

認知症になっても安心して暮らせる社会を

月刊 POLE-POLE (スワヒリ語)

ぼ～れぼ～れ

ゆっくり やさしく おだやかに

「ぼ～れぼ～れ群馬県支部版」

わたぼうし

No.510

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

2026 年 2 月 不安がぬぐえない選挙結果

高市総理によれば、今回の選挙は総理の信任選挙でした。準備が整わない各党の主張は自民党も含め税・保険料負担減、現金支給など耳障りの良いものばかりでした。それなら有権者にとって非力に見える野党に票を投ずるメリックトは見出せません。結果、事前調査の予想では自民有利と公表され、より多くの人がその流れに乗ったことにより、直前調査を上回るような自民圧倒的勝利が招き寄せられたのが、今回の選挙結果と言えそうです。

しかし、結局、「財源が示されないまま負担減と支給増の約束だけが残された」との印象が強く残ります。

2000 年に消費税を財源として生まれた介護保険制度が充実への道を阻まれ、消費税がワル者の様に評される現実を目の前にすると、消費税も含め、これまで積み上げた「多くの人が少しずつ負担し合い、必要になった人が安心して使える福祉」のあり方が、さらにないがしろにされていくような不安がぬぐえないのは私だけでしょうか。



目次

- ・巻頭言 不安がぬぐえない選挙結果 1 頁
- ・認知症と向き合うあなたへ 2 頁
- ・とてなび のご案内 2 頁
- ・群馬県支部の 45 年を振り返る 3 頁
- ・わが家の〈認知症ケア手帳〉^{⑥9} 4 頁
- ・渡辺医院院長(精神科医、当会顧問)渡辺俊之 4 頁
- ・世話人の独り言 4 頁
- ・オンラインのつどいのご案内 4 頁

これからの予定

- 3 月 8 日(日) 渋川つどい 10 時～12 時 渋川市中央公民館
 - 3 月 14 日(土) 伊勢崎つどい 10 時～12 時 伊勢崎市文化会館
 - 3 月 21 日(土) 館林つどい 10 時～12 時 館林市中部公民館
 - 3 月 22 日(日) 県央つどい 10 時～12 時 県社会福祉総合センター 7 階 701 会議室
 - 3 月 14 日(土) 認知症介護家族支援講座 10 時～16 時 高崎市中央公民館
- 高崎市以外の方も可 定員 10 人 要予約

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





認知症と向き合うあなたへ

てとてなび



<https://tetotenavi.com/>

— 認知症の本人・家族・支援者を
つなぐ情報サイト —

山口怜生

公益社団法人「認知症の人と家族の会」では、認知症のある方やご家族、支援者の皆さまが、安心して情報を得たり、つながったりできる場として、オンライン情報サイト※「てとてなび」※を運営しています。

「てとてなび」では、認知症に関する基礎知識や介護の工夫、体験談、全国各地の活動情報、イベント案内など、日々の生活に役立つ情報をわかりや

すく発信しています。また、同じ悩みや思いをもつ仲間とつながるきっかけにもなります。

介護や支援に迷ったとき、不安を感じたとき、「ひとりでは抱え込まない」ための心強い支えとなるサイトです。ご本人、ご家族はもちろん、支援に関わる方にも幅広くご利用いただけます。

まだご覧になったことのない方は、ぜひ一度「てとてなび」をのぞいてみてください。新しい気づきや出会いがきっと見つかるとおもいます。

群馬県支部も「てとてなび」を通じて、全国や地域の仲間とつながりながら、支え合いの輪を広げていきたいと考えています。

✓ 情報の閲覧

「てとてなび」では記事・お知らせなど、認知症に関する情報を読んだり、イベント情報をチェックできます。

✓ イベント・交流

オンラインや地域でのつどい・勉強会・交流イベントなどの情報が掲載され、参加のきっかけになります(※「家族の会」の活動情報含む)。

✓ 相談窓口

認知症や介護に関する相談窓口の情

報もまとめられており、必要な支援につながる手助けとなります。

✓ 会員プラン (無料/有料)

