

—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・ひとつづくり・つながりづくり® 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



10年前から大腸の憩室(大腸にできたポケット状のくぼみ)に便などが詰まって炎症を起こすようになった。症状は盲腸炎に似ていて放置すると大腸全体に炎症がひろがるので、「おや?」と思ったら早目の受診を心掛けている。炎症が起きるのはだいたい決まって仕事を立て込んで休む暇もないようなときだ。今回も憩室炎が再発し、仕事に支障がないよう土日を挟んで入院することになった。入院治療といっても食事を断って腸を休ませながら抗生剤の点滴を受け横になっているだけである。

そんな折の出来事である。入院中に同室になった隣のベッドの人と家族の会話が聞こえてきた。同室の人は独居で記憶の障害に加えて糖尿病があるようだった。「あの日外で倒れていたでしょ、その後救急車で運ばれてここへ来たんじゃない」と家族。隣のベッドの人は家族の話を補足するようにそのときの経緯を説明するが度々つじつまが合わなくなっていた。隣の人は低血糖が原因で倒れたようだった。「そんなだからもう独り暮らしはむりよ!」という言葉が聴こえた。隣のベッドの人は、朝の歯磨きもできていたし、病院での振る舞いも普通だった。環境が変わっても支障なく過ごし、入院生活も問題なく送っていた。糖尿病があるとはいえ、認知症だとしてもまだ軽度に思えた。しかし家族の受け止めは違っていた。「もう独り暮らしはむりよ」という声がまた聞こえた。

その後も同じようなやり取りがあって、「お父さんは3日後には〇〇というところにある施設に移るの。これはもう決まったことなの」そう声が出た。その後、絶望的な空気感が漂った。私は、男性への同情からではなく、別の意味を思っただけの理由から、家族(子供たち)によって生活の場や、自分の生き方を選択する自由を剥奪されようとしているからだ。背景には、家族である子供たちのなかに、認知症になったらもう独りでは暮らせないという考えや、認知症について回る不安が強くあるのだろうが、隣の男性の暮らし方を聞いたところでは、在宅サービスと訪問看護などを利用すれば、まだ独り暮らしの継続は可能なように私には思えた。認知症になって剥奪されるのは運転免許だけではすまない時代なのだ。職業選択の自由や自己決定は私たち一人一人に与えられた権利ではなかったか? この男性の場合も、もし同居家族がいたならば、入院をきっかけに介護認定の申請手続きが行なわたくもしれない。まさか子供たちによって、施設に送られることになるとは、思ってもみなかったかもしれない。

何かがあるとすぐ息子や娘が施設探しに奔走してしまう家族は珍しくない。マスコミは日々、超高齢化社会によるリスクを報道している。その一方で、明るいメッセージを発する人たちも増えている。若年性認知症の人への「サーフィンサポート」、フォークソングを歌う「ヒデ2」、木漏れ日の中で自然を感じる「かまくら散歩」、認知症の人のソフトボール大会「Dシリーズ」、いずれの取り組みも、つながって、ともに楽しみ、仲間を増やしていくものだ。マイナスイメージとは対照的な、このような取り組みが地域に広まることを期待したい。

一般社団法人



34号

かまくら認知症ネットワーク

- 会報34号
- 2017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



快晴の空の下、第26回かまくら散歩「厄除け幸せ寺社ツアー」を34名の方が楽しみました!

4月23日(日)13:30~15:30、第26回かまくら散歩は、本覚寺、妙本寺、ぼたもち寺、八雲神社の大町寺社めぐり後、鎌倉農協連即売所に立ち寄りという新企画でした。この日は認知症ご本人、ご家族5組、鎌倉学園中高生と先生12名、介護や医療の専門職、地域包括支援センター鎌倉きしろのケアマネジャーの応援も含め、総勢34名の参加がありました。

集合場所の鎌倉駅東口の交番前で交わす言葉は「最高の天気になりましたね!」。抜けるような青空の下、さわやかな春風を感じながら歩けるだけで、今回のかまくら散歩の半分以上は成功でした。また当会会員で鎌倉ガイド協会会員の方に寺社の説明をしていただき、本格的なツアーとなりました。出発時に5つのグループを作り、知らない人であってもグループの中で助け合い、協力し合うようお願いします。

グループで互いに言葉を交わしながら歩き、おやつや荷物を持つ、横道へそれそうな方を見守る、足が弱い方に寄り添う、いざというときに備え控えて見守る、遅れがちの方を角で待つなど自然な形でサポートできていました。生徒さんからは「どんどん歩いて行ってしまう時にどうしたらよいかわからなかった」「なぞなぞやクイズをチームで考える時に話ができて楽しかった」「認知症の方と接してみてもはじめて少しわかった」「説明が勉強になった」などの感想が聞けました。ご本人さんたちは皆、終始笑顔で歩いておられました。ボンボンのように可愛い八重桜の花が満開の中、しあわせ地蔵で手を合わせ、本覚寺で鰐口を鳴らし、八雲神社では鈴を鳴らしてお参りし、ぼたもち寺で頸つなぎ守りを買って、まさにタイトル通りの「厄除け幸せ寺社ツアー」となりました。(TK)

鎌倉市内のオレンジカフェが1つ増え、5カ所になりました!

