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…36　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

ヒデ２とアニエルチの子どもたち

私も近藤英男さんも若いころギターを触ったくらいという程度でたくさんの人の前で演奏するような機会はなかった。そんなふたりのオヤジが互いにギターを手にして、認知症啓発の名目で各地を歌って回るようになった。2018 年 7 月、鎌倉生涯学習センターで行われた講演会「認知症について認知症の人から学ぼう！鎌倉」では近藤英男さんが通うデイサービス「アニエルチ」(逗子にあるデイサービス施設でデイサービスに保育所が併設されている)の子供と親がステージに上がり演奏を楽しんだ。

2019年1月、松戸市社会福祉協議会の依頼で歌った後には、高齢の参加者の人たちの握手攻めにあった。とりわけ近藤英男さんの周りには人だかりができ、妻の小夜子さんのところにも講演会の参加者が次々と訪ねてきて応援のメッセージを伝えていた。

私たちが一貫して語ったのは認知症をポジティブに伝えようということだった。松戸市での近藤英男さんの講演会のタイトルは「認知症になっても人生は楽しめる」だった。つらい思いをしている当事者家族がいることもわかっていた。マスコミもインターネットでもネガティブな情報があふれていた。そんな世間の風潮を吹き飛ばしたいという思いもあった。認知症になっても楽しめるという「ヒデ 2」のメッセージは私たちの予想を超えて広がっていった。ヒデ2の活動記録を整理してみると、3年半の間に100回以上ライブを行い、4600人程の人に歌を届けていた。ヒデ 2 の神奈川ツアーは横須賀を皮切りに鎌倉、小田原、相模原、二宮、鵠沼、江の島、大船、戸塚と続いた。評判を聞きつけて横浜市南区、金沢区、西区、中区から依頼をもらった。雪のちらつく福井駅、愛知県や岐阜県では当事者家族たちともつながった。高齢者の食事会に招かれてトーク＆ライブをやったり、商店街の路上や田んぼのあぜ道で歌ったこともあった。

認知症という言葉自体が偏見をはらんでいるのかもしれないと、私自身思いはじめたのは相当以前からのことだ。認知症の診断後に本人家族が直面する諸問題は適切な介護サービスが見つからないということばかりではない。認知症になってしまった自分や家族の将来の姿を見通すことができないという心理的現実的な不安や葛藤といった困難の方がより深刻だと感じていた。その意味では認知症の当事者が認知症になったあとでも楽しめると語る姿は聞く人の心に安心と希望を抱かせたのだと思う。どこまでも明るく、希望を失わない。その意味で、近藤英男さんは「希望の人」なのだ。

2020年 11月、鎌倉中央公園で行われた「第 41 回かまくら散歩」には33 人が参加した。歩く認知症カフェとも呼ばれるこの行事には、犬 1 匹(ハナ)と 0 歳と 4 歳の兄弟、中高生や介護関係者などの姿もあった。谷戸の田んぼの前の畔道に特設ステージが設けられた。ギターを抱えた「ヒデ 2」がそこに立つと自然と拍手が湧き起こった。その日はミニライブの様子を取材するカメラがまわっていた。いつもと変わらない曲順で「真夜中のギター」「亜麻色の髪の乙女」を歌った。近藤英男さんがハーモニーを担当し、私はメロディーラインの担当だった。曲の合間のトークとダジャレもそのままだった。唯一違ったのは、この 1 週間前、NHK 厚生文化事業団の「認知症とともに生きるまち大賞」を「ヒデ 2」(受賞名は「ヒデ 2」とその仲間たち)が受賞した旨の知らせが届き、受賞式で流される映像の撮影のためのカメラが回っていたことだった。

谷戸の田んぼのあぜ道で歌う「ヒデ 2」

この日、近藤さんは何度かギターコードを間違えた。それくらいのことは大きな問題ではなかった。参加者に感想を聞くと「あの頃の歌はよく覚えているわ」と笑顔で答えた。「認知症とともに生きるまち大賞」の授賞式は 12 月にオンラインで行われた。2017年 1 月のフォークデュオ結成から間もなく4年になろうとしていた。いずれ限界が来ることはわかっていた。明るく元気にふるまっていても、近藤さんの心のなかには不安と葛藤が行き交っていただろう。結成から 4 年を過ぎたある日、奥様と主治医の相談の結果を踏まえ、笑顔の近藤さんに再び会えることを願って、「ヒデ 2」は活動を休止する判断をした。

