

認知症になっても安心して暮らせる社会を

2025 December

No. 545

12

月刊 POLE-POLE (スワヒリ語)

ぽ～れ ぽ～れ

ゆっくり やさしく おだやかに



「ぽ～れぽ～れ群馬県支部版」

わたぼうし

No.508

認知症の人と家族の会

理念

認知症になったとしても、介護する側になったとしても、人としての尊厳が守られ日々の暮らしが安穩に続けられなければならない。認知症の人と家族の会は、ともに励ましあい助け合って、人として実りある人生を送るとともに、認知症になっても安心して暮らせる社会の実現を希求する。

巻頭言

県知事表彰をいただきました

群馬県知事表彰に選定されたとの通知が届き、11月13日、県庁昭和庁舎での授与式で表彰状をいただきました。知事表彰の「保健事業等」の内「精神保健福祉部門」の功労者としての表彰でした。決定までの経緯に携わって下さった皆様に心より御礼申し上げます。

発足して40余年「私が救われたから、今度は私で役に立つなら」とのお申し出が途切れなかったからこそ今日があります。ともども感謝申し上げます。

「認知症の人と家族のための電話相談」という県の事業を担わせていただく期待に応えるべく、いっそう研鑽に努めたいと思います。



目次

・巻頭言 県知事表彰をいただきました	1 頁
・報告 関東ブロック会議に参加して	
(1) 笹谷朋弘	
(2) 田中直子	2 頁
(3) 田部井康夫	3 頁
・わが家の〈認知症ケア手帳〉 ⁽⁶⁷⁾	
渡辺医院院長 (精神科医、当会顧問)	
渡辺俊之	4 頁
・オンラインのつどいのご案内	4 頁

これからの予定

● 1月10日(土) 伊勢崎のつどい	
10時～12時 伊勢崎市文化会館	
● 1月11日(日) 渋川のつどい	
10時～12時 渋川市中央公民館	
● 1月17日(土) 館林のつどい	
10時～12時 館林市中部公民館	
● 1月25日(日) 県央のつどい	
10時～12時 県社会福祉総合センター	
7階 701会議室	

電話相談

◎群馬県支部 (群馬県からの委託事業)

認知症の人と家族のための電話相談

027 (289) 2740

◎本部フリーダイヤル

0120 (294) 456

X(旧 Twitter)

やっています



11月16日つくば国際会議場での関東ブロック会議に初めて参加しました。始めに他支部との交流タイムがあり、他支部の現状について、情報交換を行いました。様々な魅力ある取り組みを行っており、中でも「マフの会」というものがとても気になりました。手芸作品をつくる会なのですが、施設等に在所している高齢者一人一人の趣味趣向に合わせて作品を作り提供しているとのこと、手芸品を作るという行為そのものが癒しを感じ、また人のために「役に立てる」というのは一石二鳥で素敵な取り組みだなと思いました。

議題では「認知症の人とともにある家族の権利宣言」についてどう周りに伝え周知していくか、という話でグループワークを行いました。その場ではいろいろと話は盛り上がるのですが、権利宣言の内容をそのまま鵜呑みにせず、権利宣言が発表された背景を踏まえて解釈していく必要があると思いました。認知症の方の思い、家族の思い、葛藤、どちらか一方を重視となるわけではなく、うまい塩梅が大切かと思いますが、個々の判断は家族の状況の影響があるため本当に難しいなと・・・だからこそ権利宣言に記されている「家族の経験が社会で活かされる」と

関東ブロック会議に参加して（１） ～他支部の素敵な取り組みに共感～

世話人 笹谷朋弘



川井元晴代表理事（中央）と共に

関東ブロック会議に参加して（２） ～家族にも必要な時に必要な支援を～

世話人 田中直子

の基本方針なので、介護する家族にも必要な時に必要な支援が受けられるようになってほしいと思うのです。国が推進している地域包括ケアシステムの介護支援の充実には地域差があつて、まだまだ十分とは言えないように思います。当事者団体としては、現場の声を様々な方法で届けていけるよう活動していきたいと思っています。

また、グループワークでは、他県の活動状況も知ることができました。最近やっと群馬県支部の事業内容が分かるようになりましたが、他県のつどいの話やイベント活動などを聞いてとても勉強になりました。再来年の関東ブロック会議は群馬県支部が担当なので、今回の会議を参考にして、群馬開催を盛り上げたいと思います

