



かまくら 認知症 ネットワーク

題字 古川茂明

- 会報（隔月刊）2号
- 2012年1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
〒247-0056鎌倉市大船1-22-2-402号
- TEL0467-47-6685
- 郵便振替
00240-8-140587
- 編集責任者 稲田秀樹

認知症ケアで町づくりを！ 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

私が福岡県大牟田市の大谷み子さんと最初に会ったのは2007年3月の認知症介護研究・研修東京センターで行われたセンター方式実践報告会でのことだった。その年の秋に大谷さんにメールで、鎌倉でも大牟田のようなことをやりたいと相談してエールをもらい、かまくら認知症ケア研究会（現在のかまくら認知症ネットワーク）立ち上げに至った経緯がある。

2008年6月、大牟田を訪ねた。大牟田で作られた認知症絵本『いつだって心は生きている』を使った「絵本教室」の様子を見学させてもらう機会があり、子供たちのいきいき学ぶ姿をみてもいぶん感銘を受けたものだった。また大牟田市のはやめ南地区で行われていた徘徊模擬訓練は、平成16年から毎年1回、大牟田警察署や消防署、市役所、介護サービス事業者協議会、民生委員児童委員、タクシー協会、土木事務所、健康福祉まちかど相談薬局、地域の様々な商店なども巻き込んで実施している。訓練の実施は、もちろん既存の「大牟田市高齢者等SOSネットワーク」の活動を強化する効果もある。

2011年9月認知症ケア学会のシンポジウム「地域包括ケアとは何か」のなかでシンポジストとして登場した大谷み子さんの話によると、大牟田市の取組みは更に強化されて、現在「大牟田市地域認知症ケアコミュニティ推進事業」として、徘徊模擬訓練は市内すべての小学校区（22か所）で実施されている。また絵本教室も大牟田市の事業として19校の小中学校で実施されるようになった。絵本教室で認知症を学んだ子供たちが介護施設を訪問して交流を行ったり、徘徊模擬訓練に参加して捜索に加わったりしている。実際に道に迷った83歳の女性に高校生が声をかけ保護したケースは地元紙で取り上げられ反響を呼んだ。そのほか認知症コーディネーターを養成する取り組みや、物忘れ予防、相談検診などもある。

先日、大牟田市長寿推進課の井上泰人課長に電話でお話を伺った。「徘徊模擬訓練の実施にあたっては民生委員さんや校区社協、自治会の協力が大きい」とのこと、平成23年10月1日現在の高齢化率が29.8%と高齢化が進んでいる大牟田市では「認知症になっても安心して暮らしていくためにこのよう取組みが必要」と話された。
*参考：「痴呆の人の理解のための子どもたちの絵本作り」（2004年度）、「徘徊模擬訓練を通して広げる『大牟田市ほっと・安心（徘徊）ネットワーク』」（2007年度）、「認知症でもだいじょうぶ」町づくりキャンペーンホームページより

★「認知症地域支援フォーラム」（かまくら認知症ネットワーク共催）直前情報♪♪♪
永田久美子さんをお招きして、認知症地域支援のあるべき姿について市民の目線で考えるフォーラムとなります。
平成24年1月28日（土）10:00～15:30 場所 鎌倉市福祉センター 対象：市内在住・在勤の方
申し込み→2012年1月5日（木）8:30～受付開始です！ 定員が限られていますので申し込みはお早め！！
午前 リレー発表 「小さな一歩から始めています」市内の6グループによるリレー発表
午後 パネルディスカッション 「認知症ご本人、介護家族、医師、金融機関、介護事業者」がパネラーとして登場

★NPO支援かまくらファンド助成決定♪ 11月3日「NPO支援かまくらファンド」の審査会が開催され公開審査の結果『かまくら散歩』事業が6団体中第1位となり助成(5万円)が決定。より良い支援活動に活かしてまいります。（支援部会）

～次号予告～

- ☆鎌倉市認知症地域支援フォーラム
鎌倉市主催「認知症地域支援フォーラム」の詳細を報告します。
- ☆センター方式入門講座レポート
認知症の人のケアマネジメントツール「センター方式」を使ってみよう！
- ☆第6回かまくら散歩予告、地域の動き、他

1月・2月の予定

1月14日（土）	認知症相談	深沢学習センター
1月11日（水）	周知啓発資料等の検討会	NPOセンター
1月25日（土）	運営会議	NPOセンター
1月28日（土）	認知症地域支援フォーラム	NPOセンター
2月22日（水）	運営会議	NPOセンター
2月24日（金）	センター方式入門講座	福祉センター
2月25日（土）	認知症相談会	浄妙寺自治会館

