

—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 ⑩ 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

ある認知症研修に参加した際に、研修の実習先として赴いたある老人保健施設でのことだ。認知症棟のある老人保健施設は市内に1カ所しかないが、その施設の若いスタッフが私に「おじさん、そこに座って！」とぞんざいな口調で言った。私はその施設に実習に来たので、何をすべきかを彼に尋ねたのだった。私は彼に言われたとおり、その場所に座った。私が座った場所は、施設の食堂から廊下やトイレなど、施設内が一応見渡せる場所であった。「座って！」以外の指示もないことから、意図したわけでもなく、定点観察を行う結果となった。

認知症の人を受け入れる施設ということだったが、多くの人たちは静かに過ごしていた。廊下の奥に困ったように歩いている高齢の男性の姿があったが、他の人たちは食堂に集められていた。ひそひそ話をしている人もいたが、俯いている人が多かった。少しすると先ほどの若いスタッフと同年齢位のスタッフが現われ、周囲を物色するように見回したかと思うと、車いすに座っていた二人の老婆のブレーキを解除した。もう一人も、2台の車いすを器用に操ってその男の後を追った。かなりのスピードで引きずられていく老婆の驚き叫ぶ声が廊下に響いたあと、「湯」というのれんの下をくぐったところで消えた。男たちはどこへ行くとも、何をしに行くとも言わなかった。無言のうちに行われたその行為は、食堂に集められていた他の認知症の人たちにも明らかに影響を与えた。ひそひそ話をしている人もいなくなった。そこはリハビリ施設なのにリハビリをしている認知症の人の姿はなかった。その後も、同じ施設に実習にいった介護職の女性が私と同様の体験をしたと聞いた。

三浦半島の突端に、認知症の人を専門に預かる老人保健施設がある。その施設では、行動を制限したり、利用者が嫌がることは一切しないという。利用者は24時間フロア内を自由に歩くことができるし、またそこで過ごすようになって暴力が消え笑顔になった人もいるのだそうだ。この施設では利用者の行動や言動を詳細に記録し、利用者の要求を理解するように努めている。同じ施設でもこのように質の格差がある理由を当時の施設長が新聞の取材で話していた。「認知症介護のスキルアップは現状では施設の自主努力に依存しており、介護技術には大きな差がある」のだそうだ。(毎日新聞平成25年5月14日記事より)。今年に入って地域のケア関係者と会った際にも、ケアの質について何らかのアクションが必要だという話になった。

昨年から国のカリキュラムが変更となり、認知症の研修の際の他施設実習は盛り込まれなくなった。実習生が研修施設を訪れることもなくなった。しかしそれで問題がなくなったわけではない。実習生が来なくなった分、透明性が確保されないという問題が新たに起きている懸念がある。地域包括ケアシステムの動きの中、地域の暮らしの資源は多様化している。介護や医療のサービスが、もっと地域に認知される必要を感じる。地域の介護医療関係者は、これまで以上にサービスの質を高め、競い合い、その成果を地域住民とも共有する機会を設けてはどうだろうか。認知症ケアの資質向上のためには、これまででないアクションが必要だと感じている。

オレンジカフェ情報・・・市内のオレンジカフェが6カ所になりました！

- 9月9日(土)「今泉台オレンジカフェ」TEL0467-40-4210
- 9月24日(日)「由比が浜オレンジカフェ」TEL0467-39-6087
- 10月15日(日)「小袋谷オレンジカフェ」TEL0467-53-7025
- 9月17日(日)「オレンジカフェだんだん(西鎌倉)」TEL0467-39-1525
- 10月15日(日)「梶原山オレンジカフェ」TEL0467-46-8233
- NEW▶10月8日(日)「やながわ おれんじ・かふぇ(扇ガ谷)TEL0467-61-1780

9月・10月の予定

- 9月20日(水) 運営会議 NPOセンター鎌倉
- 9月22日(金) 「わかりやすい認知症ケア」講師 稲田秀樹 深沢学習センター
- 9月24日(日) 若年性認知症ほっとサロン たまなわ交流センター
- 10月8日(日) かまくら散歩「銭洗弁財天と佐助稲荷を歩く」13:30 集合

