

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…31 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

7月14日(日)、鎌倉芸術館集会室に神奈川県内の認知症のご本人4名が集った。講演会「認知症について認知症の人から学ぼう!鎌倉II」の第2部の本人シンポジウムに参加するためだ。シンポジウムに先立って控室で打ち合わせを行った。打合せには家族も支援者も同席しなかった。シンポジウムの流れも本人たち任せとなった。

打ち合わせではそれぞれが自己紹介を行い意見を交し合った。なにを話していたのか傍らにいなかった私にもわからなかった。講演会が始まり第1部を終えて第2部の本人シンポジウムがはじまった。「私たちスポーツを楽しんでいます!」というテーマだった。

認知症の常識と言われている考え方がある。認知症サポーター養成講座などでも語られているものもある。認知症の人は「同時にふたつのことを理解できない」とか「新しいことを覚えられない」というものだ。「認知症の人に後ろから声をかけてはいけない」というものもある。病気の症状はその人の疾患の状態によるから、一様に認知症に人だからと括することはできないのだが、上のようなことがまるで認知症の常識のように語られている。

認知症の診断を受けたあとに、多くの人々が絶望感や無力感を覚えるという。無気力になるとできることもできなくなる。認知症のせいばかりではない。どのタイプの認知症の人であっても、その人にできることを見つけてそれを支援することが必要なというまでもない。そのときに「新しいことはできない」と支援者があきらめてしまったり、支援者が先回りして手伝ってしまうと、できる事もできなくなる。

人それぞれに障害の起き方が違うのだから、力を発揮してもらうときにはひとりひとりの障害について把握しておく必要がある。疾患のタイプによっても症状や対応が異なる。当たり前だが人にはそれぞれ個性と人格がある。性格も人それぞれなのに、認知症の人にはこれこれだと言説がまだにある。経験則とは、経験のなかで体得した知恵のひとつで、「こんなときにはこうしたら良い」というハウツーのようなものだが、認知症の常識と言われているものは、この経験則ととても似ている。これまでの認知症ケアの常識と言われていたものは、ケアする側の思い込み過ぎに過ぎなかったのではないかと、私は最近そんなふうに思っている。

それでは私たちは認知症と診断された人を目の前にして、なにを頼りにすれば良いのかというと、それは経験知だと私は思っている。経験知とは、対話を通じて考えたり、情報を集めたりしながら、その人の全体と対峙しながら、理解しようと心がけ、また判断することである。経験知の世界では、ひとりひとりに応じた答えがある。認知症をひと括りにして語っても意味を持たない。いわゆるマニュアルが通用しない世界の話だ。

認知症と診断された人も、マニュアルが通用しない世界で経験を踏んできたのかもしれない。自分のおかれた状況に合わせて臨機応変に適応する訓練を重ねてきた人もいるだろう。疾患によって注意力や判断力が低下していても、その人なりに周囲の世界と対話をしているとは考えられないだろうか。認知症だからといって、その人の可能性を閉じてしまっはなにも始まらない。認知症の診断を受けた人でも、自分がおかれた状況に適応しようとしているとは考えられないか。

「認知症について認知症の人から学ぼう!」シリーズは横須賀に始まり、今回の鎌倉IIで4回目となる。それぞれ主催者が異なるが当事者から学ぶというテーマは一貫している。医療者や支援者の役割とはなんだろうか講演会を終えるたびに考える。認知症の状態にあっても、ひとりひとりが自分の世界を生きる主体である。私の接している多くの家族もそのように思い、またそれを望んでいる。



本人さんたちだけで行った打合せ



本人シンポジウムでスポーツについて語る山根功さん

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

- 9月14日(土)「今泉台オレンジカフェ」TEL0467-40-4210
- 9月1日(日)「由比ヶ浜オレンジカフェ」TEL0467-39-6087
- 10月20日(日)「小袋谷オレンジカフェ」TEL0467-53-7025
- 10月未定「オレンジカフェ」SOMPO ケアラビーレ鎌倉常盤

- 9月28日(土)「本人カフェ」(大船)0467-47-6685
- 9月15日(日)「オレンジカフェだんだん」(西鎌倉)TEL0467-39-1525
- 10月20日(日)「梶原山オレンジカフェ」TEL0467-46-8233
- 9月16日(月)「みんなで笑って楽しく脳若返り」(蓑田)0467-31-8787

★9月・10月の予定

- 9月13日(金) 認知症家族教室 13:00~15:00 NPOセンター鎌倉2階
- 9月15日(日) 若年性認知ほっとサロン 14:30~16:30 ギャラリー檜松
- 9月28日(土) 本人カフェ 13:00~16:00 大船カフェ茶らら賞スペース
- 10月6日(日) 第36回かまくら散歩 13:30~15:30 フラワーセンター大船植物園

★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

一般社団法人



46号

かまくら認知症ネットワーク

- 会報46号
- 2019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



若年性認知症講演会「認知症について認知症の人から学ぼう!鎌倉II」ご本人が講演、シンポジストとして大活躍!!

