回目の「かまくら散歩」が行われる日で、由比ヶ浜まで散策したついでに、ゴミ拾いのボランティアをする企画だった。たかがゴミ拾いにこんなに熱中するとは思わなかった。熱中していたのは認知症のご本人だけではない。普段は介護の現場で働くケアマネさんも、ヘルパーさんも、看護師さんも、みな熱心にゴミを拾った。「お～い、もう終わりにするぞ～」と大声で呼びかけなければ終わることができないくらいだ。

その後、この年の秋に第４回目の「かまくら散歩」を企画していたが、この企画は実現しなかった。その年は私にとっても境目の年で、自分で事業所を構えようと独立を模索していた時期でもあった。それで、第４回目のかまくら散歩は幻の企画となったかに思えた。が、実はそうではない、私は石井さんと２人だけで、石井さんが以前よりコースに加えたいと話していた銭洗弁財天と佐助稲荷を何度となく散策して歩くことになったからだ。

石井清司さんは初めはアルツハイマー型認知症という診断だったが、しだいに常同行動が顕著になっていった。同じコースを１日に何回も散歩して歩くようになると、診断名にも前頭側頭型認知症という名前が加わるようになった。その頃、散歩の途中で立ち寄っていたパン屋さんで、試食のために置いてあったパンを食べたのが癖のようになり、試食のコーナーがなくなった後でもパンを食べてしまって、警察沙汰になってしまった。病気がさせたことだからとデイサービスの管理者と家族が説明したが、警察は全く聞き入れなかった。以来、石井さんの散歩には見守り役が付くこととなった。

その出来事が起きた頃、私は新しい事業所の開設準備中で忙しかったが、石井さんと一緒に歩く時間くらいは作れた。週に３日、石井さん宅を出て佐助稲荷、銭洗弁弁財天、それから踏切を渡って鎌倉駅の東口へ向かった。パン屋さんには極力近寄らないことにした。それが石井さんと私の、最後の「かまくら散歩」になった。

ゴミ拾いを終えて記念撮影

その翌年、石井さんは認知症対応のできる老健をへて特養に入所したが、次第に歩行状態が不良となり転倒骨折して入院となった。入院中に嚥下障害から肺炎を併発した。平成24年10月13日、誤嚥性肺炎で他界された。この原稿を書くにあたって、久しぶりに石井清司さんのご自宅を訪ねた。奥様からいろいろと昔の話をお聞きした。石井清司さんは人好きのする性格で、誰にでも愛想がよかった。そのせいで人に騙されたり、変な人を自宅に連れてきたりした。一方で、親身に接してくれる友人も多かったのだそうだ。

※「認知症ケアでつながる人々」はこれで一旦休筆します。

☆5月 10 日(土)、11日(日)　認知症サポーター養成講座「認知症の理解と対応」　～認知症の人と家族の応援者になろう！～　13:00～14:00　於:かまくら市民活動の日フェスティバル　会場:鎌倉市生涯学習センター地下ホール
★5月 17 日(土)　第 15 回かまくら散歩～草花を見ながらふれあいを持とう～　13:30～16:00　フラワーセンター大船植物園
☆5月 25 日(日)　若年性認知症本人家族・鎌倉のつどい　11:00～15:00　お弁当注文できます♪　デイサービスわが家
★5月 30 日(金)　かまくら認知症ネットワーク総会・懇親会 18:30～鎌倉市福祉センター第 1・第 2 会議室

5月・6月の予定

5月10日（土）11（日）	認知症サポーター養成講座	鎌倉生涯学習センター
5月17日（土）	かまくら散歩	フラワーセンター
5月22日（木）	運営会議	NPO センター鎌倉
5月25日（日）	若年性認知症本人家族・鎌倉のつどい	デイサービスわが家
6月20日（金）	運営会議	ＮＰＯセンター鎌倉

★入会ご希望の方…TEL0467-47-6685、FAX0467-39-5490
入会申込書を HP よりダウンロード、FAX のうえ年会費をお振り込みください
1．個人正会員　　３０００円
2．個人賛助会員　２０００円（一口以上）
3．団体賛助会員　２０００円（一口以上）
郵便振込口座　00240－8－140587　口座名　一般社団法人　かまくら認知症ネットワーク