★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

★運営スタッフ紹介★

こんにちは 中空隼人です



当会では、相談部会と支援部会に所属し、若年性認知症ほっとサロンの進行とタッチケアを担当しています。普段は鍼灸マッサージ師として治療院での施術やご自宅・施設などへの訪問を行っています。鍼灸マッサージ師の仕事でも、認知症に付随する拘縮や筋力低下に対する予防や改善に取り組んでいます。

会員になった動機は、認知症の方から施術を拒否されるケースがあり、どのように関わっていけば良いのかを考えるきっかけになればとの思いからでした。会員の皆さんを含め、認知症の方と一緒にお茶をしながら話したり、鎌倉を散策したり、街中を清掃したりと色々な体験を通じ、今では認知症の方に対してというよりも、人としての接し方を学ばせてもらっていると感じています。1人でも多くの方が、安心して暮らせるまちづくりの基礎のお手伝いをしたいと思っています。



かまくら認知症ネットワーク

- 会報36号
- 2017年9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



中高校生が認知症の「学び」と「実践」を通して交流を深めました！

7月15日(土)鎌倉駅西口地下通路で第15回「かまくら磨き」がかまくらを美しくする会と共催で行われました。参加者は認知症のご本人1名、ご家族1名、市民3名、かまくらを美しくする会スタッフ2名、当会スタッフ3名。そして今回も強い味方の鎌倉学園インターアクト部中高生が12名参加してくれました。

鎌倉学園の中高生はこの前々日に認知症サポーター養成講座を受講しての参加でした。認知症について学び、また当事者の近藤英男さんの話を聞いて、認知症という病気や、当事者の思いに理解を深めて参加してくれました。(講座については3Pに詳細記事)

猛暑の中、みんなで協力して通路や溝に溜まったゴミを掃き、汚れた壁面をたわしで磨きあげました。熱中症予防のために、通路の片側を終えたところで休憩と水分補給を行いました。

清掃途中、当事者の近藤英男さん(64歳)に話を聞くと、壁を磨きながら「ほんとうにきれいになって、気持ちが良いですね」と話してくれました。また当事者の方のご家族も中高生と楽しげに談笑する場面も見られ、交流もある楽しい活動となりました。なお当日はNHKの取材が入り、参加したご本人と鎌倉学園インターアクト部の部長の吉田大介さんのインタビューや清掃の様子が18:45からの首都圏ネットワークで放送されました。(TK)

感想文「認知症の人から学んだこと」鎌倉学園インターアクト部 部長 吉田大介

「認知症サポーター養成講座」に続いて、「かまくら磨き」に参加させて頂いたことで、これまで以上に認知症への理解が深まりました。また同時に自らが認知症に対して思い込みや固定観念を持っていたことも分かりました。

直接認知症の方々と触れ合うことやお話を伺うことで、認知症がいったいどのような病気なのか、どのような症状に至るのかなどのお話を聞けたり、認知症を患った方でもほとんど周りの人達と大きな変わりはないのだと実感することが出来ました。特に「かまくら磨き」では認知症の方のほうで、学生の自分よりも機敏に清掃していたのが印象に残りました。認知症の症状に違いはあるだろうけれど、少なからず自分が誤解をしていたと感じ、とても勉強になりました。

講座やかまくら磨きを通して、認知症という病気は、ご家族や周りの人達の関わりで状態が大きく変わる病気なのではと思いました。認知症の方へはゆっくりと説明をする、など気にかけて行動するだけで、認知症の特効薬はなくても良い変化を遂げるのではないかと、そんなことに気づいた活動でした。



NHKの取材を受けた吉田大介さん



## 「平成29年度第1回・第2回若年性認知症ほっとサロン」 たまなわ交流センター

6月25日(日)と7月23日(日)、13時30分からたまなわ交流センター第2会議室にて若年性認知症ほっとサロンが行われました。6月25日は8名、7月23日は13名の参加がありました。23日は、神奈川県若年性認知症支援コーディネーターの方2名が参加してくださいました。