◎ 無料プラン：限定記事の閲覧、イベント情報などが利用できます。

◎ 有料プラン：追加の会員向け記事や特典が利用可能です。また、すでに「家族の会」の会員であれば追加費用なしで有料プランが利用できます。

* 利用方法

スマホ

QRコードから「てとてなび」サイトへアクセス

パソコン

URLからサイトへアクセス

* ログイン

2月号に同封されている「会費の払込票」に専用IDとパスワードが印字されています。そちらを使用しサイトにログインしてください。

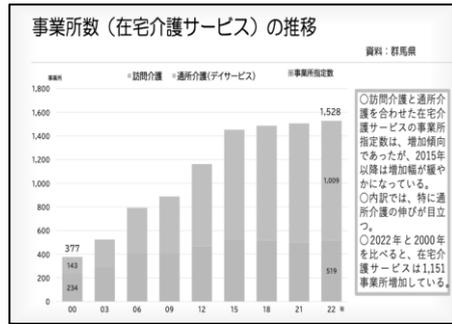
(すでに「てとてなび」会員登録済みの方へのID印字はありません)

* 登録方法等不明なことがあります。たら支部までご連絡ください。



群馬県支部の
45 年を振り返る (1)

介護保険制度がスタートし 25 年が経ちました。「介護サービス」は広く認知され、介護における選択肢はそれなりに広がっていると感じます。群馬県の発表している事業所数を見ると、2000 年の時点でデイサービスが 143 ケ所、現在はおよそ 7 倍の 1000 ケ所程度で推移しています。



今でこそ「デイサービス」という名称は当たり前に周知されていますが、まだその概念もなかった頃、介護家族の困難を解消するために立ち上がった方達があります。当時の話を書籍をもとに、インタビューも交えながら振り返ります。



介護保険制度スタートの 20 年前、1980 年、京都で「呆け老人をかかえる家族の会」が発足しました。群馬県でも、榛名町にある社会福祉法人新生活会で老人福祉事業に携わっていた加藤道子さんが、介護家族の方に声をかけ、つどいがスタートしました。

当時は、前橋、高崎の公共の場所を交互に利用し、1ヶ月に1度つどいを開催。広報手段もあまりなく、参加者が誰もいないということも珍しくなかったそうです。それでも介護家族の困難な状況を知るには十分な意義ある活動のスタートでした。

『世話するのが嫌だというんじゃないんです。どうしても手がでない時の具合が悪い時だけでも預かってくれるところがなんとかできないでしょうか』という介護家族の声に對

し、加藤さんが「なんとかかならないものかしら」と思案し始めます。

時を同じくして、京都で地域医療の修行を積んでいた藤岡出身の新島医師が群馬に拠点をうつすこととなり、加藤さんとの接点が生まれます。

「とにかく預かれる場所を作ろう」その願望と意欲が伝播し、スタッフが集められます。そのスタッフの一人が、現群馬県支部代表田部井さんです。

かくして『みさと保養所』なるものがスタートするに至ります。

○田部井さんはスタッフになることを決めた時、どんな心境だったのでしょうか？

東京から群馬に帰ってきて仕事もしていなかった時に、縁あって「呆け老人をかかえる家族の会」に関わることになった。介護家族の切実な訴えを聞いて、なんとかならないものだろうかと言う加藤さん達の思いには共感しましたね。

とにかく当時は何もなかった。まだ家に呆けた人がいることを隠すよいうなところもあったし、老人ホームというのができていたけれど、呆け

老人はそこでは歓迎されていなかったようでした。

○「みさと保養所」の初めの頃はどのような感じだったのですか？

まず今のようにはデイサービスという概念がないから、何をするとか全くなくて、とにかく依頼があれば預かるという形。利用する人の都合に合わせて何時から何時まで預かってくれるかね？という感じで、臨機応変に対応していました。