★会報発行にあたり題字を当会会員で若年性認知症の古川さんのご子息(知的障害のある茂明君)にお願いしました。また、毎号イベントの写真はケアマネジャーの出口慎一氏より提供頂いています。(稲田)

認知症を支える家族の会
かまくらりんどうの会

★電話相談　りんどうテレホン
第1、第３土曜日の 13 時～16 時
☎0467-23-7830（ナヤミゼロ）
困っていること、不安に思っていること、お気軽にお電話ください。

25 周年記念介護体験文集発行しました！
認知症介護の知恵袋発行しました！

困ったときの対応の仕方や施設の利用など家族同士で情報交換しています

若年性認知症本人家族・鎌倉のつどい

このつどいは若年性認知症(65 歳以下の認知症)の本人・家族の支援の充実を図るものです。ケアマネさんもご一緒にどうぞ！

開催日：**平成26年5月25日(日)**
時　間：11:00～15:00
会　場：デイサービスわが家
　　鎌倉市腰越２－５－８
参加費：３００円(お茶、おやつ代、保険代を含む)
対　象：鎌倉市及び近隣地域の若年性認知症の本人家族
申込み：**0467-47-6685**　かまくら認知症ネットワーク事務局

※お申し込み時にお名前などの個人情報、認知症でお困りのこと、ご本人の希望や好みなどについてお尋ねいたします。ご協力をお願いいたします。

一般社団法人
かまくら認知症ネットワーク
16号
題字　古川茂明

●会報 16 号
●2014年5月1日発行
●編集発行人
一般社団法人かまくら認知症ネットワーク
〒247-0053 鎌倉市今泉台4－11－2
●TEL0467-47-6685
●郵便振替
00240－8－140587
●編集責任者　稲田秀樹

鎌倉中央公園で認知症の方と市民、中高生が楽しみながら交流を深めました♪

3 月 29 日(土)、「第 14 回かまくら散歩～春の谷戸を楽しもう！」が行われました。穏やかな日差しの中、認知症ご本人とご家族、介護従事者、市民、山手学院ボランティア部の生徒さんと顧問の先生の３８名の参加がありました。

受付後、認知症の方と生徒さんでペアを作り、皆そろって管理棟を出発。レンギョウ・桜・こぶしを始め、公園には春がいっぱい。花の説明を聞く表情も皆さんとても和やかです。畑のまわりにはつくしやよもぎが顔を出し、みんなでつくし摘みを楽しみました。田んぼにいるおたまじゃくしを見て「なつかしいなあ」の声が。私もこどもの頃を思い出しました。ここはあと 2 ヶ月もすると蛍が見られるのだそうです。

散策後は畑の土ふるいとよもぎ団子作りに分かれて作業をしました。日当りの良い畑で土をふるう作業には子供達も加わり、老若男女入り混じってふるいをかけ、さらさらの土を袋に入れていきました。その後は休憩舎でティータイム。団子作りのグループが作った完全無農薬の谷戸米を使ったよもぎ団子は香ばしいきな粉味です。そしてお茶はよもぎ・すぎな・くまざさの 3 種類から好きなものをいただきました。

簡単な自己紹介の後にお団子とお茶を頂いて気持もからだもほっこりした後は、オカリナを楽しむ会の皆さんの演奏に合わせて「かまくら」「バラが咲いた」「手のひらを太陽に」を合唱しました。ある認知症の方の言葉が心に残りました。「自然の中にこうしていられる事の幸せを感じるよ。」本当にそうだなぁ～と私も思いました。(HO)

本人インタビュー　～かまくら散歩に参加して思ったことなどきかせてください～

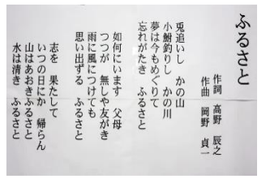
稲田代表…今回の「かまくら散歩」はいかがでしたか？
宮崎さん…いつも楽しませていただいています。若い人たちも一緒でいいですね。
　また今度も参加しますのでよろしくお願いします。
宇野さん…今日は駄目かと思ったけど、何とか参加できて良かったです。(妻の感想)
　～夫（本人）も笑顔でうなずいていた～
笠井さん…これくらいのことなら(農作業など)、やりますよ！
　今までだってやってきたんだから…
庄司さん…今回もとても楽しかったです。お茶もおいしかったですよ～。
淡中さん…たくさん話を聞いてくれたのよ（中学生やボランティアさんが）
　歌も楽しかったわよ。
稲田代表…ありがとうございました。これからも皆さんで楽しく盛り上げてくださいね。