毎回、最初に本人・家族から近況報告をしていただいています。逗子から参加されているKHさんは、認知症サポーター養成講座で話をされたり、鎌倉駅の地下道の清掃活動に参加してNHKのニュースで放送されたりと、話題は盛りだくさんでした。しかしご本人のKHさんには記憶にないことも多かったようで、タウン紙に掲載された記事を確認したり、隣にいる奥様に尋ねたりしながら答えていました。一方でギター演奏のレパートリーも増えて、「ヒデ2」としていろいろな所から演奏の話が来るとの報告がありました。

鎌倉から参加のKKさんは、仲間とのサーフィンの

様子が朝日新聞に載ったり、プールに行けば十分に泳げるなど、まだまだ体力は衰えていないと、言葉が話しづらくなっているご本人に代わって奥様から報告がありました。皆さんお変わりなく、活動的に過ごされており嬉しい限りです。

この日も鍼灸マッサージ師の指導で、2人1組になり、手に触れながらマッサージでリラックスタイム、ゆったりとタッチケアを行うと、相手の体からオキシトシンというホルモンが分泌されるのだそうです。オキシトシンは人を穏やかな気持ちさせる効果があるとのこと。タッチケアの後は入れたてのコーヒーを飲みながら情報交換で笑顔もたくさん見られました。

いつものメンバーとコーディネーターの方との意見交換もあり新鮮な時間を過ごすことが出来ました。また「ヒデ2」の息の合った演奏とハーモニーも楽しみながら、有意義な時間をともにすることが出来ました。(SA)



## 今後の活動予定について

### <研修・講座>

- ★9月22日(金) 13:30~15:30 深沢学習センター  
「わかりやすい認知症ケア～中核症状を理解する～」  
講師 稲田秀樹 かまくら認知症ネットワーク代表  
受講対象 介護従事者、介護家族、市民等
- ★11月19日(日) 13:30~16:30 鎌倉市福祉センター  
「若年性認知症の理解とサポート事例(仮)」鎌倉市委託事業  
基調講演 内門大丈先生 湘南いなほクリニック  
ミニシンポジウム 登壇 当事者家族等  
受講対象 市内在住在勤の方、当事者家族、関係者  
交流会とオレンジコンサート(当会主催)
- ★12月8日(金) 19:00~21:00 鎌倉芸術館集会室  
「アルツハイマー型認知症と糖尿病等の生活習慣病について(仮)」  
講師 福井俊哉先生 かわさき記念病院院長  
受講対象 介護医療の専門職など
- ★平成30年2月27日(火)18:30~20:30 鎌倉市福祉センター  
「前頭側頭葉変性症の理解とケア～事例から学ぼう～」  
講師 渡邊大介先生 大船すばるクリニック医師

### <かまくら散歩・かまくら磨き>

- ★10月8日(日) 13:30~15:30 集合 鎌倉駅西口公園  
第28回かまくら散歩「銭洗弁財天と佐助稲荷を歩く」  
認知症の人、家族、支援者、中高生らが散策を楽しみます
- ★12月10日(日)13:00~15:00 集合 鎌倉中央公園  
第29回かまくら散歩「晩秋の谷戸で落ち葉かき」  
認知症の人、家族、支援者らと谷戸の自然に触れ、散策を楽しみます
- ★10月21日(土)10:00~12:30 集合 横須賀線ガード下  
第16回かまくら磨き～横須賀線ガード下の壁を磨く～  
洗剤を使わず雑巾で拭いたりブラシで洗う簡単な清掃です

### <地域連携ミーティング>

- ★12月15日(金)18:30~20:30 地域連携ミーティング  
「独り暮らしの認知症の人を地域で支える」報告+グループワーク  
参加対象 当事者家族、介護医療関係者、地域住民等
- ★平成30年3月(予定)18:30~20:30 地域連携ミーティング  
「認知症カフェの可能性を考える」報告+グループワーク  
参加対象 当事者家族、介護医療関係者、地域住民等