現地のつくば市までは、世話人女子3人の長距離ドライブでした、普段の会議などでは、ゆっくり話をする機会も少ないので、車の中ではプライベートな話もたくさんできてとても楽しいひとときでした。帰りには、茨城名産の有名なお芋の店を教えてもらい、行列に並んで、たんまりお土産も買いました。お芋好きにはたまらなく美味しなお芋をいただきました。

いう点は重要だと思っています。今回のグループワークで一緒だった世話人さんは介護経験者がほとんどでした。「自分が介護で大変な経験をしてきたからこそ、今介護に苦しむ人の少しの力になつてくれれば」と話されていました。もともと「家族の会」の根源的な部分がそういった部分で派生されていると思いますし、その点を忘れず活動を継続していく、また継続できる体制を作っていくということも世話人としては考えていく必要があると思いました。最後に各支部それぞれのご当地お菓子に夢中になりすぎて、仕切りのカーテンを突き破りそうになったのは良い思い出になりました。

「家族の会」に入会し世話人として3年が経ち今回、初めて関東ブロック会議に出席しました。関東の東京、神奈川、千葉、埼玉、栃木、群馬、茨城、1都6県からたくさんの方々が集まり、今回の共通テーマ「認知症の人とともにある家族の権利宣言」について意見交換をしました。

なぜこのような宣言が必要なのかというと、認知症基本法ができ認知症の人への支援の充実が明文化されましたが、家族の支援については曖昧であり支援が十分とは言えない現状です。認知症になっても家族として支援する立場になっても安心して地域で生活できるというのが「認知症の人と家族の会」

関東ブロック会議報告

「家族の権利宣言」を考える

代表 田部井康夫

11月16日茨城県支部主催で関東ブロック会議が行われました。群馬県支部からは代表田部井と8名の世話人が参加しました。他の都道府県の人と話し合える機会は少なく、今回世話人から8名の参加の申し出があったことをうれしく思いました。

昼食をとりながらの懇親会に続き、午後は本部提案共通議題「認知症の人とともにある家族の権利宣言」の解説と、グループワークが行われました。権利宣言は今年6月の総会で採択され、これから多くの皆さんにご理解いただけるよう取り組みを進めていくところです。

今回の関東ブロック会議では参加者が12のグループに分かれ、「権利宣言をどこで誰にどう伝えるか」を具体的に話し合いました。各グループの発表の中では、行政担当課や事業所、専門職団体へお渡しする、オンラインサポートや養成講座のテキストに掲載してはどうか等、広く広報するという意見と共に、現在介護で悩まれている方、介護を終えられた

個人の方にお伝えする方法も意見として上がりました。

群馬県支部としては、この権利宣言が出されるに至った介護を取り巻く現状を考えつつ、折を見て皆さんに解説をお届けできるよう準備しています。

グループワークの発表では群馬県の参加者が積極的に発表役を務める場面も見られ、おおいに頼もしく感じました。今回はJRと自家用車に分離しての遠征でしたが、分譲組にはその移動時間が親交を深めるにつけての時間となり、実に有意義なブロック会議参加となりました。



認知症の人と家族の権利宣言

私たちは、認知症になったとしても、介護する立場になったとしても、人としての尊厳が守られ、日々を穏やかに暮らし続けていきたい、という思いで1980年から活動を続けてきました。

「共生社会の実現を推進するための認知症基本法」(認知症基本法)ができ、私たちはいっそう、認知症の人、その家族や大切な人々が支え合いながら、人として生きがいを感じ、充実した毎日を送ることができる安心して暮らせる社会の実現を求めていきたいと願っています。

認知症基本法は、私たちが長い間望んでいたものであり、これにより認知症の人と家族への支援が充実していくことを期待しています。しかしながら、両輪となるべき家族への支援は、本人支援とは大きな隔たりを感じざるを得ません。認知症の人への支援と同様に、家族への支援が充実していく必要があります。

認知症の人と家族はそれぞれに自分で決める権利や、あらゆることに参加する権利を持っています。認知症の人と家族の人権が侵害されるような環境・社会にならないよう、そして誰もが人としての尊厳と権利が保障され、健康や幸福を追求できるよう、それらを支える制度や経済的支援、同じ経験を有する者同士が支え合う支援(ピアサポート)の推進が不可欠です。