『若年性認知症本人家族・鎌倉のつどい』　相談部会　　デイサービスわが家

第１回「若年性認知症本人家族・鎌倉のつどい」が、３月１日（土）午前11時から鎌倉市腰越にあるデイサービスわが家を会場に行われました。鎌倉のつどいには、本人２名、家族４名、ケアマネジャー1名、見学者２名が訪れました。サポートするスタッフは介護や医療の専門職、介護家族、市民ボランティアなどで、様々な立場の人たちが、若年性認知症のご本人とご家族をさりげなくサポートしていました。

＜本人の部＞　本人の部はデイサービスわが家の１階で行われました。つどいが始まるとまず初めに、本人さんとサポーターとでお弁当の買い出しに行きました。その後の昼食タイムでは、出身地の話や昔やっていたお仕事の話などで話に花が咲きました。ひと休みした後、小動神社と満福寺を散歩にいきました。会場の「わが家」に残ってゆっくりと過ごす人たちもいました。この日は薄曇りの寒さでしたが、歩くことで体がホカホカと温まってきました。

そのあとはボランティアさんたちと一緒に桜の花作りを楽しみました。桜の花作りではちょっとしたコツがわかると次々ときれいな花ができていきました。最後に全員で「ふるさと」をうたって終了となりました。次回はどんな方との出会いがあるでしょうか？腰越の街歩きも楽しみです♪(MM)


ふるさと

作詞　高野　辰之
作曲　岡野　貞一

兎追いし　かの山
小鮒釣しし　かの川
夢は今もめぐりて
忘れがたき　ふるさと

如何にいます　父母
つつが　無しや友がき
雨に風につけても
思い出ずる　ふるさと

志を果たして
いつの日にか帰らん
山はあおきふるさと
水は清き　ふるさと

＜家族の部＞　家族の皆さん達は、別室（２階）に集まって、自己紹介と介護の現状（ご本人の病態や介護状況、悩みなど）を語っていただきながら、助言者やスタッフらと、介護のコツ、経済支援に繋がる社会資源の利用活用などに関してさまざまな情報交換をしていただきました。介護保険サービスのことについて何も知らなかったという方や、逆に自助努力で社会資源の利用活用に向けて頑張っているという方など様々でした。事情は異なっていても、この“つどい”では何か得るものがあるとの思いを強く感じました。

鎌倉では初めての“若年性のつどい”でしたが、互いに支えあう姿も見られ、有意義で充実した時間を共有できました。参加者からは「思い切って来て参加してよかった」「次回も是非参加したい」などの感想が聞かれました。（ＴＳ）

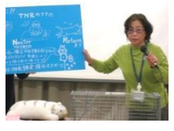
『安心ささえあい地域づくり会議』　まちづくり部会　　鎌倉市福祉センター

３月１０日(月)、鎌倉市福祉センターにて、かまくら認知症ネットワークのまちづくり部会が担当する「安心ささえあい地域づくり会議」が行われました。

この会議は様々なまちづくりに関係する活動に関する団体に参加していただき、安心で支えあいのあるまちづくりを共に考えていこうという企画です。当日は３６名の参加があり、３つの団体による活動のプレゼンテーションのあとで、それぞれワールドカフェ形式で意見交換を行いました。

最初に発表してくれたのでは、「湘南鎌倉猫ほっとさぽーと」で、保健所で処分される猫を増やさないための避妊手術などの取り組みをしています。さみしさから猫にえさを与えてしまうお年寄りもおり、参考になる内容でした。２番目の発表は、フェイスブックでつながった３０代中心のグループ「絆の会」、介護医療のメンバーだけでなく、藤沢を中心に他業種が参加する交流会を数多く展開、規模の大きな研修会、また東北の子供たちを支援する取り組みへと発展していく様子を聞かせてもらいました。３番目の発表「山手学院ボランティア部」で、「かまくら散歩」に参加した感想を生徒一人一人が語ってくれました。「ただ自分が笑顔でいるだけで、隣にいる認知症の人が安心してくれることを学んだ」と話す生徒の言葉が印象に残りました。

