

—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⑰

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

今回は「一般社団法人かまくら認知症ネットワーク」の組織運営体制について説明したい。当会は年会費 3000 円の個人会員をベースにしており、平成 29 年 2 月現在、正会員数は 111 名である。会員の内訳は介護医療従事者が 50%、認知症の本人と家族が 25%、民生委員らの福祉関係者や市民が 25% となっている。法人は理事 6 名、監事 2 名の役員のほか、介護や医療などの従事者と市民による 25 名の運営スタッフにより運営されている。全員がボランティアである。会の活動は「相談」「支援」「研修」「広報」「まちづくり」の 5 つの部会と「事務局」で構成されている。これらの活動が機能することで認知症になっても安心して暮らせるまちづくりの推進に取り組んでいる。

相談部会では 2015 年から鎌倉市より委託を受けて若年性認知症支援事業「若年性認知症交流サロン」と「若年性認知症支援研修会」を実施している。これら二つの事業は、当会が先駆けて事業化したものを 2015 年から鎌倉市の施策として実施するようになったもので、新オレンジプランなど国の施策も見据えながら、行政とも連携して事業を進めている。

支援部会では認知症の人の引きこもり防止と社会参加の交流活動「かまくら散歩」や清掃ボランティア活動「かまくら磨き」を「鎌倉を美しくする会」と共催で実施し、認知症当事者、中高生、一般市民が参加している。研修部会では認知症ケアの資質向上を目的に「認知症介護講座」「認知症医学講座」などの認知症研修を実施している。広報部会では隔月で会報を発行するとともにホームページによる情報発信を行っている。

まちづくり部会では認知症当事者も多く参加して多職種と市民が地域での支援のあり方を考える「地域連携ミーティング」や「認知症サポーター養成講座」、2014 年からは認知症サポーターの情報共有のためのメーリングリスト（登録者全員にメールが配信される情報共有の仕組み）を設置した。メーリングリストでは実際に発生した会員の行方不明事案が発生した際に、サポーターが市内各所で捜索に加わり、情報を発信しあい早期発見につながった事例があった。当会の活動ではないが、静岡県富士宮市で行われている D シリーズ（富士宮市認知症ソフトボール大会）には第 1 回から参加。2016 年と 2017 年に、D シリーズでつながった若年性認知症の本人家族らが参加するオレンジコンサート（認知症本人らによるコンサート）を実施している。

以上、5 つの部会の活動を 25 名の運営スタッフが分担して進めており、年間の活動予算は 110 万円程度である。経理事務や会議室の手配や議事録作成などは 3 名の事務局担当者が分担している。今後の課題としては、これらの活動をいかにして地域に広めていくかということである。そのためにはさらに積極的に活動に参加する会員や賛同者を増やして、地域でのさまざまな実践につなげていくことが必要ではないかと思っている。

一般社団法人
かまくら認知症ネットワーク
について

部会活動

- ①相談部会…… 若年性認知症のつらい、他
- ②支援部会…… 「かまくら散歩」「かまくら磨き」
- ③広報部会…… 会報発行(隔月)、ホームページ
- ④研修部会…… 介護の専門職等の資質向上
- ⑤まちづくり部会… 認知症の周知啓発等
- ⑥事務局…… 会計事務、議事録作成等

認知症になっても安心して暮らせるまちづくりの推進

一般社団法人



33号

かまくら認知症ネットワーク

- 会報33号
- 2017年3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



「かまくら認知症ネットワーク新年会」 パラッツオビオラ

1月29日(日)大船のレストラン「パラッツオヴィオラ」にて、かまくら認知症ネットワークの新年会が開催されました。はじめに代表理事による挨拶があり、つづいて認知症のご本人による乾杯が行なわれました。その後歓談しながら美味しいお食事をいただきました。今回は会員を中心に認知症の当事者6名を含む33名の参加がありました。