今考えれば、なんの制度もないからできたこと。個人と個人の繋がりだけで動き出しました。

ほんのパート程度で、そもそもデイサービスを事業としてなんて考えてもいなかったけれど、不思議とお金の心配はしてませんでした。

出たとこ勝負でなんとかなるだんべと(笑) 素人だったからそれが良かったのかもしれないです。

次回(2)へ続く

文 水出好美(世話人)



渡辺俊之の「わが家の認知症ケア手帳」^⑨
名字でなく名前で呼ぼう

渡辺医院院長（精神科医、当会顧問） 渡辺俊之



母親が認知症となった臨床心理士の友人と話をしていた時、『母さん』と呼ぶよりも『〇〇さん』と名前で呼んだら落ち着いた』と言われました。私たちが最初に呼ばれるのは、名字ではなく名前です。幼い頃の私は「俊之」でしたが、大人になると「渡辺さん」となり、子どもできると私は配偶者から「パパ」と呼ばれるようになりまし
た。たまに「俊之さん」と言われると懐かしい気持ちがあがります。子育て経験のある人は、互いに「パパ」「ママ」と呼んでいた癖がついて
いますし、自分の親を名前で呼ぶことは多くないでしょう。しかし、女性の認知症者には結婚したことを忘れて
しまい、結婚後の名字で呼ばれても自分と気づけないこともあります。日本では名字に「さん」づけが慣習となっ
ているため、名前で呼ぶことに抵抗がある介護者や家族もいるかもしれま
せんが、それは介護者の心理にも有効
です。「お母さん」「お父さん」と呼ぶ

よりも心理的な距離が取れるからで
す。認知症になると短期記憶から失わ
れていきます。そのため、現在同居す
る家族や配偶者、子どもから忘れてい
きます。「母さん、好きなお菓子を買
ってきたよ」と実家を訪ねると、「あ
なたは誰ですか」と言われて落ち込ん
でしまった息子がいました。子どもと
認知症の親では、お菓子の思い出にも
違いが生じているからです。しかし、
生まれた時から呼ばれていた自分の
名前は最後まで忘れることはないで
しょう。名前で呼ばれることで、認知
症の人は幸せだった時代に戻れるの
かもしれません。



世話人のひとりごと

世話人 眞下 優樹



皆様初めまして。私は、世話人にな
ってまだ2年の新人です。「家族の会」
の活動にもまだ不慣れな点も多く、参
加されている方々から様々な事を学
ばせて頂いております。

普段は、前橋市内の特別養護老人ホ
ームで相談員という仕事をしていま
す。また群馬県認知症介護指導者とし
て、専門職への支援、学びの手助けを
担当しています。

施設の相談員として入居希望の方
のご家族や、入所者家族の相談に乗る
ことが多くあります。施設に入所する
事やその後の生活について、本当にこ
れが本人の為になるのか、本当にこの
選択で大丈夫なのかと悩み葛藤され
ている声をお聞きしています。私自身
も相談を受ける立場ながら、なにが正
解なのか、何が良い選択なのか、何を
伝えれば良いのかわからなくなるこ
ともあります。ご本人の気持ち、ご家
族の気持ち、お互いの悩み、苦しみ：
正解がないからこそみんなで悩んだ
り、解決することは出来なくても気持
ちが少し楽になる、そんな支援ができ

るよう、真摯に向き合っていきたいと
思います。

現在認知症相談窓口は色々な場所
にあります。私も認知症伴走型支援事
業所の相談員も月に一度務めさせて
頂いております。認知症の事で困った
ことがある方がいらつしやいました
ら是非ともご利用ください。



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。
群馬県支部イベント管理アカウント宛に会員名、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。

メール：nintisyougunma@gmail.com

担当：水出