

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…30 稲田秀樹

かまくら認知症ネットワーク代表理事
(株)さくらコミュニティーケアサービス代表

2019年3月24日に開催されたDシリーズ・全日本認知症ソフトボール大会には、神奈川県内から本人18人を含む総勢55名が参加した。18人の認知症本人のうち15人が若年性認知症の方々だった。かまくら認知症ネットワークは大会の参加にあたり、ホテルの手配や大会関係者との調整、参加者名簿の作成など神奈川県チームの事務局を担った。Dシリーズの参加者は年々増加しているが、私が若年性認知症の方や家族の支援にたずさわり始めた13年前は事情がずいぶん違った。



全国から集まった当事者家族と支援者ら

2006年当時、若年性認知症の方を支える仕組みはほぼなかった。神奈川県内で若年性認知症の相談を受けられる社会資源としては認知症のひとと家族の会神奈川県支部が横浜市内で行っていた「本人家族のつどい(ほっとぽっと)」だけだった。私も本人家族と一緒にその「つどい」に参加していた。

「つどい」では家族の相談会と本人をサポートする会に分かれて過ごす。家族同士の相談会に参加していると、介護の専門職である私はたびたび「困難な状況」への助言を求められ、答えに詰まったことを記憶している。「困難な状況」とはデイサービスなどの施設で暴力が起きて利用を断られ、自宅でも興奮が起きて行き場所がなくなると、やむなく精神科病院への入院を選択する方が多く、元気な50代60代の方が精神科病院で薬の抑制を受けて寝たきりになってしまったという報告をいくつも聞かされた。どうしたら抑制を解いてもらえますか?と問いかけられるのも珍しくなかった。ご家族はそれらの状況を涙を流しながら語るのだった。

「つどい」では、私は自身の無力さを学んで帰るばかりだった。若年性認知症の支援はその後も続く。ひとつの市や町だけでは支援が行き届かない状況を多く見てきた。病気の診断初期には、近隣の市や町に若年性認知症をサポートする社会資源があればそこを利用して情報を得ればよいと考えた。市域を超えて支援者が連携しあう必要をずっと感じていた。家族会の方々の努力で、他の地域でも「つどい」が開催されるようになった。私は支援者同士のつながりが必要だと感じ、つながりを求めているうちに、他の地域にも頑張っている支援者がいることを知った。出会う人たちは私と同じような苦い思いを経験していた。「ひとりじゃない」と実感することは若年性認知症に限らず、支援者にとっても、本人家族にとっても、今を生きる励みになるのだ。

そんなときDシリーズが開催されるようになり、知り合いになった支援者に参加を呼びかけているうちに、市域を超えて本人家族を支えるネットワークが出来ていった。スポーツを楽しむためのネットワークが「困難な状況」が起きたときには、助言しあったり連携したり出来るネットワークへと変化していった。実際に家族が行方不明になった際などに、つながりを活かして市民も支援者も一緒に捜索に参加する事例も出てきている。DシリーズやRUN伴(ラントモ)や若年性認知症の人にサーフィンをサポートするナミネーションズ、認知症カフェ、世界アルツハイマーデーの普及啓発イベントなどがきっかけとなって、地域の支援ネットワークが生まれている。



試合前のエキシビジョンマッチで走る女性

2017年からは各都道府県に若年性認知症支援コーディネーターが配置された。人のつながりは有機的なネットワークだ。途絶えたりつながったりをくり返しながら広がっていく。新たな当事者との出会いがあると、その周囲に人のつながりが生まれる。2006年当時からするとずいぶん変わった。今は支援のキーワードは「涙」から「笑顔」にかわりつつある。支援やネットワークが特別なことではなく、日常の身近なところにあると感じるときもあるが、そうしたつながりが地域に根を下ろしたとは感じていない。それはむしろこれからかもしれない。

オレンジカフェ情報・・・市内のオレンジカフェが8カ所に増えました

- 5月18日(土)「今泉台オレンジカフェ」 TEL0467-40-4210
- 5月26日(日)「由比ヶ浜オレンジカフェ」 TEL0467-39-6087
- 6月16日(日)「小袋谷オレンジカフェ」 TEL0467-53-7025
- 5月15日(水)「オレンジカフェ」 SOMPO ケアラビール鎌倉常盤

- 5月25日(土)「本人カフェ」(大船)0467-47-6685
- 5月19日(日)「オレンジカフェだんだん」(西鎌倉) TEL0467-39-1525
- 6月16日(日)「梶原山オレンジカフェ」 TEL0467-46-8233
- 5月20日(月)「みんなで笑って楽しく脳若返り」(蓑田)0467-31-8787

★5月・6月の予定

- 5月12日(日) 若年性認知ほっとサロン 14:30~16:30 ギャラリー檜松
- 5月25日(土) 本人カフェ 13:00~16:00 大船カフェ茶ら賞しスペース
- 6月9日(日) 第35回かまくら散歩 13:30~15:30 フラワーセンター大船植物園
- 6月22日(土) 本人カフェ 13:00~16:00 大船カフェ茶ら賞しスペース

