―かまくら認知症ネットワーク設立から今日までの様々なエピソードをお伝えします―

認知症になっても自分らしく暮らせるまちづくり・ひとづくり・つながりづくり⑥　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　管理者

研修会で話す家族会の皆さん

私が若年性認知症の人と初めて出会ったのは、この仕事に就いたばかりの頃だった。Ｓさんは体格の立派な男性で、健康そうで、一見するとどこも悪いところがないようだった。しかし職場の上司によれば、中等度に認知症が進行していて一人では生活が難しくなっていた。家族も働かなくてはならないから、ここにいるより仕様がないのだといったが、３か月もするといつの間にかＳさんの姿は見えなくなっていた。

１年後、新聞の死亡欄にＳさんの名前があった。その時初めて、私はＳさんのその後を聞かされた。自宅での暮らしが難しくなって高齢者の施設を探したが受け入れ先がなく、結局精神病院に入院したのだそうだ。その１年後にＳさんは死亡した。「若年性認知症だから進行が早いということじゃなくてね、精神病院では薬で眠らせておくのよ、人為的な寝たきり状態になって１年か２年のうちに肺炎を起こし亡くなるのよ」と上司は言った。私はデイサービスで共に過ごした頃のＳさんの面影を思い浮かべた。上司の言うことは本当だろうか？と疑問がよぎったものだ。しかしそれからほどなくして、このようなことが認知症の人にとっては決して稀有ではない現実なのだということを知ることになる。

川崎幸クリニックの杉山孝博医師が代表を務める認知症の人と家族の会神奈川県支部では２か月に１度、横浜市旭区で「若年性認知、症のつどい」を開催している。若年性認知症の人の家族は相談会に参加し、本人は散策などを楽しんでいる。相談会に参加する家族の中には、小学生の子供を抱えた年代の人もいる。一家の大黒柱が若年性認知症になり、仕事を失い経済的問題を抱えたり、子供の教育に支障が起きたりと、そんな話を何度も聞いた。「住宅ローンの返済をどうすべきか」「生活費をねん出するために生命保険を解約した」「症状（BPSD）が激しくなり施設の利用を断られそうだ」という話や「精神病院に入院させて寝たきりになってしまった」という相談も珍しくなかった。

６５歳以下でも介護保険が使えることや、障害年金の受給を受けられること、住宅ローンや生命保険には減免措置が適用されることがあるという話は、相談に来る人のほとんどの人が知らなかった。そんな状況にくさびを打とうと、かまくら認知症ネットワークでは平成２５年１月、若年性認知症の家族の方々を講師に招いて支援制度について学んでもらう研修会を企画した。テキストには、家族たちが知恵を出し合って作成した若年性認知症支援ハンドブックを使用した。また平成２６年９月には、医療関係者や介護従事者へ向けて、若年性認知症の当事者の佐藤雅彦氏を講師に迎え、認知症を体験している当事者の思いを語っていただいた。「認知症になると不便なことが増えるが、決して不幸ではない」との佐藤さんの話を聞いて、時代は変わり始めたと私は感じたが、一方でそんなに簡単に変われるはずもないという声も聞こえていた。力を合わせ、行きつ戻りつしながらでも少しでも良い方向へ、みなで進めていくしかないのだ。

佐藤雅彦氏講演の様子

市内のオレンジカフェ情報！
☆5月17日(日)「今泉台オレンジカフェ」ケアサロンさくら　～今泉台フェスタ・文化祭と同時開催です♪～
☆5月17日(日)「由比ヶ浜オレンジカフェ」由比ヶ浜マナオハナデイサービス　～楽しくおしゃべり、ピアノ演奏など♪～

4月・5月の予定

４月２６日（日）	会報封筒詰め作業	ケアサロンさくら
４月２７日（月）	運営会議	NPO センター鎌倉
５月２７日（水）	定時社員総会と交流会	鎌倉市福祉センター
５月３１日（日）	若年性認知症鎌倉のつどい	たまなわ交流センター

★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
鎌倉のつどい
～若年性認知症交流サロン～

若年性認知症のご本人・ご家族と専門職とが気軽につどい、おしゃべりをしたり、相談をしたり、学ぶこともできるサロンです

開催日：**平成27年5月31日（日）**
時　間：13:30～15:30
会　場：たまなわ交流センター
　　第２集会室　鎌倉市台１－２－２５
参加費：無料
対　象：鎌倉市在住在勤の若年性認知症の人と家族、関係者
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ほか、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することがあります。ご協力をお願いします。