◆認知症カフェの開催日程等はカフェの主催者にお問い合わせください

今泉台オレンジカフェ　休止中　0467-40-4210
由比ヶ浜オレンジカフェ　休止中　0467-39-6087
オレンジカフェ(常盤)　休止中　0467-43-1165
梶原山オレンジカフェ　休止中　0467-46-8233
オレンジカフェだんだん(西鎌倉)第3日曜開催0467-39-1525
みんなで笑って楽しく脳若返り(笛田)オンライン開催0467-31-8787
本人カフェ(大船)　休止中　0467-47-6685

●2021 年度より「若年性認知症ほっとサロン」は午前中の開催になります。場所は大船フラワーセンターで「かまくら散歩」と同時に開催することになりました。
●5月24日(月)19:30～20:00まで、かまくら認知症ネットワーク総会をオンラインで開催します。引き続きオンライン交流会も開催します。ぜひご参加ください。

★入会ご希望の方…TEL0467-47-6685、FAX0467-39-5490
当会の運営は会員の年会費及び寄付金で成り立っています！
1. 個人正会員　3000円
2. 個人、団体賛助会員　2000円(一口以上)
3. 寄付金(寄付のご支援をお願いいたします)

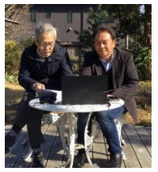
郵便振込口座　00240－8－140587
口座名　一般社団法人　かまくら認知症ネットワーク

一般社団法人

かまくら認知症ネットワーク

51号

●会報５１号
●2021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 4-5-16
●TEL0467-47-6685
●HP http://kamakuraninchishou.com/
●郵便振替
00240－8－140587
●編集責任者　稲田秀樹



認知症本人講演会で葉っぱの絵を描いている仲藤正雄さんにお話を伺いました♪

2月20日(土)、鎌倉市御成町にあるギャラリー檜松にて、当会主催の認知症本人講演会が ZOOM によるオンライン形式で行われました。講師として登壇した仲藤正雄さん(79 歳)は認知症に加えてアルコール依存症を抱えていました。認知症カフェに参加したことがきっかけとなり、その後断酒を始めました。絵を描いたことがない仲藤さんでしたが、断酒に取り組む過程で葉っぱのスケッチに取り組むとたくさんの独自の作品を描くようになりました。講演会の当日は風が強く、音声が途切れたり声が小さく聞きづらいところがあったりしたが、たくさんの方が仲藤さんの話を聞き、その思いを共有することができました。(聞き手　稲田秀樹)

講演会の要旨

オンラインで行われた講演会の初めに、「無許可での転載や発信はご遠慮ください」とお断りがありました。その後、質問形式で講演会が始まりました。

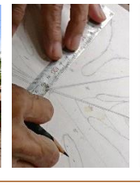
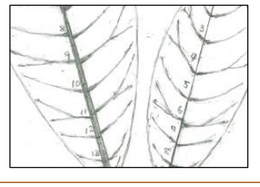
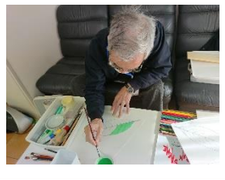
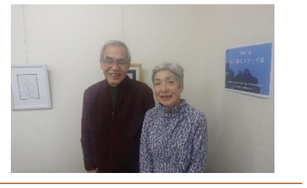
葉っぱの絵を描き始めるまでの仲藤正雄さんはアルコール依存症になり、350 ㎖の缶ビールを毎日 12 本、それを 5～6年間飲み続けていました。デイサービス(ワーキングデイわかば)に通い始めてから、食事もとれなくなり、1 か月で体重が 3kg も減少してしまいました。

葉っぱのスケッチを始めたのは断酒を始めた後でしたが、どうやって絵を描いたら良いのかなど、絵の描き方は教えませんでした。ただ 1 枚の葉っぱを手渡して、これを描いてみませんかと提案したのでした。仲藤さんは葉っぱを見つめていましたが、しばらくして「これでどうでしょうか」といって 1 枚の葉っぱの絵を持ってきました。その絵はコピー用紙に鉛筆で描かれていて、定規で葉脈の位置を図ったような線が残っていました。