★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

一般社団法人



45号

かまくら 認知症 ネットワーク

- 会報45号
- 2019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



第6回Dシリーズに参加！接戦を制して神奈川チームが勝利しました♪

3月24日に静岡県富士宮市で第6回Dシリーズ・全日本認知症ソフトボール大会があり、当会からも10名が参加しました。当会を含む神奈川チームは当日参加者を含めて55名という最大規模のチームになり、本人も18名も参加されました。

試合の前日は雲がかかり、富士山はほとんど見ることが出来ませんでした。試合当日は朝から快晴に恵まれ、富士の絶景を満喫することができました。開会式の後、試合前に行われたエキシビジョンマッチでは、4大会連続で出場している川名賢次さん他1名が参加しました。

神奈川チームは第1試合で静岡チームと対戦し、激戦でしたが6対5の1点差で勝利しました。第1回

大会後失った優勝旗を取り戻すチャンスでしたが、第2試合は日本選抜が猛打で大阪を圧倒、一方的な試合運びとなり、得失点差で第2試合の勝者に優勝旗が渡りました。優勝旗の箱根越えはなりません。

昨年までは、試合前日に参加全チームが一堂に集まって前夜祭が行われていましたが、今年は複数の会場に分かれて交流会が組まれました。神奈川チームは、白糸の滝を観光、浅間大社で必勝祈願をした後、富士宮市福祉会館で富士宮市のグループと合流、楽器演奏を主体とする交流会に参加しました。交流会では佐野光孝と歩`ち歩`ちクラブ、ヒデ2、ひろし&き一坊、しゅわちゃんと愉快的仲間たち、松浦謙一さんによる三線の演奏と歌を楽しみました。(KYT)

「初めてソフトボール大会へ参加して」 和田郁子 和田光夫

スポーツが好きなお父さん(主人)に、動くことがリハビリ、人と交わった方がいいと思い、参加をしようと一歩、踏み出しました。3月23日は観光を満喫。白糸の滝、25年前に行った時の記憶とは違ってびっくり。マイナスイオンを浴び、リフレッシュ。浅間大社では勝利祈願。ご当地名物の富士宮やきそばも堪能。他の当事者・家族と食べる夕食も楽しいひと時でした。



一緒に参加した山口さんと和田さん(右)

3月24日ソフトボール大会当日は、晴天。富士山が後押ししてくれている感じでとても爽快でした。富士山の大きさにお父さんもびっくりしていました。打ったり、キャッチしたり、お父さんも活躍し、私も嬉しかったです。試合では静岡チームと点の取り合いになり、応援にも熱が入り、大きな声で声援。多くの応援者の後押しもあり、神奈川チームは勝利。勝利の喜びをかみ締め合いました。

初めて会う人ばかりでしたが、雰囲気良く、とても充実した2日間でした。お父さんの表情から楽しんでいたと実感、来年に向けて練習に励もうと伝えました。

「講座 認知症診療と本人家族サポート 講師 阿瀬川孝治先生」研修部会 鎌倉市福祉センター

3月14日(木) 18:45~20:30、鎌倉市福祉センターの第1・第2会議室にて、講師に汐入メンタルクリニック院長の阿瀬川孝治医師を迎えて第7回認知症医学講座「認知症診療と本人家族サポート」が行われました。

講座では、前半に阿瀬川先生よりお話を頂きました。お話の中で阿瀬川先生は、認知症の診断とともに、病気への不安や認知症の疾病感にどう対処するか、家族の体験や当事者の強みを生かした支援の事例を紹介しながら説明されました。特に診断後の支援では、ご本人の気持ちに寄り添いながら、病気の理解を促しながら今後の見通しについて適切な情報提供が必要であること、また家族に対しても、疾病感からくる不安をサポートできる体制、一緒に並走する人がいること、地域の資源や人とのつながりを持つことが大切と話さ

れました。

第2部では、阿瀬川先生に加えて、認知症の本人、家族、支援者がディスカッションをしながらテーマを掘り下げていきました。会場からは「家族が病気を認められない」という相談があり、それに対して介護をしている家族から「最初のころはとても人には言えなかったし自分でも病気を認めることが出来なかった」という声があがりました。

また認知症の当事者である近藤英男さんが会場の参加者に対して「あなた方は嫌なことも覚えていて大変だね」と感想を漏らし、記憶が足かせになっているのは自分たちの方かもしれないという気づきも生まれました。最後に阿瀬川先生から「認知症の疾病感をアップデート(更新)する時期がきているのでは」という提案もあり、気づきの多い研修会となりました。(IN)



「第34回かまくら散歩～春の大町寺社めぐり～」 支援部会 鎌倉市大町

4月14日(日) 当会支援部会主催第34回かまくら散歩「春の大町寺社めぐり」が開催されました。羽織っていたものを1枚脱ぎたくなる暖かさの青空のもと、参加者29名(認知症のご本人は5名)で、おんめ様、本覚寺、妙本寺、ぼたもち寺、八雲神社、農協連即売所と散策をしました。