### <参加申込み・お問合せ、入会の申込み>

かまくら認知症ネットワーク事務局 TEL0467-47-6685  
ホームページ <http://kamakuraninchishou.com/>

## 地域の動き 「認知症は怖くない…当事者が語る認知症サポーター養成講座」 鎌倉学園星月ホール

7月13日(木)16:00から鎌倉学園星月ホールにて当会主催の認知症サポーター養成講座「認知症の話とギター演奏の会 ～認知症になっても明るく、今を楽しく前向きに！～」が鎌倉学園インターアクト部生徒と関係者など23名が参加して行われました。講師は認知症キャラバンメイトでもある当会の稲田秀樹代表と認知症の当事者として登壇した若年性認知症のご本人の近藤英男さん(64歳)でした。

はじめに認知症サポーター養成講座中学生用テキストを用いて、認知症について説明がありました。講座では、「日本では世界がこれまで経験したことのない『超高齢化』の時代を迎えていること」などについて話を行いました。その後、人の脳の機能についてや、認知症という病気が引き起こす障害について、わかりやすくテキストの図を用いて解説しました。

講座の途中からは、57歳のときに若年性認知症の診断を受けた近藤英男さんが、発症当時のことを話してくれました。

「診断を受けたときはきつかったけれど、今はなにごとにも前向きに取り組むようにしている」ことや、地域の友人たちと今も付き合いがあり、様々なチャレンジをしていることなどを話してくれました。

講座の後に近藤さんに今回の講座への思いをうかがいました。「認知症になってもできることは多く、決して怖いものではないと知ってもらえたら」と近藤さんは語っていました。近藤さんは記憶の障害が進行していて、前の日の出来事をほとんど覚えていないことが出来ません。それでも、なにごとにも前向きに取り組み、チャレンジを楽しんでいるとの事でした。

講座が終わると「ヒデ2」のミニコンサートが始まりました。近藤さんは認知症の診断を受けて7年が経過していましたが、譜面台に置いた楽譜を見ながら見事な指さばきでギターを弾き、歌をうたい、素敵なハーモニーを奏でてくれました。

その後はみんなで記念撮影、認知症の人にやさしい街を作ろうと誓い合いました。(IN)



## 地域の動き 「独り暮らしの認知症の人を支える地域連携事例」 鎌倉市玉縄地域

独り暮らしをしているAさんは、歌のつどいや水泳や、体操教室に通っている元気な82歳の女性です。ところが、お正月明けに久しぶりに会ったAさんは、すっかりやつれ、声もあまり出ず、ボーッと、元気がありません。「私、何だか変なのよ、食欲も全然ないの」とご本人も不安を漏らします。周囲の人の話では、昨年物忘れがひどくなってきたようで、お正月に家族と過ごした後は、ウツようになり、受診の結果、アルツハイマー型認知症と診断されました。東京在住の娘さんから「なんとか、サポートをして頂けないか」という依頼もあり、お宅を訪問することになりました。マンションの住民や、近隣の友人の方々からも、「様子がおかしい、最近約束をしても、忘れていたり、キャンセルしたり、以前のAさんではないみたい」との話を聞き、地域包括支援センターに相談しました。

Aさんはその後、介護保険を利用して訪問介護のサービスを受けるようになりました。ホームヘルパーが訪問してまず驚いたことは、冷蔵庫に食べ物が無く、体重も6キロ減少していました。ホームヘルパーと一緒に、中止していた生協の宅配を復活させ、一緒に注文することにして食べ物の確保をしました。

現在では、隔週で娘さんが来るようになり、週3日のヘルパーサービスが入り、また水泳、体操教室には友人が迎えに行くなどサポートが整い、体重も3kg増えました。その他、地域のカフェでの自由な集い、月1回の食事会等、近隣の方々が誘い合わせて地域の集まりへも参加していて、皆で引きこもらないよう連絡をとっています。今後もこのような事例が増え、皆で支えあえる地域になればと思っています。(AH)