一般社団法人
かまくら 認知症ネットワーク
22号
題字　古川茂明

●会報２２号
●2015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
●HP http://kamakuraninchishou.com/
●郵便振替
00240－8－140587
●編集責任者　稲田秀樹

鎌倉中央公園で「かまくら散歩」してきました ヨモギ団子を作ったり、春の香りを感じたりしました

第18回「かまくら散歩～春の谷戸を楽しもう～」を実施しました♪

３月２２日(日)、第 18 回「かまくら散歩～春の谷戸を楽しもう～」を行いました。当日は認知症の人６名と家族、市民、中高生、介護従事者など 37 名の参加がありました。

集合場所の鎌倉中央公園管理棟前を出発し、畑や田んぼのある谷戸へ向かってのんびり歩きました。今回は入所している特別養護老人ホームを外出してご家族と一緒に参加された方が２名いました。お二人ともかまくら散歩の常連さんで、認知症が進行してはいても仲間と共に貴重な時間を過ごされ、楽しまれたことと思います。

特養を外出しご家族と散歩を楽しむ

あぜ道にはツクシがたくさん生えていて、ツクシをつんで歩く人の姿がありました。またヨモギ団子に入れるヨモギをつんで、調理をしたり、認知症の人も大いに活躍されていました。他の人たちは、稲の苗床の雑草をとる作業に参加しました。

懐かしい学生時代の仲間と再開

皆さん思い思いに田んぼのあぜ道を歩いたり、山のなかを覗いて見たり、見晴らしの良い高台に登ったりし春の谷戸の景色を楽しみました。

参加された認知症の人は様々で、自宅で暮らしている人から、グループホームや施設へ入所している人もいました。施設に入所した学生時代の仲間に会うためにわざわざ参加された方々もいました。

どこに暮らしていても、どんな病気になっても、地域や昔からの仲間とのつながりを大切にできる社会であってほしいものです。かまくら散歩のような活動が、他の地域にも広まり、行われることを願っています。（ＩＮ）

『若年性認知症鎌倉のつどい』 相談部会　デイサービスわが家

３月１５日(日)、鎌倉市腰越で「若年性認知症本人家族・鎌倉のつどい」を行いました。つどいには、本人、家族、スタッフ、行政の方など１１名が参加してくださいました。

今回のつどいでは午前中に皆で近況報告を行い、その後散策を兼ねて、近所のスーパーまで昼食のお弁当の買い出しに行きました。

お昼を食べた後は、参加者のＫさんがサザンオールスターズの歌が得意ということもあって、相談会を早めに切り上げて、皆で江の島の見える海岸沿いにあるカラオケボックスへ行きました。そのあとは本人さんもスタッフも一緒に歌ったりして大盛り上がり。AKBから坂本九までみんなで熱唱。若かりし頃の吉永小百合も登場してくると「若～い」とか「かわいい～！」と歓声も。おかげでみんながストレス解消することができました。会場であるデイサービスわが家にもどると、みんなで感想を言い合って平成２６年度のつどいは終わりになりました。

参加者が帰られると、若年性認知症鎌倉のつどいの担当スタッフで話し合いを行いました。これまで行った７回のつどいの課題や来年度へ向けた準備について話し合った結果、平成２７年度は気軽に立ち寄れるサロン形式で開催することで方向性が固まりました。

そして最後に、これまで場所を提供してくださったデイサービスわが家の皆さんにお礼を言って散会となりました。(IN)

『ひもときシートの使い方研修会』　研修部会　　たまなわ交流センター

3 月 29 日（日）10 時から 16 時まで、たまなわ交流センター第 3 集会室にて認知症専門講座「ひもときシートの使い方研修会」が開催しました。講師は、地域密着型特別養護老人ホームヴィラージュ虹ヶ丘施設長・川崎市認知症介護指導者の神田けい子先生で、18 名の参加がありました。

参加者は５つのグループに分かれ、テキストを使って様々な角度から中核症状や BPSD(心理行動症状)について神田先生の解説を聞きました。中でも、もしも自分が認知症の本人自身だったらどう感じるだろうかと問われたシーンでは、会場から「不安」「悲しい」などの感じがするだろうとの声が上がり、ご本人のための介護、看護の大切さが浮き彫りになりました。

午後は、「ひもときシート」作成のねらいや使い方の説明を受け、用意されたひとつの事例についてグループごとに「ひもときシート」に記入してみました。認知症の「その方」のBPSDのうち、最も困っている事柄を明らかにするために、持病、周囲の人や生活環境、これまでの人生や生活習慣など、様々な切り口から問題解決の糸口を探っていきました。

