

—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…23 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

静岡県富士宮市で行われている認知症ソフトボール大会の前夜祭での出来事だった。「歌の先読みなら私が出来ますよ」と、同じチームの男性が私の肩を叩いて言った。振り向くと男性はニヤッと目じりを下げて笑った。その人が近藤英男さん(当時63歳)だった。近藤さんが歌詞の先読みを買って出たその夜は、同じチームのメンバーの奏でるギターに合わせて、皆で『バラが咲いた』を合唱することになっていた。「私は学生の頃ユースホステルでバイトしてましたから」と近藤さんは言った。そのひょうひょうとした口ぶりに、私はなぜか安心感を覚えた。



パラッツオヴィオラで初ライブの前のひと時

近藤英男さんは57歳の時に若年性アルツハイマー病の診断を受けて、6年が経過していたのに、なぜかそんな印象を受けなかった。この病気の診断につきまとう喪失感や不安のようなものを感じさせない、おおらかで明るくて積極的な印象が強かった。また近藤さんは鎌倉で開催している若年性認知症のサロンに参加していたが、初めて参加した家族の背中に歩み寄り、それとなく助言をしている姿をみることもあった。

私がギターを再び手に取るきっかけは、職場のある今泉台のバザーで余り物のギターを渡されたことだった。頂いたギターはしばらく事業所の物置に置かれていた。私は若い頃から歌が好きだった。自分でギターが弾けたらいいなと思って簡単なコードくらいは覚えた。それから少しして、近藤さんがギターを弾いているという話を鎌倉の若年性のサロンで何度か聞かされるようになった。CDが奏でる音楽よりも指で弾く弦の音のほうがステキだなと思っていたから、ぜひギターを持ってきてくださいと頼んだ。「ナンチャッテでバンドでもやりますか」と近藤さんが言った。「ナンチャッテ」というのが近藤さんの枕詞で、調子がのるとダジャレがいくつも飛び出てくる。

実際にギターを持ち寄って一緒に歌ったのは、近藤さんが鎌倉のサロンに通うようになった1年後のことだ。私たちは演奏する曲目と「ヒデ2」というバンド名だけを決めただけで一緒に練習する機会もなくデビューの当日を迎えた。2017年1月、大船のパラッツオヴィオラというピアノが置かれているしゃれた店がかまくら認知症ネットワークの新年会が行われ、それが私たちのデビュー戦となった。相変わらず練習も打合せもしないのが私たちの流儀だった。はじめは演奏中に間違えることが無いように近藤さん妻が楽譜を指差していたが、ほどなくそれも必要なくなった。近藤さんのギターの腕はめきめき上がり、1年後には譜面台の楽譜を見なくても指が動くようになっていた。そのうち次々とミニライブをこなすようになった。曲と曲の合間に挟むトークもダジャレも弾けていた。商店街のお祭りで路上ライブをやったり、高齢者の食事会や認知症サポーター養成講座で体験談を交えて歌ったりした。世界アルツハイマーデーの神奈川県庁ライトアップイベントで歌ったりした。このままいつまでも活動を続けたいと、支援者ではなくメンバーの一人として、私は思うようになっていった。



神奈川県庁のライトアップイベントでのライブも

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！

3月10日(土)「今泉台オレンジカフェ」TEL0467-40-4210

3月18日(日)「オレンジカフェだんだん(西鎌倉)」TEL0467-39-1525

3月25日(日)「由比ヶ浜オレンジカフェ」TEL0467-39-6087

4月15日(日)「梶原山オレンジカフェ」TEL0467-46-8233

4月15日(日)「小袋谷オレンジカフェ」TEL0467-53-7025

4月に実施の予定で「やなぎわ おれんじ・かみん(扇が谷)TEL0467-61-1780

3月・4月の予定

- 3月11日(日) オレンジカフェって何? 14:30~16:30 ギャラリー・檜松
- 3月18日(日) 「若年性認知症ほっとサロン」13:30~15:30 たまなわ交流センター
- 3月14日(水) 運営会議 18:45~20:30 NPOセンター・鎌倉
- 4月8日(日) 第30回かまくら散歩 13:30~15:00 鎌倉中央公園

★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 山田一路です



はじめまして。デイサービスで管理者をしています。山田一路です。私の勤める定員10人の地域密着型のデイサービスでは、保育園や中学校が近くにあるので、互いに行き来をして交流をしています。車椅子の方や認知症の方もいます。子どもたちも最初の頃は戸惑いも感じていたようですが、回を重ねるごとに互いの距離が近くなり、子どもたちも関わり方がわかってきたという話が聞けるようになりました。

私は、実家の祖父母が2人同時に介護が必要になった事をきっかけに実家に戻り、身内の介護も経験することになりました。今まで介護従事者として、ご本人・ご家族の立場に立った介護を目指してきましたが、身内の介護を経験することで改めてご家族の大変さなど、色々と考えさせられました。また、この会の活動の一つでもある、地域とのつながりの大切さも感じています。