5月13日(土)「今泉台オレンジカフェ」TEL0467-40-4210

5月21日(日)「オレンジカフェだんだん」(西鎌倉) TEL0467-39-1525

5月28日(日)「由比ヶ浜オレンジカフェ」TEL0467-39-6087

New▶6月18日(日)「梶原山オレンジカフェ」TEL0467-46-8233

6月18日(日)「小袋谷オレンジカフェ」TEL0467-53-7025

5月・6月の予定

5月17日(水) 運営会議 NPOセンター鎌倉

5月22日(月) 平成29年度定時社員総会 鎌倉市福祉センター

5月28日(日) 第27回かまくら散歩 フラワーセンター大船植物園

6月25日(日) 若年性認知症交流サロン

★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いでです

【☆詳細のお問合せは ☎45-6307(代表:渡邊武二)まで】

若年性認知症 鎌倉のついで

~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いで、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6月25日(日)**
時間: 13:30~15:30
対象: 若年性認知症の人と家族、関係者等
詳細は下記までお問い合わせください

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。

散歩の感想をお聞きしました・・・

★快晴の空の下、鎌倉に住んでいながら、駅からすぐ近くにこんなところがあったんだね〜と、そんな声をたくさん聞きました。今回のかまくら散歩はどうでした?との問いに、「普段はあまり信心深い方ではないけれど、たまにはこういうのもいいなあ」と答えてくれたのは若年性認知症の近藤さんでした。奥様にも感想をお聞きしましたら、「お守り買いました、私の方は多少信心深いほうなので(笑)」と答えてくれました。★「首つなぎ守りはね、家内安全、交通安全にもご利益があるんですよ」とぼたもち寺でお守りを袋に入れながら年配の女性が話してくれました。「私は会社をやっているの、会社の安全を思って買うんだけど、ご利益あるかな?」と聞くと、「もちろんですよ」と頷いて首つなぎ守りを渡してくれました。★「お天気がとても良くてたくさん歩いて良かった」と話してくれたのは小鍛冶さん。奥様も「夫はこの頃脚力が弱っていて、看護師さんや学生さんのサポートもあって助かりました、普段二人では絶対歩けないところですから」と話してくれました。思い思いに自然体で楽しんで散歩になりました。(IN)

「アルツハイマー型認知症 前頭側頭型認知症」鎌倉市福祉センター

3月6日(月)18:30~20:30まで鎌倉市福祉センターにて、第5回認知症医学講座「アルツハイマー型認知症 前頭側頭型認知症」が、大船すばるクリニックの渡邊大輔医師を講師に招いて行なわれました。59名の参加がありました。

この講演会は、診断が難しいと言われている前頭側頭型認知症やアルツハイマー型認知症の診断基準や対応について学ぶ目的で開催しました。確定診断では、アルコールや薬物の影響、うつ病、身体疾患の可能性や脳血管性認知症などの他の認知症の可能性を消去していき、診断基準に沿って診断が確定する。ちなみに2014年にアメリカで発表された診断基準DSM-5に於いては、記憶障害が必須項目から外されている。また、DSM5では、日本語の認知症に該当するdementiaという用語が侮蔑的な意味があるという理由から使用されず、神経認知障害(neurocognitive disorders)という用語に変更されています。日本では依然として「認知症」という用語が使われています。DSM-5の診断基

準によってアルツハイマー型認知症が確定した人の3割程度は他の疾患の可能性があるのでそうです。

前頭側頭型認知症の確定診断は専門家でも難しいそうです。前頭側頭型認知症のケアに関しては、「保たれている記憶や視空間認知機能を利用したケアが有効」「待てない、立ち去る前に作業に必要なものを用意する」などの説明がありました。

言葉や物事の意味がわからなくなる意味性認知症の人への関わりでは「学習能力が残存していることが多く、新しいことを覚えたり、ていねいに助言し繰り返す」ことが有効だそうです。講座後のアンケートにも、「勉強になりました。最後の対応、コミュニケーションについてさらに詳しく伺いたいです」などの記載がいくつもありました。今後介護医療の専門職を対象にした第2弾も検討しています。(IN)



「第5回若年性交流サロン」鎌倉市 たまなわ交流センター

3月19日(日)13:30~15:30、たまなわ交流センターで平成28年度最後の若年性認知症鎌倉のつどい~若年性認知症交流サロン~が行なわれました。参加者は若年性認知症の本人3名、家族3名、介護医療職等12名でした。

進行役のスタッフの司会で、はじめにそれぞれの近況報告を行いました。ご本人とご家族と一緒に過ごすこのサロンでは、近況報告はご本人から先にお聞きしています。そうしないと、ご家族が全部を話してしまい、ご本人の出る幕がないどころか、肩身の狭い思いをさせてしまうことがあるからです。