会場は、立場や年齢を超えて様々な意見が飛び交い、楽しくパワーあふれる会議となりました。（IN）



地域の動き『地域連携に関する意見交換会』メンタルホスピタルかまくら山(旧林間病院)　鎌倉市

平成 26 年４月から毎月１回、かまくら認知症ネットワークと認知症病棟のある精神科病院のメンタルホスピタルかまくら山(旧林間病院)とで、「地域連携に関する意見交換会」を行うこととなり、4 月 22 日に第１回の会合が行われました。

会場のメンタルホスピタルかまくら山のデイルームにはメンタルホスピタルかまくら山から岡田院長など８名、かまくら認知症ネットワークからは代表など 5 名が参加して、認知症病棟の入院患者の退院支援などについて意見を交わしました。

厚生労働省は、平成24年6月に発表した『認知症施策の方向性について』の中で「認知症になっても本人の意思が尊重され、できる限り住み慣れた地域のよい環境で暮らし続けることができる社会」の実現を目指すと発表しました。精神科病院に長期入院することなく早期退院を目指す取組みも、すでに他の地域で始まっています。精神科病院に入院した認知症の人の退院支援をめぐる課題は地域によっても違います。今後はそれらの課題を解きほぐすような丁寧な話し合いが望まれます。互いに知恵を出し合い、共に考えることから始めたいと思います。

意見交換の内容は今後、会報などでもお知らせしたいと考えています。(IN)

地域の動き　『鎌倉市キャラバン・メイト打ち合わせ会』　鎌倉市福祉センター　鎌倉市

３月１９日（水）鎌倉市市民健康課の呼びかけで「第２回キャラバン・メイト打ち合わせ会」が鎌倉市役所第４分庁舎で行われました。この集まりは、認知症キャラバン・メイトの交流と共通理解を図り、今後の啓発活動のあり方を考える機会として設けられたものです。当日は、鎌倉市や鎌倉保健福祉事務所の職員と認知症キャラバン・メイトあわせて２３名が参加しました。

「認知症キャラバン・メイト」とは厚生労働省が 2005 年度に始めた事業で、医師など専門家が行う６時間の講座を受けた介護経験者らが「キャラバン・メイト」となります。キャラバン・メイトは一般市民を対象に「認知症サポーター」に養成する講座を企画し講師を務める役割を担っています。

打ち合わせ会では、現在鎌倉市には 70 名のキャラバン・メイトが登録されており、認知症サポーターは 3,310 人（うち、こども認知症サポーター835 人）にもなっていることが報告されました。また、2013 年度はすでに市内で 27 回の認知症サポーター養成講座が行われているとのことでした。

国が、病院から在宅へと医療政策を進める中、認知症に関わる地域の人々の支えあう仕組みづくりが急務になってきていると感じます。認知症キャラバン･メイトの役割を思い、気を引き締める機会となりました。(HY)

地域の動き　『講座　認知症を地域で支える』　JA サガミ大船支店２階　鎌倉市

４月２３日（水）、JA さがみ大船支店の 2 階会議室にて、かまくら認知症ネットワークの稲田秀樹代表を講師に迎え、（特非）ハッピーライフが主催する、認知症になっても…シリーズ第 4 回目の講座「認知症を地域で支える」が行われました。

参加者は１８名で、地域住民、介護家族、地域福祉関係者など様々な立場の方が参加されていました。講座では認知症についての基本的な話に加え、認知症を地域で支えている実例として、京都市や宇都宮市で行われているオレンジカフェや若年性認知症の人の就労支援の取り組み、認知症の人の徘徊行方不明を出さない取組などの紹介と解説がありました。また、地域住民が介護施設開設に協力した事例として、今泉台のケアサロンさくらの開設から 1 年余りの間のお話も聞かせていただきました。

その後はグループごとに意見交換を行いました。「私は一人暮らしだけれども、案外周囲の人たちが気を配ってくれていて助かっている」とか、軽度の認知症の家族を介護する方からは「本人ができることはしてもらって、私も楽しむようにしています」などの声が聞かれました。

アンケートからは、「認知症の人といっても、まだ元気な人、人の役に立てる人がたくさんいるということがわかり参考になりました」などの感想が聞かれました。（WB）