7月14日(日)、鎌倉芸術館集会室にて若年性認知症講演会「認知症について認知症の人から学ぼう!鎌倉II」が行なわれました。参加者は、演奏者、登壇者を含めて140名でした。講演会では近藤英男さん、松浦謙一さんによる講演と認知症のご本人4名によるシンポジウムが行なわれました。交流会ではケータリングの食事とご本人たちによる演奏を楽しみながら参加者が交流を深めました。

第1部の講演会では、近藤英男さん(アルツハイマー型認知症、66歳)が、57歳で病気の診断を受けてから現在までについて語られました。松浦謙一さん(レビー小体型認知症、64歳)にはパーキンソン病が悪化し引きこもり状態になるが音楽をきっかけに状態が改善した経緯を話していただきました。

第2部では、近藤英男さん、松浦謙一さんに加えて

山根功さん(アルツハイマー型認知症、64歳)、中村成信さん(前頭側頭型認知症、69歳)の4名がスポーツをテーマに楽しく意見を交わしました。

演奏会となった第3部では、認知症のご本人達と演奏を楽しみました。会場には15名以上の認知症のご本人が参加していて、テーブルに座った他の当事者と笑顔で意見を交わし会話の弾む姿がありました。ケータリングの食事美味しく、こんな楽しい講演会ならまた参加したいという声も聞きました。

交流会とともに行なわれた演奏会の終盤には近藤英男さんが通うデイサービス「アニエルチ」の保育園児達20人もが登壇し、一緒に音楽を楽しみました。(IN)

◆この講演会は日本郵便年賀寄附金助成により実施しました。



### 「第35回かまくら散歩～花々の香りに包まれて～」 支援部会 フラワーセンター大船植物園



6月9日(日)、神奈川県立フラワーセンター大船植物園にて、当会支援部会主催、第35回かまくら散歩「花々の香りに包まれて」を開催しました。認知症のご本人6名を含む25名の参加がありました。

今回は鎌倉学園インターアクト部の中高生に加え、山手学院ボランティア部の生徒さんの参加でサポーターが10人そろう、認知症ご本人に1～2名ずつのチームで行動することが出来ました。

はじめにそれぞれ自己紹介した後は温室の珍しい花々やハナショウブを観察しながら歩きました。自然と会話が弾んで、「男の孫しかいないので女の子と歩いてうれしい」「かわいくてこのまま家へ連れて帰りたい」などの声が聞かれました。バラ園に行くときとどりのバラを見ながらベンチに腰を下ろして恒例のお

やつと歌タイム。今回は「ヒデ2」の近藤英男さんが休みだったためいつものお笑いはいきませんでした。が、「ヒデ2」の稲田代表のギターに合わせて「バラが咲いた」をみんなで歌いました。

その後中学生が「なぞなぞ」の問題を出してチームで答えたり、感想を言い合ったりしました。ご本人さんからは「楽しかった。また参加したい」などの感想が続き、和気あいあいと楽しい時間を過ごすことが出来ました。

今回は初めて参加されたご本人ご家族が多くいらっしゃいましたが、記録写真の撮影を担当してくれたご本人さんも「皆さん良い表情をしていたね」と感想を聞かせてくれました。本当にみなさん笑顔でリラックスして散策を楽しんでいらっしゃいました。(TN)

### 「かまくら散歩に参加して」 山手学院ボランティア部 松田理穂子

少し雨の降っている大船フラワーセンターで、私は緊張していました。参加するのは2回目だし、前回もそこまで何かをしたということでもなかったもので、参加者さんとお話をするのは、今回が初めてだったからです。どんなことを話せばいいのかわからず、始まる前にずっと考えていました。

今回、私が一緒に歩くことになったご夫婦は、元気いっぱい、私が始まる前に抱いていた不安などどこかに飛んでいってしまうくらい、いろいろと話してくださいました。お花のことや、自分たちのことなど、たくさん話です。私は日頃自分自身のことをあまり上手に話せないので、奥さんのおかげで会話が途切れてしまうことなく、最後まで続けました。本当にありがとうございました。

ばら園の中央にある休憩所で、おやつを食べて、歌を歌いました。帰りがけ、ご夫婦はとても嬉しそうだったので、私のような中学生でも、お年寄りの方を喜ばせられるなら、これからも時間が許せば「かまくら散歩」に参加していきたいと思いました。

最後になりましたが、「かまくら散歩」の主催者さん、引率して下さった顧問の先生、そして未熟な私をあたたく見守って下さった参加者の皆さん、本当にありがとうございました。



### 「かまくら認知症ネットワーク総会・懇親会」 鎌倉市福祉センター第1・第2会議室

5月27日(月)18:30から、鎌倉市福祉センター第1・第2会議室において当会の2019年度定時社員総会が開催されました。正会員105名に対して出席者は議決権行使者を合わせて65名でした。

総会の内容は、報告事項として2018年度事業報告、決議事項として2018年度決算報告、監査報告2019年度事業計画案及び予算案がすべて異議なく承認されました。また任期満了に伴い理事監事の選任があり、理事1名が任期満了で退任となった以外は、理事5名、監事2名全員が再任されました。