グループディスカッションで1枚のシートを完成させ、最後はグループごとに結果を発表。他のグループの意見には参加した皆さんそれぞれに新たな発見があり、たいへん深い学びの場となったようです。閉会後のアンケートには「とても勉強になった、早速使ってみたい」「先生の優しい口調、わかり易い内容に引き込まれた」「新しい視点を得た」などの言葉が寄せられました。最後に先生はこうもおっしゃいました。「マジメすぎると自分を責めちゃうでしょ」「そんな時は仕事を離れた時に発散したらいいのよ」。（M.M）

一般社団法人　かまくら認知症ネットワーク会報　隔月刊　　2015年5月1日発行　NO.22

地域の動き『オレンジカフェのつくり方』　たまなわ交流センター　鎌倉市

3 月 21 日(土),10 時～14 時まで、たまなわ交流センターの第 2 集会室にて鎌倉市主催「オレンジカフェのつくり方」という催しが開催されました。当日は認知症ご本人 2 名を含む 41 名が参加されました。

この催しは会議室で行われましたが、会場のテーブルには花が飾られ、素敵な絵が掛けられ飾られ、美味しいコーヒーやランチも提供されて、まるで本当のカフェにいるかのような雰囲気でおしゃべりができました。

カフェの実践としては、介護事業者が実施している今泉台オレンジカフェや、玉縄地域の住民の方の手作りのつどいの場「憩い宿」がどのようにしてできたかある自治会にご主人自ら相談し、認知症の人や家族、地域の方のつどいの場としての認知症カフェをオープンさせた経緯を話して頂きました。

特別企画として、参加した認知症の本人さんがご自身の描いた絵を絵葉書にしたものを販売していたり、オカリナの演奏会があったりと盛りだくさんの内容でした。

終わりにグループごとに話し合ったことを発表しました。これを機に新しいカフェが生まれるかもしれないと思いました（IN）

『認知症の人の介護に対する効果的な支援の実施に関する調査研究事業報告書』(株)野村総合研究所

平成 27 年 1 月、認知症の人を介護している家族に対する効果的な支援に関する調査報告書（厚生労働省補助事業）が発表されました。同調査では認知症の人の介護をしている家族やケアマネジャーへのアンケートを実施し、介護者の負担感の要因の詳細な分析を行いつつ、先進的な取り組みを行っている全国の自治体や、団体から聞き取り調査を行い、同時に先進的取り組み事例の成功要因の明確化を行っています。

報告書によると、介護家族とケアマネジャーとでは介護負担の意識に差があり、ケアマネジャーのほうが介護負担を重くみる傾向があることがわかりました。また専門機関や専門職へのつながりにくさを感じていることや、専門職同士の連携が不十分と介護者が感じていることも明らかになりました。

調査ではまた、認知症の本人がどのような状況に置かれているかについても明らかにしています。エスポワール出雲クリニックの高橋医師によれば、認知症の人の多くは、不安のなかで思うように話せなくなる。孤立し、役割を奪われ、居場所を追われるのだという。そのような中、先進事例の取り組みとして、全国の先進事例に混ざって、かまくら認知症ネットワークの活動も紹介されています。報告書は野村総研のホームページも掲載されていますので、興味のある方はご覧ください。(IN)

「地域で生活する認知症の人の生活を支える在宅サービスのあり方に関する調査研究」　認知症介護研究・研修東京センター

3 月 26 日(木)、東京都千代田区のステーションコンファレンス東京の会議室にて、「地域で生活する認知症の人の生活を支える在宅サービスのあり方に関する調査研究」報告会が行われました。

この調査研究事業は、厚生労働省の補助事業で、全国の先進的な取り組みを行っている 25 か所の認知症対応型デイサービスに聞き取りをしています。調査項目は認知症の専門的ケアを実施するために行っているアセスメント手法と項目や通所介護計画の立案方法、職員間共有、実施・評価の方法、認知症の人への具体的支援方法とその効果の測定方法、介護支援専門員や医療機関との連携方法、家族や主な介護者への支援についてと多岐にわたったものでした。

報告会では調査内容の詳細と分析の報告があった後、調査に協力したデイサービスの関係者らによる自己紹介と地域で暮らす認知症の人を支える通所型サービスの役割について意見交換が行われました。

意見交換のなかで、地域での取り組みを評価する仕組みが制度化されていないとの声や、せっかくの取り組みも発信力がないと社会的な評価につながらないことなどの指摘もありました。

鎌倉からはケアサロンさくらが出席し、積極的に地域に出ていって住民と交流したり、スポーツを取り入れた活動などについて説明行いました。(IN)