

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



群馬県支部版

わたぼうし No.466

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

認知症に備える

「ガイドブック」ができました

「家族の会」では、認知症の方とご家族を対象に、認知症についての調査を実施しました。その調査結果をもとに、認知症かもしれない方やご家族が、今、求めていることに応えることを目的とした、認知症と共に生活することに備えるためのガイドブックを作成しました。



このガイドは、認知症である夫とその妻からの呼びかけから始まっていることが示すように、認知症の人とはこういう人であると決めつけたり、家族はこうあるべきであると教え諭すようなテキストではありません。認知症と診断され落ち込んでも再び生きる勇気を取り戻した人もいます。残念ながら様々な症状を示すこともある。そんな認知症の人に優しくできないことに思い悩む家族もいます。認知症の本人や共に生きる家族の様々なあり方をありのまま率直に認めたいうえで、それぞれの生活に沿った前向きに生きるヒントを手にしてほしいと願ってこのガイドは作られました。

ぜひ、お手に取って参考にしてください。
(入手方法は、会員の皆さまへをご覧ください)

目次

| | |
|---------------------|-------|
| ・ 巻頭言 認知症に備える | |
| 「ガイドブック」ができました | 1 頁 |
| ・ おたよりから | |
| 報告 5月22日 群馬県支部総会開催 | 2 頁 |
| 報告 本部総会・分科会 | 2 頁 |
| 6月4日、5日開催 | 2～4 頁 |
| へわが家の認知症ケア手帳 ⑳ | 4 頁 |
| 渡辺医院院長(当会顧問) 渡辺俊之 | 4 頁 |
| トピックス | |
| 認知症ケア学会の認定優良施設 | |
| 「デイサービスセンター福」県内初の認定 | 4 頁 |
| ・ 編集後記 | 4 頁 |

これからの予定

- 7月9日(土) **介護家族支援講座**
10時～16時 洪川市中央公民館
- 7月16日(土) 館林つどい
10時～12時 館林市中部公民館
- 7月24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

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



おたよりから



夫は行きたくないと言

先日、夫の通所するデイサービスを探して施設見学に行った時の事、認知症予防のプログラムという事で、指に数字を割り当て（親指は1点、人差し指は2点のように）左右の指を合わせ

ていくつというゲームをしていました。案内の職員さんが「頭を使って考えるのが大事なんです。毎日やっていると出来るようになります」と言われました。毎日やっている事が出来なくなるのが認知症なのに・・・??と思



「俺は頼んでない」と父

余りにも怒ったことがありますので聞いてください。認知症で要介護1の父89歳と隣に住む娘（パート）の私63歳、造園屋にぼったくら

私がパートから帰宅すると父の庭がきれいになっていました。同じパートで15..00までの夫の説明は、父に頼まれたので3人で来て、明日も来る

との事。 えー！ 父の庭は私たちがきれいにして

にしているのに。父に聞けば、「俺は頼んでない」。忘れているのだ。夫がメモした番号に電話すると、父と趣味の教室で一緒だったと言

のは断りました。 認知症の弱みに付け込んで契約書もなしに請求されました。6万円弱。父の庭は庭というほどのものはなく、仕事量は低木を5本切って（4本は半分

からバツサリ）8畳分の除草をしただけです。手間賃の高い松はありませ

精神症状がいかに大変か

認知症で精神症状が出ると本人・家族がいかに大変かを体験することになった。私の夫の場合、はじめは外来にて抑肝散、次にデパケンと薬の調整をしていたが、病勢の方が強く効果なし。救急車にて入院する

報告 5月22日 群馬県支部総会開催

5月22日、午前中県央のつどいを開催し、午後同会場で10人の世話人の参加の元、群馬県支部総会を開催しました。支部総会では、昨年度の活動報告と、監事の監査報告の後決算書が承認されました。5月号

報告 本部総会・分科会 6月4日、5日開催

6月4日、5日には本部総会と支部交流分科会が、現地参集とオンラインを併用して開催されました。3年ぶりに顔を合わせ再会を喜ぶ声

活動計画と予算も併せて承認しました。また、6月の本部総会の代議員について、立候補者はありませんでしたので、恩田初男副代表、島村まつ代副代表、笹谷朋弘世話人を選出しました。



総会・介護保険分科会に参加して
恩田初男

総会・支部交流会の京都会場参加者は68人、約180人がZoom参加でした。代議員やオブザーバーは高齢者が多数のなかZoomで会議に参加していることに驚きました。コロナ禍により集合会議が制限された賜物と思いました。

総会では代表理事の鈴木森夫さんより「つどい」がオンラインにより開催されていることやピアサポート活動、家族支援制度(ケアラー条例)の必要性の提案がありました。活動報告では介護保険・社会保障専門委員会や多数の委員会の報告があり、会計報告では、個人会員の減少している報告があり、決算では全国で個人会員が8,575名とのことでした。認知症の人は2025年では700万人と予想されています。「家族の会」の加入者があまりに少ないと実感しました。「家族の会」を多くの人に知ってもらい必要性があると思います。