一般社団法人



39号

かまくら 認知症 ネットワーク

- 会報39号
- 2018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



若年性認知症を理解して誰もが暮らしやすい町に！

平成30年1月21日(日)16:00から大船駅前にあるレストランパラッツオヴィオラにて当会の新年会が開催されました。今年はギターに加えウクレレやピアノのBGM演奏も加わり、賑やかな新年会になりました。参加者は33名、うちご本人は7名でした。

稲田代表の開会の挨拶・乾杯があり、暫く歓談の後、お待ちかねのオレンジコンサートが開演しました。第1部では最初にひろし&き一坊が、巧みなギター演奏と美声を披露。続いてヒデ2は始まりからノリノリの演奏でした。ヒデ2の歌とギター演奏に合わせてタンバリンが叩かれ鈴が鳴らされ、更にはリズムに合わせて踊り出す人もいて大いに盛り上がりました。

第2部では、RUN伴+三浦半島のメンバーによるウクレレ演奏がありました。その後ひろし&き一坊とヒデ2が一緒になって「バラが咲いた」「見上げてごらん夜の星を」を会場の皆さんと共に歌いました。

楽器を演奏したり歌を歌ったりすることは楽しい事であり、楽しいことは脳が活性化するので、更に盛り上がる工夫をすると良いと思いました。会の終盤に関係者の方々や初めて参加した当事者の方々から温かいメッセージを頂きました。

会場にはまだ十分余裕が有りましたので、来年はもっと多くの方に参加頂き、更に盛り上がった新年会になると良いと思いました。(KWT)

「裕(ひろし)さんの“まだまだやれるんだ!”と力強く自負できること」高井君子

平成20年冬頃から、単身先の職場でいろいろなことが出来なくなり、眠れない日々が続いたため、受診すると適応障害との診断、夫が57歳の時でした。(現在は前頭側頭型認知症の診断)。そのため1ヶ月ほど休職し、復帰してみたが、半年で退職せざるを得なくなり、退職後はさらに状態も悪化して行き、外へ出ることも出来ない状態でした。散歩が出来るようになるまで1年ほどかかったと思います。ある日散歩途中で入った喫茶店のマスターとの出会いがなければ、その後の私たちはなかったかもしれません。



店に入ると壁に数本のギターが壁に掛けてありました。それを見た裕さんは自分から「ギターさわらせてもらっていいですか?」と聞いたのです。昔はよくギターを弾いていましたが、たぶん十数年はさわっていません。裕さんはあっという間に勘を取り戻し、マスターが貸してくれた歌集も次々と弾いていきました。ライブをやってみたらどうかというマスターの勧めもあり「ひろし&き一坊」の初ライブが誕生したのです。あれから7年目を迎え、青葉区のミュージシャン仲間にも加えて頂き、66歳になった今も「ひろし&き一坊」として年間15回位ライブをやっています。

「平成29年度第5回若年性認知症ほっとサロン」 たまなわ交流センター

1月21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なわれました。参加者は若年性認知症のご本人5名と家族関係者13名、スタッフ5名の計18名でした。

この日は恒例の鍼灸マッサージ師のタッチケアはお休みとなり、はじめからご本人ご家族の近況報告が行なわれました。「風邪を引かないので助かっている」「最近ちょっと他の病気の症状かと思うような現象が起きている」などの話も聞かれました。初めて参加された方もいましたが、みなさんご自身やご家族の状況を振り返りながら落ち着いてお話をしていました。近況報告を終えるとコーヒーとおやつタイムとなり、気楽な気持ちでのおしゃべりが弾んでいきました。

コーヒータイムでは稲田代表から、近々行なわれる予定

定の行事(ソフトボール大会)の案内がありました。

富士宮市で行なわれる認知症の人のソフトボール大会では、病気が進行しても試合に参加できるように、サポーターが選手と一緒にグラウンドに入ったり、ランナーの選手と一緒に走ったりするのもOKだそうです。また身近なところで助言をすることも出来るという説明がありました。そうすることで、スポーツ大会へ参加する機会を少しでも広げようという意図があると感じました。

ラストは「ヒデ2」のミニライブとなりました。認知症ご本人の近藤英男さんと当会の稲田秀樹代表のペアによる演奏に合わせてみんなで歌い、踊りだす人もいました。みなさん自然と体でリズムをとりながら、みんながつながりを感じる時間を共有することができました。(SA)



「～事例で学ぶ～前頭側頭葉変性症の理解とケア」 鎌倉市福祉センター

2月27日(火)18:30~20:30、大船すばるクリニックの渡邊大輔医師を講師に迎え、鎌倉市福祉センターにて当会主催の認知症専門講座「～事例で学ぶ～前頭側頭葉変性症の理解とケア」が介護医療の専門職対象に行なわれ、38名の参加がありました。

前頭側頭葉変性症は前頭側頭型認知症、進行性非流暢性失語、意味性認知症のそれぞれの疾患に分けられます。それぞれの特徴的な症状があるため、ケアは難しく、介護の現場や家庭生活でも困難の多い病気です。