オレンジコンサート第1部では、「ひろし&き一坊」(夫が若年性認知症の高井さん夫妻)のアコースティックギターとボーカルでした。コンサート第2部は、「ヒデ2」(若年性認知症の近藤英男さんと稲田秀樹代表のヒデヒデコンビ)で、懐かしい時代のフォーク

ソングをユーモアも交えて演奏されました。その後、市民と家族も演奏に加わって、会場は大いに盛り上がりました。

二つのコンサートの合間には、席に回された景品の重さ当てクイズが準備され、(手作りの小鉢、おちょこ)の重さを手ではかって当てるクイズや、なぞなぞもあり、正解者には素敵な景品が渡されました。

レストランは、日曜定休にもかかわらず、特別に営業してください、食事のメニューも、ミカンのフライや、蟹のフワフワあんかけ等、美味しくて珍しい物もありで、食事中の会話も弾みました。参加者の中には、会員の医師やスタッフの家族、関係者の方の姿もあり、盛大で華やかで本当に楽しい新年会になりました。(A.Y)

市内のオレンジカフェ情報!・・・オレンジカフェとは、認知症の人と家族、地域住民、医療やケアの専門職が気軽につどい、おしゃべりをしたり、相談もできる場のことです。

- 3月12日(日)「今泉台オレンジカフェ」 TEL0467-39-5489
- 3月16日(日)「小袋谷オレンジカフェ」 TEL0467-53-7025
- 3月26日(日)「由比ヶ浜オレンジカフェ」 TEL0467-39-6087
- 3月19日(日)「オレンジカフェだんだん」(西鎌倉) TEL0467-39-1525

- 3月・4月の予定**
- 3月 6日(月) 第5回認知症医学講座 鎌倉市福祉センター
 - 3月15日(水) 運営会議 NPOセンター鎌倉
 - 3月29日(日) 若年性認知症交流サロン たまなわ交流センター
 - 4月23日(日) かまくら散歩～大町寺社散歩～ 鎌倉市大町周辺

★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

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土曜日の13時～16時
☎0467-23-7830(ナヤマミゼロ)
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。

★認知症介護相談会(場所:福祉センター)
第1火曜日の13時～15時30分(1月を除く各月)
困った時の対応の仕方、施設の利用など家族同士で情報交換しています

★交流会(場所:福祉センター)
第3木曜日の13時30分～15時30分(1月を除く各月)
ご本人、ご家族と一緒にゲームや茶話会を通じて楽しむつどいです

【★詳細のお問合せは ☎45-6307(代表:渡邊武二)まで】

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・ご家族と専門職が気軽につどい、交流したり、相談をしたり、学ぶこともできる、元気の出るサロンです

開催日: **平成29年3月19日(日)**
時 間: 13:30～15:30
会 場: たまなわ交流センター
鎌倉市台1丁目2-25

参加費: 無料(但しおやつ代100円あり)
対 象: 鎌倉市在住在勤の若年性認知症の人と家族、関係者等
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。

「新年会オレンジコンサート in大船パラッツオビオラ」

2017年1月29日(日)、かまくら認知症ネットワークの新年会が開催されました。今回はご本人、ご家族の方も参加され、会のメインであるオレンジコンサートも大変盛り上がりしました。

第1部では「ひろし&き一坊」の演奏で、高井宏さんの熱のあふれるギター演奏と魂のこもった歌と奥様の君子さんの優しい歌声が参加者の心をひとつにしていました。出席されていたご本人も、手と足でリズムをとり、口ずさんでいた方もいました。第2部は「ヒデ2」の演奏と歌で、稲田秀樹代表と若年性認知症のご本人近藤英男さんによるセッションでした。二人とも今日初めて音合わせをしたとは思えないくらい息の合った演奏と歌声でした。近藤さんは昔ユースホステルでアルバイトをした経験があり、途中ユーモア交えた替え歌を即興で挟んだり、語りあり笑いありの時間となりました。最後の曲で会員の方のリコーダーとハーモニカも加わり演奏に重みが出ました。