5日の支部交流会では、令和6年4月から始まる第9期介護保険計画の分科会に参加しました。今の時点で改



正の論点の協議が始まっているようです。内容的にはケアマネジャーの利用者一部負担、要介護1・2の人の介護予防・日常生活総合支援事業への移行、施設の食費や居住費の負担増加などが中心でした。

参加者の意見では利用者負担が大きくなつては生活で苦しくなる負担増加は反対であることを確認しました。また、介護保険制度が複雑で分かりにくいことから抜本的な改正が必要である意見も多くありました。介護保険の改正は本人や家族にとって影響が多いことから、今後の議論に注意が必要と感じました。

「つどい」分科会に参加して
島村まつ代

私は若い世話人にZoomの入り方を教えてもらい参加しました。一人で入れるか内心、不安でしたが、おかげさまで無事に参加することができました。感謝です。

第二分科会「つどい」に参加しました。各支部の活動状況や広報など情報をえたことが大変良かったです。介護者にとって「つどい」は大切であり心のよりどころであることを実感いたしました。今後は情報を参考に「つどい」の充実に活かして行きたいと再確



認ができたことは良かったです。正直な気持ち時間があればまだまだお聞きしたいことがあり残念な思いも残りました。

「つどい」分科会に参加して
笹谷朋弘

5日の支部交流会では、各支部それぞれつどいの良さ、悩み等を中心に話し合いました。どの支部もつどいについて、熱い思いがあるのを感じる事が出来ました。「つどいがあるから思いを吐き出せて、スッキリできる」「色々な介護者の話しを聞いて、明日から頑張れる気持ちになれる」など、つどいの良さはどこの支部も共通しており、その良さやつどいという場は、変わらず継続するべきだと改めて考えることが出来ました。

私は、一昨年から「家族の会」に参加させて頂き、参加する度にセラピストとしてどんな事が出来るかと悩み、無力感を感じることがあります。ただ一方で家族介護者の視点に立つこと、思いを馳せることへの重要さも「家族の会」を通して学ぶことが出来ました。家族介護者同士だからこそ、解決できることがあり、救われること

渡辺俊之の「わが家の認知症ケア手帳」⑦
大切な「正しいおせっかい」

渡辺医院院長（精神科医、当会顧問） 渡辺俊之



「私はおせっかいなのでしょいか」。先日の外来で、義父を介護している A さんが悲しい顔で言いました。義父に手すりの使い方を教えたところ、夫は「おせっかいは焼くから親父は何にもできなくなるんだよ」と怒ったというのです。私は「それは思いやりですよ」と答えました。

ると、本来の状態が見逃されることと、少なくともいいのです。転倒したり、やけどをしたりして入院してくる一人暮らしの高齢者と

「おせっかいは焼くから親父は何にもできなくなるんだよ」と怒ったというのです。私は「それは思いやりですよ」と答えました。

出会ったとき、私は思います。今の時代こそ「おせっかい」が必要ではないかと。家族や周囲は少しぐらい、高齢者におせっかいは焼いてもよいと思うのです。誰か関わる人がいなければ、高齢者の生活能力の低下も孤独感や悲しみといった感情も伝わ

認知症に限らず、高齢者に対してどこまで手伝うべきか、声を掛けるべきかは、家族のメンバーによって認識が異なります。A さんは義父のことを思

りません。全日本空輸（ANA）には「おせっかい」の文化があり、大切にしている社員の口癖は「あれっ、大丈夫？」で、「正しいおせっかい」を焼く上司

確かに、できることにまで手や口を出してしまうと、高齢者の自立性を低下させることもあると思います。そのため、「おせっかい」にどちらかというとマイナスイメージが付きまとい

ます。ただ、高齢者ができること、できないことに対する家族間の認識の違いは、高齢者との心理的距離にも影響されます。心理的距離が離れてい

があります。人は人によって救われるなど改めて思いました。

今後の悩みや課題としては、つどいの参加者の伸び悩みです。私も微力ながら広報などに努め、少しでも「家族の会」等を通して救われる、気持ち

「会報」分科会に参加して

田部井康夫

私は群馬県支部でも担当している「会報」分科会に参加しました。日頃苦労している企画や記事を集めることについて関心がありました。皆さん同じように苦労されながらいろいろ工夫されており、一つ気が付いたのは、もつと世話人さんたちの力を借りることでした。皆さんの熱心

トピックス
質の高い認知症ケアを提供する施設等を評価する認定制度
「デイサービスセンター福」認定

この制度は、「日本認知症ケア学会」が、質の高い認知症ケアを評価し普及することを目的に 2018 年に創設した。7 項目の厳しい条件を全て満たすことが求められ、これまで認定された施設は、全国でも 29 施設のみ。県内では「デイサービスセンター福」が初めて。同施設では、認知症ケア上級ケア専門士 2 人を中心に、他の施設では受け入れが難しいとされた人も、断ることなく積極的に受け入れているとのこと。

編集後記

妻の母が特養のショート利用から入所がほぼ決まりました。病院等への外出の機会以外に顔を合わせ言葉を交わせる機会がなくなり残念です。

(田部井)