今回の報告の中で印象に残ったのは、妻が手術を受けることになり、ショートステイを試したがどうしてもご本人が嫌がるので、ヘルパーを使ってサービス付き高齢者住宅での一人暮らしを試みた話でした。一人暮らしはどうでしたかと聞かれて、「快適でしたね」

と答えるご本人に、奥様は苦笑していましたが。

この日ははじめて参加したご家族から、認知症の診断を受けてから何をすることもなく過ごしていたが、最近本人である父親の口から「働きたい」という言葉が聞かれて驚いた。どうやって仕事を探したら良いだろうかという相談でした。みんなで知恵を絞りましたが、これといって決め手となるようなアイデアは出ませんでした。その場にいるご本人のなかに、かつて不動産チラシのポスティングのアルバイトをしていた人もいて、「ポスティングを嫌がる家もあり、その判断が難しいんですよ」など、具体的なアドバイスがありました。

その後はヒデ2(若年性認知症の本人と介護職のグループ)のギターと歌で盛り上がりました。演奏に合わせて当事者の方たちも前へ出て、皆で明るく楽しく、「バラが咲いた」を歌って閉会となりました。(SA)



「Dシリーズ・富士宮市認知症ソフトボール大会報告」神奈川県MMシュガーエンジェルス

3月25、26日に静岡県富士宮市で第4回Dシリーズ・認知症ソフトボール大会があり、神奈川県から神奈川MMシュガーエンジェルスとして39名が参加した。当会からも12名の参加がありましたが、ソフトボール大会は雨のため中止となってしまいました。

第1回大会で勝ち取った優勝旗を神奈川県に奪還する機会を失ってしまいましたが、大船から富士駅までの電車の旅やバーベキューの昼食とオレンジコンサート、引き続いての富士宮市内観光や前夜祭もあり、多くの参加者と交流を深める事ができた満足感?からか、多くの方はソフトボールが出来なかった残念さをあまり感じていないようでした。

昼食会では富士宮市の歩”ち歩”ち(ぼちぼち)クラ

ブの皆さんから富士宮焼きそばのおもてなしを頂きました。また、神奈川のヒロシ&キー坊、ヒデ2と一緒にオレンジコンサートも行なわれ、コンサート中に、相模原から参加したメンバーが飛び入りで手話の合唱で参加するという、素敵なコラボレーションも飛び出し、皆さん大いに楽しめました。その後は白糸の滝でのマイナスイオン浴、浅間神社での必勝祈願、酒蔵でのお清めの後、前夜祭に参加しました。(KWT)



地域の動き 「若年性認知症の人へのサーフィンサポート」材木座海岸 鎌倉市

平成29年4月23日(日)、鎌倉市材木座海岸にて、元サーファーで、8年前に若年性認知症と診断された川名さんの第2回サーフィンサポートが、湘南で波乗りを通して多職種連携を図る「Nami-nications」(ナミネーションズ)によって行なわれました。

前回はサーフボードの上に腹這いになっての波乗りとなりましたが、今回はまずボードの上に膝立ちになって何本か波に乗る練習をしてから、サーファーである息子さんと同じボードに二人乗り楽しみました。

波乗り歴30年の川名さんは、岸まで上手に波を乗りついで時はとても嬉しそうで、メンバーとハグをしたり、おどける表情をみせたりしていました。波に乗

っている最中も立ち上がろうと身体を動かし、波に乗る感覚を確かめていました。

傍らでは潮干狩りをするメンバーの子供たち、初めて波に乗れた初心者の方、家族で同じ板に乗って波と戯れる方など、総勢25名の参加がありました。川名さんを中心にビーチに笑顔の輪が広がっていきました。サーフィンサポートは今後毎月開催予定です。(YS)



地域の動き 「梶原山オレンジカフェはじまりました！」梶原山町内会館 鎌倉市

4月16日(日)NPO 法人和の会の主催により、梶原山町内会館にて16名が参加し梶原山オレンジカフェが開催されました。最初に梶原山町内会長から挨拶があり、ご自身の介護体験を踏まえお話しされ、町内会としても協力していきたいとの言葉がありました。

続いてバイキング形式の昼食が用意され、参加者はおいしく食べながら和やかな雰囲気でお話がありました。参加者からはこの様なところがあれば出かける機会ができて良いとの声がありました。食事の後はアロママッサージのボランティアの方から、おいと記憶の関係・アロマが認知症にもたらす効果について、わかりやすく説明があり、ローズマリー、

レモン、ラベンダー、オレンジスイートの匂いが効果的とのことでした。その後実際にオイルを使ってセルフマッサージを行いました。

最後にギターの伴奏で「春」「故郷」「学生時代」を参加者全員で合唱しました。「故郷」は参加者からのリクエストでした。最後に主催者の方が「初めての開催でしたが、アンケートの声を活かしてより良い形にしていきたい」と話していました。

今後地域の方にさらに周知され、誰でも立ち寄れるカフェになればと思いました。次回は6月18日の開催です。(YM)