アンコールの『青春の影』は圧巻でした。フォークソングはやはりいいですね。心が震えるというか、今まで生きてきた人生に重ねることが出来ます。特に昔の自分、あの頃のふたりなどその時の事が鮮明に思い出されます。素晴らしい余韻を残しコンサートは終了しましたが、また1年がんばれる、そんな力をもらえました。(SK)

「第5回若年性交流サロン」 鎌倉市 たまなわ交流センター

1月29日(日)13:30~15:30まで、たまなわ交流センター第2会議室で平成28年度第5回若年性認知症交流サロンが開催されました。若年性のご本人とご家族2組とスタッフ6名など12名が参加しました。

最初にそれぞれの方から近況報告があり、その中で、昨年年末に一時行方不明になり、会員や市民の協力で無事発見された方のご家族からその時の状況説明や捜査協力に対するお礼がありました。寒い季節のため、皆心配していましたが、早期に無事発見されたので安堵すると共に、改めて社会の関心と協力の必要を痛感させる出来事でした。サポーターズのメールも大いに活用されていて、今後更に充実させていく必要も感じたところです。

その後はコーヒータイムとなり、レギュラーコーヒーのまろやかな香り漂う中、マッサージ師の中空さん指導によるタッチケアでリラックスするなか、自由な

意見交換が行なわれました。

当日は16:00から当会の新年会が予定されていて、稲田代表と近藤英男さんがペアを組んでギター演奏をするプログラムが組まれていましたので、コーヒータイムの合間に、リハーサルを兼ねた即席の演奏会となりました。にわか仕立てのペアでしたが、徐々に「ヒデ2」らしくなっていき、参加者もギターに合わせて歌い、大いに盛り上がりました。

当交流サロンも一応鎌倉市に根付いたようですが、横浜市等他地域の若年性のつどいに比較すると参加者数がやや寂しいという感じがします。新しく参加される方もいましたが継続して参加していただくには至りません。鎌倉地域の特性ということもあり、他人に頼ることを「良し」としないのかもしれませんが、支援を必要とする人が一人でも多く、このサロンにつながり、困難な状況があっても支えあえる仲間が増えるよう今後も取り組みたいですね。(KWT)

寄稿 「鎌倉のつどいに参加して～病気と向き合って、明るく楽しく～」 川名裕美

主人が若年性認知症と診断されたのは、今から7年前の53歳のときでした。軽い物忘れから始まり、少しずつ病状が進み、出来ていたことができなくなり、現在は私生活を送る上でも介助が必要になっています。

最初は本人も家族もこの病気をなかなか受け入れられず、誰にも相談も出来ず、途方に暮れ一人で抱え込んでいました。

しかし年数が経過していく中で、少しずつ前向きに考えなくては、と自分に言い聞かせ、誰かに話を聞いてもらいたい、話が聞きたい、いろいろ知りたい、と。そこで調べたところ、かまくら認知症ネットワークを知り、早速入会。稲田さんとの出会いがここから始まりました。

「若年性認知症本人家族・鎌倉のつどい」(若年性交流サロン)に2014年5月に始めて参加させていただきました。初めて耳にする支援制度、知らないこと

ばかりでしたが、この会を通じて、介護認定・自立支援医療・精神障害者保健福祉手帳の取得などたくさんの制度を利用し、障害年金のことやいろいろな減免制度があることも学びました。毎回大変勉強になり、そしていつも温かく迎えてくださるスタッフの皆様にお会いできることが楽しみでもあります。

仲間も増え、お互いにそれぞれが抱えている悩みを話し合い、共有し、励まし励まされ、私たち家族にとってとても大切な交流の場であるのです。

主人が若年性認知症になってからは、支える家族は日々大変なこともたくさんあります。でも楽しいこともたくさんあります。一人では出来ないけれど、誰かの助けを借りれば出来ることもいっぱいあります。