そこで私たちは、家族への支援が充実することを願い「認知症の人とともにある家族の権利宣言」をつくりました。ここに、私たちの思いを全ての人に知っていただけるよう宣言します。

1. 家族一人ひとりの尊厳と人権が尊重されること

家族も認知症の人とともに一人の人として尊厳が守られ、自分の人生をあきらめない権利があります。それぞれの立場や気持ちが尊重され、大切にされる権利があります。

2. 家族がともに安心して暮らせる社会の実現を保障すること

家族が認知症の人とともに安心して暮らせる環境が必要です。家族は、それぞれ仕事を選び、続けていく自由、生活を維持していくために経済的な支援を受ける権利があります。

3. 家族が必要な支援を受けられること

家族一人ひとりの状況に合ったサポートとして、必要なときに必要な支援を受ける権利があります。

4. 社会全体で支え合うこと

認知症の人とともにある家族の状況を、社会は正しく理解し、社会全体でケアを担っていくことを私たちは求めます。

5. 家族の経験が社会で活かされること

同じ経験をした者同士の支え合い(ピアサポート)は、社会全体としても大きな力になります。制度だけでは足りないところを補いあえる、認知症の人や家族の経験と知恵が活かされる社会をつくっていくことを望みます。

公益社団法人
認知症の人と家族の会



渡辺俊之の「わが家の認知症ケア手帳」⑥7

思いやりの「うそ」を上手に

渡辺医院院長（精神科医、当会顧問） 渡辺俊之



認知症ケアをしている若いスタッフから「入居者にうそをつくのがつらいんです」と言われました。幼いころから「うそついてはいけない」としつけられて育った人にとって、うそは罪悪感を生じさせます。今回は認知症の人に対するうそについて考えてみました。

米国のアルツハイマー協会によれば、多くの人には「真実を言わなければ」という気持ちがありますが、認知症者は真実を伝えられることによって、混乱、苦痛、不安を感じることが少なくありません。うそを薬のように考えて上手に使うこともケアでは大切だとしています。その際の指針として、①思いやりを持つ、②相手の気持ちを理解して認める、③苦痛を軽減し幸福感を促進できるーの三つを挙げています。

国内でも嘘を上手に活用し、認知症者に幸福感を与えている地域があります。愛知県豊橋市では、地元バス会社の協力を得て古いバス停を活用し、

行き先が書かれていない「バスの来ないバス停」を設置するグループホームが増えています。帰宅願望が強い人は敷地内のバス停でバスを待ち、家に帰りたい気持ちが治まると、スタッフとホームに戻るのだそうです。

同県認知症グループホーム連絡協議会理事の武田誠さんは、バス停設置は認知症者の在宅ケアでも活用できると指摘します。かつてのバス停は住民の語らいの場でもありました。認知症者が家から出て行ってしまった時、近くに「バスの来ないバス停」があれば、ベンチに座っていてくれるかもしれません。優しいうそは認知症者のためになるはずです。



オンラインのつどいより ～親ではなく1人の人として～

今年度4月より新しい試みとして、会員限定オンラインのつどいを開始しました。まだ参加人数はあまり多くありませんが、現在は毎月元介護者である会員さん、世話人の6～7名がつどい、それぞれの介護体験を話し、認知症の介護について幅広く語る時間となっています。

11月のつどいでは、「家族だからこそ悩み」が話題となりました。

『他の家族、親族の協力が得られず、自分1人で義母の介護を担っていた。家族の会の人たちとの交流が当時の救いだった。なぜ自分1人が・・・という気持ちもあったし、親なのに、家族なのにとすると周りの家族に腹の立つこともあった。いろんな気持ちはあったけれど、家族としてではなく1人の人として義母のことを考えるようになった。この人を見捨てることはできないと考えて介護するようになったら、周りに対してのイライラは減った。』と会員Aさんが話されました。

長い時間かけて辿り着く心の持ちようを話していただき、参加者それぞれが深く考えるきっかけとなりました。

認知症の人と家族の会群馬県支部 会員限定オンラインつどい

●毎月第4火曜日 20:00～21:00 zoomにて開催

対象：群馬県支部会員の介護家族の方

参加希望の方は、連絡用にメールアドレスの登録をお願いします

nintisyougunma@gmail.com宛に会員名、登録希望と記入の上、メールを送ってください。登録いただいた方にzoomURLをお知らせします。