★題字について 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。お陰様で力強く明るい紙面ができました。(稲田)

鎌倉市との協働事業

認知症相談事業（予約制）

症状の背景や介護の仕方について解かりやすく説明します。
(社)かまくら認知症ネットワークが相談員を派遣しています

1月14日(土) 深沢学習センター 13:30～16:30 (12月15日～予約受付)	3月10日(土) 玉縄学習センター 13:30～16:30 (2月15日～予約受付)
------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------

申し込み先:鎌倉市役所 市民健康課
でんわ 0467-23-3000 内線 2678(受付 8:30～17:15)

入会ご希望の方へ

FAXで入会申込書希望と書いてお送り下さい
資料をお送りいたします。

FAX 0467-39-5490

一般社団法人 かまくら認知症ネットワーク 事務局
[問合せ先 TEL 0467-47-6685]

会員種別 年会費

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）
- ※申込書送付後、年会費をお振り込みください。
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



「かまくら散歩」～谷戸の秋を味わおう！～

10月22日（土）、第5回かまくら散歩が開催されました。「秋の谷戸を味わおう」という企画で鎌倉中央公園の田んぼや畑の秋の景色を楽しみました。私たち支援部会のスタッフは、どんな天気になっても参加者の皆さんが楽しめるようにしようと、スケジュールも練り、準備を整えてきました。ところが当日は雨の予報。それでも何とか中止にはせず、集合時になると青空がのぞき、晴れた空の下での散歩となったのでした。参加者は20名。認知症ご本人は5名、他はご家族、介護従事者、スタッフでした。

谷戸の散歩では「NPO法人山崎・谷戸の会」の方々の協力をいただきました。谷戸を案内していただきながら、刈り取った稲のはさがけや、いろいろな作物が育つ畑の様子を見せていただきました。散歩の途中、イナゴが飛んできたり、ツリフネソウの種で遊んだり、道端になっている大きなかぼちゃを見つけてはみな歓声をあげていました。

籾殻に包まれた米粒をむいて食べてみてごらん

と言われ、むいて味わうと、確かにごはんの味がしました。「なんというお米を作っているの?」「へー、食べられるの?ちゃんとお米になっているね。」自然に話が弾み、笑顔がたくさん見られました。

押したり引いたり支えたり、がんばって少し小高いところまで登って谷戸の景色を見渡すと、ちょっとした旅行気分になりました。「お父さん、ほら見える?いいわねー」と身近に残った日本の原風景にほっとしているご夫婦の姿も見られました。

おやつにはここで採れたさつま芋を蒸かしていただきました。希望者は芋洗いや調理にも参加してもらいました。出来たてのお芋に舌鼓を打ちながら、山崎・谷戸の会の方に創作紙芝居「かっちゃんのお手伝い」を読んで見せてもらいました。

どうしても閉じこもりになってしまうご本人とご家族の交流の機会と認知症の理解を広めるため、季節を変えてまた谷戸での散歩を企画しています。今度は桜の季節を考えていますので、どうぞお楽しみに！（TN）

ようこそ♪ ～かまくら散歩のみなさまへ～

黒川美香（山崎・谷戸の会より投稿）

紅葉の始まった稲の干してある谷戸を散策して、ゆったりとした時を過ごしていただけたのではないかと考えております。読ませていただいた当会の紙芝居での山崎の昔の暮らしのはなしから、ふと、皆様の思い出と重なる場面があったのでしょうか。笑い声がこちらで聞こえてきました。谷戸には笑顔と呼ぶような、気持ちをほっとさせる大切なものがあるのだと改めて気づき、こちら暖かい気持ちになりました。作業に参加する人ばかりが集うのではなく、こうしたいろいろなつながりがあることで当会の活動も膨らんでいくと思います。これからもお気軽に作業の様子をのぞきにいらしてください。



入門講座 『認知症ケアのコツ教えます』 講師 稲田秀樹 NPOセンター

11月19日(土)NPOセンター鎌倉の会議室において、一般市民対象の入門講座「認知症のケアのコツを教えます」を開催しました。当日は、季節外れの低気圧の影響で朝から激しい風雨の悪天候でしたが、受講申し込みのあった方のほとんどが足元の悪いか来場し受講されました。講師は当会の代表理事である稲田秀樹氏が務めました。