それから葉っぱを描くときに定規を使うのが仲藤流になっていきました。葉っぱの絵を描き続けていくうちに、独特な作品がつぎつぎ出来ていきました。葉脈に番号を振る意味は「特にない」「その時はそういう気分だった」と仲藤さんは振り返ります。葉っぱのスケッチを描いていく過程で、仲藤さんはみるみる元気になっていきました。

「葉っぱのスケッチに色を塗ってみたんだけど」とご本人から話があって、初めて色の塗り方を教えました。もともと几帳面な仲藤さんは、筆の運びもとてもていねいでした。その後仲藤さんのスケッチを「認知症カフェ」に展示したり、絵葉書にして配ったりしました。

お酒を止めて体調が回復した仲藤さんは、ワーキングデイサービス(ワーキングデイわかば)で公園の草刈りも熱中して行うようになりました。太陽の下で体を動かすことが「楽しい」と笑顔で語る仲藤正雄さんの背中には青い空が広がっていて、屈託のない笑顔が印象に残る講演会でした。※仲藤正雄さんは 4 月 23 日に「かながわオレンジ大使」に委嘱されました。(稲田秀樹)

「春の花であふれるフラワーセンターをのんびり歩いてきました♪」　支援部会

４月４日(日)13:00～14:30、大船フラワーセンターで「第 42 回かまくら散歩～春のフラワーセンターを歩く～」を行いました。認知症本人 8 名、ご家族 7 名、サポーター、スタッフなど 22 名が集いました。初参加のご本人が 3 名で、車椅子ご利用者もいらっしゃいましたが、広々とした園内は不自由することなく移動でき、ごく自然にご家族以外の方が交代でサポートして交流する様子が見られました。

時々晴れ間がのぞき少し冷たい春風が吹く中、歩きながらご家族同士が情報交換したり、写真を撮り合ったりしながら和気あいあいと春の花々の中を散歩しました。淡いピンク、濃いピンク、真紅のシャクナゲが咲き誇っていて、さっそくその前で集合写真を撮りました。温室ではいつもながらのブーゲンビリアが華やかで、ベンチに座って順番に記念写真を撮りました。ちょうどサボテン展も開催されていました。

今年は特に桜の開花が早く、フラワーセンター生まれの玉縄桜はもとよりソメイヨシノも終わっていましたが、遅咲きの八重桜や変わった品種の桜を楽しむことができました。多くの方が花の美しさを収めようとシャッターを切っておられました。またいつの間にか違うご家族がペアになったりして交流が深まっているようでした。

今回はボタンの開花時期でもあり、牡丹園では透けるように美しい花びらが幾重にも重なってとてもきれいでした。つぼみが膨らんだ藤棚の下で花に集まって座って○×クイズを楽しんだあとは、フラワーカフェに移動して、それぞれ好きな飲み物を頼んで足を休めました。皆さんと穏やかな春の午後を過ごすことができました。かまくら散歩は“歩く認知症カフェ”とも呼ばれ、コロナ禍であっても安全に配慮して開催しています。(TN)

「2021 年度第 3 回 ZOOM オンライン認知症家族勉強会」 支援部会

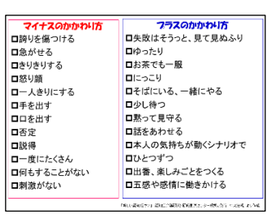
今年は新型コロナウイルスの影響もあり 11 月 18 日、1 月 20 日、3 月 17 日、いずれも水曜日の 19:30 から 20:45まで、認知症のある方の家族を対象にして、当会の稲田秀樹代表理事が講師となって、オンラインで認知症の勉強会を開催しました。

勉強会は75分間行われ、毎回テーマを変えて、認知症の疾患や症状の基礎的理解や、ご本人の中で起きている変化や病気を抱える人の心理状態をイメージしてもらったりしました。後半には質疑応答や、参加者の困りごとを話してもらい、必要に応じて講師が助言を行いました。参加者それぞれに直面している症状や問題が異なっていましたが、みなさん他の参加者の話にも熱心に耳を傾けていました。

認知症のある家族とのかかわり方では、ついつい言い過ぎたり、ご本人を叱ってしまったりする方もいるようでした。講座では、「マイナスのかかわり方とプラスのかかわり方」という資料を見てもらいながら、どうしたらプラスのかかわりができるか考えてもらいました。