講座では、疾患ごとの特徴と診断、ケアのポイントを学んだあとで、前頭側頭型認知症が疑われる事例を学びました。有効な治療とケアについては、オキシトシンというホルモンが異常行動や恐怖や怒りの認識を

改善させたという報告があるそうです。また保たれているエピソード記憶、視空間認知機能を利用したケアが有効だとお聞きしました。事例のお話では、前頭側頭型を疑われるケースの紹介がありました。

その後、グループワークで意見交換を行ないました。グループワークでは、実際に前頭側頭型認知症の家族を介護する方が専門職に質問したり、この病気が疑われる方の対応で苦慮しているという声や、みなさんで体験を話し合い共有しました。

講座後のアンケートには、「今回のような講座をレビー小体病などの疾患をテーマに行なってほしい」といった要望も見られ、今後の研修会の企画に活かしていければ良いと思いました。(IN)



「認知症地域支援体制推進全国合同セミナー」TKP御茶ノ水カンファレンスセンター

1月26日(金)、TKP御茶ノ水カンファレンスセンターにて、平成29年度第3回認知症地域支援体制推進全国合同セミナーが認知症地域支援推進員を対象に行われました。「認知症施策の動向と自治体の取り組みへの期待」というテーマで、厚生労働省から発表がありました。「認知症施策を進めることで高齢者施策が進むことになる」という言葉に、頷く方が多かったです。また、自治体への期待として、地域で認知症の方の見守りができるよう、認知症の正しい知識の普及啓発、本人のニーズの的確な把握、認知症サポーターの活躍の場づくりなどがありました。認知症診断後、有機的に連携できるよう、各機関の役割整備が課題として挙がっていました。

次いで全国の取り組みとして3市町村より発表がありました。香川県綾川町、和歌山県御坊市、そして鎌倉市です。綾川町は、介護予防サポーターの養成とポイント制の介護支援ボランティア制度、その活動の循環と本人ミーティングの取り組みの発表、御坊市は職場の上司、同僚、学生時代の同級生や地元の友だちを巻き込み、認知症の方の活躍の場づくり、啓発活動。そしてわが鎌倉市は市民健康課石黒課長と当会の稲田代表の発表でした。鎌倉のネットワークの活動とデイサービスさくら、ワーキングデイわかばの地域を巻き込んだ取り組みです。司会の永田久美子さんの「全国に稲田さんのような人がいなくても、このような活動が広がるように」という言葉が印象的でした。(MM)

地域の動き 「湘南オレンジカフェ」 COPEN LOCAL BASE KAMAKURA 鎌倉市

1月19日(金)湘南いなほクリニック院長で湘南健康大学代表である内門大丈先生を中心とするメンバーが主催している認知症カフェ「湘南オレンジカフェ」が、コペンローカルベースカマクラ(ドライバーズカフェ)で開催されました。

はじめに、主催者の内門大丈先生より挨拶があり、引き続いて、NHKディレクターの平田知弘氏の特別講演がありました。平田氏は「ハートネットTV」「シリーズ認知症、その時あなたは」などの医療や介護、認知症をテーマとした番組の制作に携わってきたかたです。引き続き、東京慈恵会医科大学精神医学講座主任教授である繁田雅弘先生が「認知症の方の本当の気

持ちを聞いていますか」のテーマの特別講演があり、「認知症の治療や予防も大切ですが、認知症になつてどのように生きていくかが予後を左右する」というお話がありました。認知症になつてからでも、進行を防止する生活が大切になると話されました。最後に、近藤英男氏と稲田秀樹氏からなるユニット「ヒデ2(ツニー)」のスペシャルライブが行われました。(IN)



地域の動き 「NHK、Eテレ、ハートネットTV収録」 渋谷NHK放送センター

1月27日(土)渋谷NHK放送センターでEテレ、ハートネットTVで認知症にやさしい町を紹介した番組の収録があり、当会会員の近藤英男さんが出演されました。

番組には、認知症本人の藤田和子さんや介護家族、地域包括支援センター、認知症にやさしい町大賞を受賞した行政職員の方が参加していました。

番組は認知症の人の「外出」がテーマでした。どうしたら安心して外出できるか、司会者の方の質問に答える形でディスカッションが行われました。当事者のお二人は、外出にあたって気をつけていることや地域や周囲の人へ望むこと、こんな仕組みがあったら助か

るなど、自分の意見を述べていました。

「自分が今どこにいるかわかる」スマートホンのアプリがあれば助かるという声や「地域で見守る仕組みがあれば」という声も聞かれ、予定の1時間を大きく越えて収録は終了しました。

収録後には、ハートネットTVのスタジオを借りてヒデ2のミニライブが行われました。「あの素晴らしい愛をもう一度」と「見上げてごらん夜の星を」の2曲だけでしたが、心に響く歌だったと好評でした。(IN)