受講者の内訳は、介護職7名、民生委員1名、介護家族を含む一般市民9名で、20代から60代までの幅広い世代にわたっていました。講座の内容は、① 認知症の基礎知識と症状について、② 認知症ケアのコツ、上手なかかわり方、③ 家族の心理、認知症新薬等の情報、疾患別の特徴、④ 認知症の人のためのケアマネジメントツール(センター方式)と活用事例というものでした。

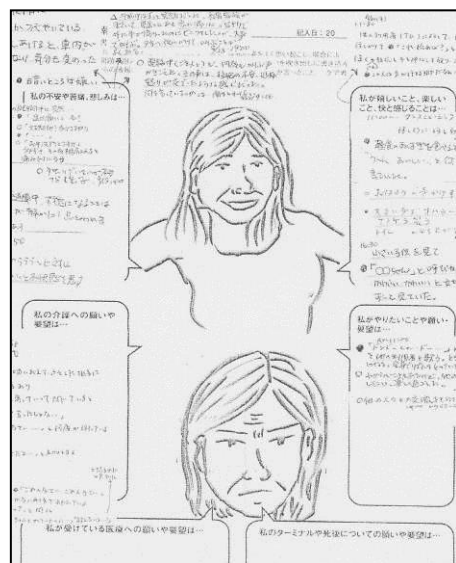
講座では、認知症の人を介護するときに間違いやすいかかわり方について、一般の人にもわかりやすい資料を用いて解説してくれました。講座の前半は、介護の初心者がまずは知りたいという情報で構成されていて、具体的な事例を挟みながら、症状の背景など

を解きほぐすように解説されていました。

認知症ケアのコツとして、認知症の人の気持ちや、症状の背景や理由がわかると対処の仕方が見えてくるとのことです。それにより症状が軽減した例として、センター方式を活用した事例(写真は私の姿と気持ちシート)の紹介がありました。

アンケートの感想を一覧してみると「具体例が豊富で大変にわかり易かったです」「限られた時間ながら、認知症の基本的な色々なことへの理解を深めることができました」「認知症本人との正しいかかわり方がよく理解でき、役立てられる内容でした」という記載がみられました。

この「入門講座」を終えて感じたことは、もっと多くの人々にこのような講座の受講機会を提供できたらいいということでした(TS)
※センター方式については、平成24年2月24日(金)に当会主催で専門職向けの入門講座を予定しています。興味のある方はどうぞお問い合わせください。



「私の姿と気持ちシート」(当会会員より提供)

認知症の人をケアするポイント	
マイナスのかかわり方	プラスのかかわり方
<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> 誇りを傷つける <input type="checkbox"/> 急がせる <input type="checkbox"/> きりきりする <input type="checkbox"/> 怒り顔 <input type="checkbox"/> 一人きりにする <input type="checkbox"/> 手を出す <input type="checkbox"/> 口を出す <input type="checkbox"/> 否定 <input type="checkbox"/> 説得 <input type="checkbox"/> 一度にたくさん <input type="checkbox"/> 何もすることがない <input type="checkbox"/> 刺激がない 	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> 失敗はそうっと、見て見ぬふり <input type="checkbox"/> ゆったり <input type="checkbox"/> お茶でも一服 <input type="checkbox"/> にっこり <input type="checkbox"/> そばにいる、一緒にやる <input type="checkbox"/> 少し待つ <input type="checkbox"/> 黙って見守る <input type="checkbox"/> 話をあわせる <input type="checkbox"/> 本人の気持ちが動くシナリオで <input type="checkbox"/> ひとつつつ <input type="checkbox"/> 出番、楽しみごとをつくる <input type="checkbox"/> 五感や感情に働きかける

「正しいかかわり方」 認知症介護実践 介護実践センター 編集、発行 中央出版 2011年

「認知症相談事業の相談員を務めて」

12月10日(土)1時30分から腰越行政センターにて、鎌倉市との共同事業である市民対象の認知症相談事業が行なわれました。相談は3件あり、それぞれに難しさがあり知識や経験が必要とされる内容の相談でした。1件はご本人からの相談で、スペクト(脳の血流を画像で見る)という検査を受け、早期にMCI(軽度認知障害)と診断されたため、今後の生活のアドバイスを聞きに来られました。もう1件は老々介護で夫の夜間失禁で悩んでおられるとの相談でした。3件目は若い年代の方からの相談で、在宅医療と認知症介護をどう両立させていけばよいか悩まれての相談でした。私は今回で2度目の相談員を務めさせていただきましたが、相談者のお話を聞いていて助言の難しさを痛感しています。様々な分野の豊富な知識と経験がなければ適切な助言は出来ません。先輩相談員と相談者とのやりとりを聞きながら、自分だったらどこまで答えられる? その方が求めている方向性を導き出せるだろうか考えた時、まだまだ自分は未熟だなと感じます。特に医療に関する知識は不可欠で、私もしっかりと勉強をしていかなければならないと感じています。介護と医療の連携の必要性が言われるなか、介護従事者として、基本的な医学知識を身につけながら、ご本人ご家族のお役に立てよう努力したいと思っています。(SA)