また、総会後開催された臨時理事会で稲田理事が代表理事に再任され、引き続き当会を牽引することになりました。

総会終了後には、同じ会場で障害就労支援A型作業場のレストランふれんずの料理を囲んで「楽しく気軽

に自由に、交流を深めよう」と懇親会が開催されました。冒頭、鎌倉市高齢者いきいき課の石黒課長からご挨拶を頂きました。

懇親会には、日頃からかまくら認知症ネットワークの活動にご理解ご協力を頂いている行政や議員の方も参加頂きました。また初めて参加された方々、鎌倉以外の地域から参加された方々が和やかな雰囲気の中で懇親を深める姿が見られました。おいしい料理を囲みながら有意義な意見交換となった様子でした。

なお2018年度の事業活動の収支が50281円の赤字となりました。活動が多岐にわたっており、活動の原資となる収入源が限られていることも要因となっています。活動の安定的な継続のため、賛助会員の方々のご支援、寄附金などのご支援を、心よりお願い申し上げます。(KWT)



### 「認知症家族教室～認知症を理解して関わり方の基本を学ぼう!～」 研修部会 NPOセンター鎌倉2階会議室

6月14日(金)13:00～15:00まで、NPOセンター鎌倉の2階会議室にて、認知症の方の家族対象の勉強会、認知症介護教室「認知症を理解してかかわりの基本を学ぼう!」を行ないました。講師は当会の稲田秀樹代表、事例報告を当会理事で若年性認知症の夫を介護している川名裕美氏が担当しました。

講座では、稲田代表が認知症の定義、病気そのものから起こる症状と周囲の人に負担をかける症状、認知症の予防の考え方、病気の進行とともに現われる様々な症状を具体的に説明しました。また事例を交えながら関わり方の基本についてお話ししました。

前半の約1時間の講座のあとは、川名氏が若年性認知症の夫の病気の始まりから現在までの状況を家族の視点からお話しました。同じ病気の方の体験談を参加者の方も親身になって聞いていました。

質疑応答では参加者の悩みに耳を傾け、ひとつひとついねいに答えていきました。質疑応答の時間を多くとることで、病気の不安や心配にもお答えできました。その上で、介護のプロの手を借りたり、同じ立場の仲間を得ることの大切さを話しました。今後、認知症介護教室は年4回実施する予定です。次回は周辺症状への対応についてお話しする予定です。(IN)

<p>認知症の病気 そのものから起こる脳の障害</p> <p><b>中核症状</b> 症状の現れ方、脳の障害の起き方は 病気のタイプによって違う</p> <p>周囲の人に負担をかけた時、 生活に支障のある行動が起きる</p> <p><b>周辺症状・行動心理症状</b> 多くの場合は理由や背景がある</p>	<p>病気の進行とともに脳に障害が生じて人によって様々な症状が現われる</p> <p>※個人差(個性)がとても大きいのが特徴</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>記憶...ついさっきのことを忘れてる</li> <li>視覚...空間がゆがみ、奥行きがとらえにくい 存在しない人やものが見える(レバー小体型認知症)</li> <li>聴覚...音の聞き分けができずうるさく感じる 不可思議な音が聞こえてくる</li> <li>嗅覚...においがわからない</li> <li>味覚...味がしない</li> <li>言語...言いたいことがいえない(失語、言換の障害) 言われた言葉を理解できない(意味性認知症)</li> </ul>	<p><b>マイナスのかかわり方</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 誇りを傷つける</li> <li><input type="checkbox"/> 急がせる</li> <li><input type="checkbox"/> おきりきりする</li> <li><input type="checkbox"/> 怒り顔</li> <li><input type="checkbox"/> 一人きりにする</li> <li><input type="checkbox"/> 手を出す</li> <li><input type="checkbox"/> 口を出す</li> <li><input type="checkbox"/> 否定</li> <li><input type="checkbox"/> 説得</li> <li><input type="checkbox"/> 一度にたくさん</li> <li><input type="checkbox"/> 何もすることがない</li> <li><input type="checkbox"/> 刺激がない</li> </ul>	<p><b>プラスのかかわり方</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 失敗はそうと、見て見ぬふり</li> <li><input type="checkbox"/> ゆったり</li> <li><input type="checkbox"/> お茶でも一服</li> <li><input type="checkbox"/> にっこり</li> <li><input type="checkbox"/> そばにいる、一緒にやる</li> <li><input type="checkbox"/> 少し待つ</li> <li><input type="checkbox"/> 黙って見守る</li> <li><input type="checkbox"/> 話をあわせる</li> <li><input type="checkbox"/> 本人の気持ちに動くシナリオで</li> <li><input type="checkbox"/> ひとつずつ</li> <li><input type="checkbox"/> 出番、楽しみごとをつくる</li> <li><input type="checkbox"/> 五感や感情に働きかける</li> </ul>
---	--	--	--