第 3 回では、ご本人が体験している様々な症状や状況の理解をテーマにお話ししました。認知症が引き起こす症状は、人に個性があるように様々であること、病気が引き起こす心理的な症状である介護拒否や妄想、事実でない思い込みについてお話ししました。

オンライン勉強会は終始和やかな雰囲気で行われました。2021 年度は 4 回に渡り家族勉強会を開催します。開催日程等はホームページをご確認ください。(IN)



一般社団法人　かまくら認知症ネットワーク会報　隔月刊　　２０２１年5月１日発行　NO.51

「若年性認知症ほっとサロン」 相談部会　鎌倉市御成町ギャラリー檜松

3月14日(日)13:30～15:00まで鎌倉市御成町にあるギャラリー檜松にて、「若年性認知症ほっとサロン」を行いました。認知症の本人2名、家族2名、スタッフ 2 名、計 6 名の参加がありました。

今回は初めて参加された若年性認知症の方のご家族から、診断を受けた頃から現在までの経緯などをお聞きしました。そのうえでかまくら散歩などにお誘いしました。また介護保険の仕組みや、本人家族をサポートする仕組みについてお話ししました。

若年性認知症の方の居場所やサービスがあっても情報が届かなければ利用につながらない現状があります。今回の相談からはそんな状況があることを改めて実感しました。どうすれば、見えないところにいるご本人ご家族に支援情報を届けられるのか、今回はそんなことも考えさせられました。

4 月からギャラリーを他の方に貸すことになったため3年間お借りしたギャラリー檜松でのほっとサロンもこの日が最後となりました。たくさんの思い出が生まれた場所でもあり残念ですが、お世話になったオーナーの兼松氏にお礼を申し上げ、ギャラリーを後にしました。(IN)

地域の動き 「認知症デイサービス『ケアサロンさくら』再開しました！」 鎌倉市今泉台

3月４日(金)と5日(土)にコロナ禍で閉所していた認知症対応型デイサービス「ケアサロンさくら」の内覧会が行われ、多くの関係者や地域の住民らが訪れました。

施設の再開にあたっては地域の住民の方たちの協力がありました。2011 年の開設当初から地域活動で連携してる今泉台すけっと会の会員が住民に声をかけ、デイサービスで使う備品を集めてくれたり、求人チラシのポスティングを手伝ってくれたりしました。

建物のハード面からも感染防止対策を行い、デイルーム内に 3 カ所換気扇を設置しました。2カ所ある個浴の浴室にもそれぞれに暖房機付き浴室換気扇を設置。壁を撤去したデイルームは開放的で、窓からは施設の向かいにある公園を一望することができ、公園で遊んでいる子どもたちの声が聞こえてきます。施設と公園はスロープでつながっていて、デイサービス利用者が子供や親子と交流する姿が目に見えるようでした。多世代がつながるまちづくりの拠点としての可能性も感じました。

＊写真は改修工事後の開放的なデイルームと、松尾崇市長が訪ねられた内覧会のときのものです。(KS)

地域の動き 「おしゃべりカフェだんだん」 鎌倉市　西鎌倉

3月21日(日)西鎌倉地区社会福祉協議会主催の「おしゃべりカフェだんだん」が、湘南モノレール西鎌倉駅近くの喫茶店、中国茶「茶風」で開催されました。時節柄、開催が危ぶまれましたが「行く場所が無くて困っている」という声に押され、新型コロナウイルス感染対策を万全にして開催しています。

地域の高齢者を中心に5名の方が参加されました。認知症当事者も、認知症ではない方も一緒に、中国茶やお菓子を頂きながら、おしゃべりや絵画観賞を楽しみました。今回は、一枚の絵画を観ながら色々な想像をして、過去や行ったことのない国へ旅をします。同じ絵を観ていても、一人一人の経験や感性によって全く違う世界に誘われるような、不思議な体験ができました。

「おしゃべりカフェだんだん」には、毎回、地域包括支援センターや地域の介護従事者が参加しています。認知症の方やご家族の方のご相談にものっています。

開催日は5月16日(日)、7月18日(日)、9月19日(日)の13:30～15:30です。どなたでも気軽に参加できる地域のおしゃべりサロンとなっています。(YW)