※認知症相談事業では正副2名の相談員が相談者の方のお話を伺いながら助言をしています。



地域の動き 『認知症の人と家族にやさしい商店街をめざして』北鎌倉台商店会

11月28日(月)鎌倉市今泉台の北鎌倉台商店会が主催し『認知症の人と家族にやさしい商店街を目指して』というテーマで認知症サポーター養成講座が開催されました。講座には商店会7店舗と近隣住民ら合わせて14名が参加しました。会場の通所事業所ケアサロンさくらには午後6時半になると続々と参加者が集まりました。講師はケアサロンさくら施設長の稲田氏(当会代表理事)が務めました。

鎌倉市今泉台地区は高齢化率が40%を超えていて、認知症高齢者も増加していると考えられ、参加者のなかには、日ごろから認知症の方との関わりで悩みを抱えているお店の方もいるようで、認知症の方やご家族

とどのように接したらいいか、熱心に質問をされる方もいました。

講座が終わると参加者には認知症サポーターの証しのオレンジリングと、「認知症の人にやさしいお店です」と書かれた店舗用オリジナルステッカーが配られました。最後に参加者でオレンジリングをかざして記念撮影をしました。みな笑顔で楽しく和やかな雰囲気の話となりました。(KT)



地域の動き 『認知症入門講座』 サンフォーレ鎌倉(住宅型有料老人ホーム) 鎌倉市

12月3日(土)午後、稲村ガ崎のサンフォーレ鎌倉で認知症講座が行われました。講師は地域医療に熱心なドクターゴン診療所の栗原大輔医師(当会理事)でした。当日は地域の方々、ケアマネさん、入居者様やご家族などの参加がありました。

講座の中で栗原医師は、医療機関受診の際のポイントとして「気付いた生活上の変化をメモ」しておくことと、まずは「かかりつけ医」に相談することと話されました。かかりつけ医は本人や家族のことを良く知っていることが多く、必要があれば専門医を紹介して頂けるとのことでした。

認知症の危険因子については、「生活習慣病予防と同

等の生活スタイルが非常に重要」なのだそうです。また認知症の周辺症状の発生要因については「家族(のかかわり方)や住環境など多様な要因も関与している」とのことです。安心やホッとすること、プラスのかかわり方をすれば生き残っている脳の細胞が良く反応し、周辺症状が軽減され、穏やかな暮らしを送る期間を長くする効果があるとのことでした。

主催した(株)サンフォーレの渡辺さんによると、この認知症の講座は2008年から毎年開催していて、今回が5回目、息の長い取り組みにも感心させられました(KT)



地域の動き 『鎌倉市いきいき介護フェア』 鎌倉市福祉センター

12月10日(土)鎌倉市主催の「いきいき介護フェア」が鎌倉市福祉センターで行われました。介護フェアの目的を高齢者いきいき課の蛭名氏にお聞きしたところ「市民の方に介護保険のしくみやサービス内容、介護予防などについて知って頂くこと」と「介護事業者の連携」ですとのことがありました。

会場では、医療、介護の相談、各サービスのパネル展示などがあり、デイサービスのレクリエーション体験、介護教室、福祉用具展示なども行われていました。介護教室に参加した私は、看護師で専門学校教員の小川先生によるキネステティクスという無理のない自然な移乗の介助の講習会を体験しました。体重70キロ

の私もモデルになり介助を受けてみましたが、自然な動きによる心地よさを感じることができました。

午後からは介護事業所職員らで構成する劇団鎌倉座の介護劇『私は、このままこの家で暮らし続けたい』が催されました。第1幕は軽度の認知症と診断された元喫茶店のマスターの話。第2幕は後期高齢者の夫婦が専門職のサポートと生活支援サポーター(地域のボランティア)の支えを受けて穏やかに過ごして行く物語。劇後の講演では神奈川県立保健福祉大学の太田貞司先生より地域包括ケアについてのお話がありました。(KT)