この病気と向き合って、明るく楽しく過ごせるよう、これからも皆様の力をお借りし、がんばっていこうと思います。



「ワーキングデイと住民子供が協力し公園花壇再生」 鎌倉市今泉台

2月15日、鎌倉市今泉台の吉ヶ沢公園で、地域貢献を行なうデイサービス「ワーキングデイわかば」の利用者さんが作ってくれた花壇の花植えを行ないました。この企画は、日頃、公園の清掃や遊具の拭き掃除をしている「ワーキングデイわかば」と今泉台町内会の協力があって実現しました。

当日は「ワーキングデイわかば」のメンバーとスタッフ、子供会の子供と保護者、町内会役員、地域の住民など20人以上が集まり、短時間に実に手際よく、見事にパンジーとビオラ240株を植えました。

花壇は前もって「ワーキングデイわかば」のメンバーたちが土を掘り起こし、通路の仕切りを作ったり、耕したりしてくれていました。また、ワーキングデイ

が花壇整備計画書を作り、町内会が花を注文したり、それぞれが参加者を募ったりと、たくさんの方の力を感しました。植え付けが浅すぎたり、混みすぎたりする苗を植え直して下さいました。重い物の移動に力を貸したりと皆さん、上手に動いて下さいました。

花壇には小さな子供が間近に花を見られるようにと、お母さんと子供のための散歩道も設けられ、早速翌日からは『ワーキングデイわかば』メンバーさんが花のお世話をしてくださいました。また花壇の整備に当たっては、鎌倉学園インターアクト部(ボランティア部)の協力もいただきました。(HK)



地域の動き 「杉山孝博先生講座 認知症の9大原則と対応のポイント」 鎌倉生涯学習センター

2月3日(金)14:00~16:00まで、鎌倉生涯学習センターホールにて鎌倉市主催の講演会があり、250名の参加がありました。講師は川崎幸クリニック院長で認知症のひとと家族の会副代表でもある杉山孝博先生でした。

講演会に先立ち、映画「認知症と向き合う」が上映されました。映画では、認知症の人の思いと、家族の気持ちなどがわかりやすく描かれていました。

続いて杉山先生の講演では、認知症の9大原則について、認知症の人の心のありようをわかりやすくお話いただきました。そして家族としての対応の仕方なども、時折ユーモアを交えながら、笑いあり、涙ありの

やさしい語り口で話していただき、皆さん時間を忘れて聞き入っているようでした。

講演の後、何人かにお話を伺ったところ、「現場を良く知っているお医者さんだからこそ!」「本人家族の気持ちをよく理解してくれていて目から鱗でした」「なんか胸のつかえがとれたような…」など、参加して本当に良かったという声が多かったです。

講演会を主催した鎌倉市の担当の方によれば「今後も他の認知症施策とも合わせて当事者や家族の充実を図っていききたい」とのことでした。(SW)



地域の動き 「認知症の人の行動・心理症状の背景を理解するために PART II」 鎌倉市福祉センター

2月20日(18:30~19:45)、鎌倉市福祉センターにおいて、地域密着型事業者連絡会の研修会が開かれました。テーマは「認知症の人の行動・心理症状の背景を理解するために PART II」～現場の取り組みをみんなで共有しよう～でした。各事業所から総勢30名の参加者がありました。11月の第1回目の研修で、各々が介護で困っていることを持ち寄り、グループワークで解決策を話し合いました。それぞれがヒントを得て事業所に持ち帰り、今回の研修までの3ヶ月間、いろいろな取組をされた中から、3事業所が発表しました。3施設の発表は「帰宅願望が強い」「ごみを拾い集める」「みんなで歌うことが出来ない」という

ものでした。解決策としては、その方の生活歴を参考にし、ご本人のことを否定せずに見守る、言葉掛けは統一する、できること、その方の好み、考え方、能力に応じてきめ細かく工夫する、その方を主役にする…など対応された様子が語られました。発表後にグループに分かれて話し合いがもたれ、最後に話し合いの結果を発表しました。ケアの具体的な方法が見つかったり、考え方の方向性を考えたりした有意義な研修でした。また他施設の人との交流もでき、楽しい時間を共有することができました。(YK)