八重桜や木々の新緑が鮮やかで、すがすがしく感じられました。新年度とあって新入部員も増えた鎌倉学園インターアクト部からは11名の参加があり、本人と2名ずつペアリングして、車道、階段などのサポートをしてもらえました。休憩時間も一緒におやつを食べておしゃべりを楽しみました。初めて参加されたご本人が3名あり「いつもと違うメンバーと歩くとまた違っ

た楽しさがありますね」という声も聞きました。

この度の企画では、当会会員のガイドスタッフによる寺社案内をゆっくり聞け、新元号令和にちなんだ万葉集研究所跡も教えてもらい充実した寺社めぐりとなりました。(TN)

散歩の後は、ご本人を含む数人で農協連即売所の焼き鳥屋さんで生ビールを楽しみました。これを目当てに参加した会員さんもいました。



次回は6月9日(日)にフラワーセンターで「かまくら散歩」を予定しています。皆様のお近くで気にかけている方がありましたら是非お声かけください。(IN)



寄稿 「新入社員を対象に認知症研修を開催」 マホロバマインズ三浦 エーザイ株式会社

4月2日(火) マホロバマインズ三浦にて、エーザイ株式会社の新入社員基礎研修が行われました。当会の稲田代表、若年性認知症ご本人の近藤英男さん小夜子さん夫妻、(株)ジョイ&ホープの代表でNami-nicationsを主催する柴田さん、若年性認知症本人の主人川名賢次と私とで、約100人の新入社員の前でお話する機会をいただきました。

最初に主人について私が話をしました。認知症発症時の様子から家族のつどいの参加を経て支援に繋がったこと、さらに柴田さんとの出会いから仲間が広がり、一緒にサーフィンを楽しむ現在の説明をしました。その後柴田さんからサーフィンをしたり、一緒に

旅行に行ったエピソードなどを語って頂きました。

次に稲田代表が聞き手になり、近藤さん夫妻から認知症発症当時のエピソードやご本人が認知症を前向きにとらえ、講演会や演奏活動に積極的に参加されていることについてお話がありました。奥様も発症した当時の気持ちや現在のご主人の様子などを話され、後半はミニライブを行い、主人もダンスで参加しました。この新入社員の皆さんに研修を通して認知症を身近に感じて頂ければ良いと思いました。(KY)



地域の動き 「認知症関連書籍100冊を鎌倉市へ寄贈」 かまくら認知症ネットワーク事務局 鎌倉市役所

4月5日(金)、鎌倉市役所にて、認知症関連書籍100冊を鎌倉市へ寄贈しました。この取組みは、認知症の方への理解を深めてもらおうと、かまくら認知症ネットワークが会員に呼びかけて実現したものです。書籍の贈呈式では、コンテナに収めた100冊の本が当会の稲田秀樹代表理事と認知症本人の近藤英男さんより直接、松尾崇鎌倉市長に手渡されました。

この日に寄贈された認知症関連書籍100冊は会員の市民や介護医療関係者から寄贈いただいたものです。当日は市役所で贈呈式が行われ、会員である認知症当事者の近藤英男さんも立合い、「認知症でも頑張っている人がたくさんいることを知ってほしい」と

話していました。これを契機に、認知症への不安や偏見が少しでも解消され、正しい理解とケアへのつながりが促進されることを願っています。ご協力くださった方、応援下さった方には、会として心よりお礼申し上げます。また、寄贈された本は市内5カ所の図書館に置かれ、貸し出しされますので是非、みなさま足を運んで見てください。(KS)



「若年性認知症ほっとサロンでリフレッシュ！」 相談部会 鎌倉市御成町ギャラリー檜松

3月17日(日) 14:30~16:30まで、鎌倉市御成町にあるギャラリー檜松にて、若年性認知症の本人4名、家族4名、スタッフ見学者ら計13名が参加して「若年性認知症ほっとサロン」が行われました。

今回のほっとサロンでは、初参加の方もいて、全員が自己紹介を行い、その後いつものようにご本人ご家族の近況報告を行いました。近況報告では、ご本人のあいまいな記憶をご家族が補足する場面があったり、ご本人がご自分の活動のスタイルから推測して近況を話される場面もありました。

また初めて参加された方からは、病気の進行が顕著になってきたことから、デイサービスよりも柔軟な対応が可能な小規模多機能型のサービスに変更した経

緯など話してくださいました。その後、ティータイムになるとご夫婦でペアになり、スタッフの指導でタッチケアを行いました。相手の手に触れながらやさしくさすっているだけで、気持ちがほぐれてやさしい気持ちになり、そのせいかリラックスした和やかな雰囲気の中でティータイムを楽しみました。

その後はギターなどの演奏で歌を楽しみました。歌が大好きだというご本人もいて、「とても楽しかった」との感想も聞かれたので、「そのうちに歌カフェもやろうか」という声も上がりました。あっとこの間のひと時でした。(IN)

