

認知症になっても安心して暮らせる社会を

2022 JULY

No. 504

7

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.467

## 認知症の人と家族の会 理念

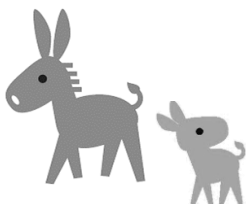
認知症になったとしても、介護する側になったとしても、人としての尊厳が守られ日々の暮らしが安穩に続けられなければならない。認知症の人と家族の会は、ともに励ましあい助け合って、人として実りある人生を送るとともに、認知症になっても安心して暮らせる社会の実現を希求する。

### 巻頭言

#### 9月世界アルツハイマー月間

にちなんで

9月21日は、国際アルツハイマー病協会が定めた「世界アルツハイマーデー」です。それにちなんで9月を世界アルツハイマー月間として世界中で様々な取り組みが行われます。群馬県支部では、この会報3、4頁で紹介しているとおり、男性介護者に焦点を当てた催しを行います。チラシをお送りするのではなく記事として紹介する形にさせていただきます。いたには理由があります。会報発送で利用している第三种郵便に同封できる種々の付録の印刷物の条件が厳しくなったことにより、第三種郵便物は福祉活動に伴う郵便物等に特別に認められたもので、その条件は遵守しなければなりません。ご了解ください。会場参加の申し込みについては4頁記載の用紙でFAX、または電話にてお願いいたします。ぜひご参加ください。



### 目次

・巻頭言

9月世界アルツハイマー月間

にちなんで

・おたよりから

1頁

・9月18日開催

男性介護者の語りと座談会のご案内 3～4頁

・へわが家の認知症ケア手帳

⑳

渡辺医院院長(当会顧問) 渡辺俊之

4頁

### これからの予定

● 8月14日(日) 渋川つどい

10時～12時 渋川市中央公民館

● 8月20日(土) 太田つどい

10時～12時 蕪川行政センター

● 8月28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



## 母が死去しました

母が4月に死去しました。施設で2週間の看取り介護をしてもらい、95歳の天寿を全うしました。自宅、施設を合わせ15年間の介護でした。

昔、旅行で一緒になった方が「夫の両親を5年間介護し、見送りました」と聞き、「5年もの長い間、苦労様でしたね」と返事したことがありましたが、なんとその3倍！最近では介護生活も長くなっているようですね。

## 夫が通い始めました

夫は5月からデイサービスに通い始めました。初日は半日で帰ってきて、2回目は「行きたくない」と拒否し、送迎の方に自分でその旨を伝えて休みました。3回目からは「お迎えが来たよ」と声をかけるとすんなり行ける様になり、6回目の今回は「楽しかった」と言いつて帰ってきました。

夫にとって安心して楽しい場所になればと心から願っています。

## 妻の母が特養入所に

間もなく99歳になる妻の母が特別養護老人ホームに入ることになりました。

妻の母は後妻として嫁いできました。義母によれば、姑は厳しい人で休みなく働かされ、お金を一切持たされず、疲れて麦畑で隠れて眠ったこともあるとよく聞かされました。

義父は耳に障害がありましたが、義母は「いい男だ」と言いつて気に入り、よく義父を支え、税金の手続きや宅地並み課税の農地を利用して建てた貸家の管理などを一手に引き受けこなしました。

義父に脳腫瘍の手術の後認知症の症状が現れました。自転車できなり遠くまで行つてしまい警察のお世話になったり、在宅では難しくなつて入所した施設でもトラブルを頻繁に起こし、施設を転々とししました。やっと落ち着いた遠方の施設に、義母はバスを使って頻繁に通い世話をしました。私の妻も可能な限りサポートしていました。

義父母は妻の弟夫婦と廊下続きの別棟で暮らしていました。義父が他界した後、義母は一人で食事や入浴のなどをこなし、隣近所の人との

付き合いの中で暮らしていました。でも、義母が90歳を過ぎると、そのご近所さんが一人減り、二人減りほとんどいなくなつてしまつたのです。

すると、それまで、退屈だろうとデイサービスを勧めても、断固として拒否していた義母が、「行つてみようかな？」と言いつて出しました。要支援の認定も受け、やっと利用が実現しました。

95歳頃になると少しずつ認知症の症状が始めました。もつとも頻繁で激しかったのは、姑への恨み言です。それは義母のすべてを吐き出すかのように執拗なものでした。

95歳を過ぎて、私の娘の東京での結婚式への出席を楽しみにしていた矢先、転んで大腿骨を骨折。出席は無理かと諦めかけましたが、奇蹟的に回復し無事出席を果たすことが出来ました。さすが、海千山千のおばあちゃんは不死身だ！家族中で拍手喝采しました。

98歳を過ぎて100歳の大台が射程に入り、義母は週3日のデイサービス、訪問介護、ショートステイを利用し生活していました。デイサービスのない日は寝て過ごすことが多くなつていましたが、内臓には問

題はなく、100歳を家で迎えられ期待が膨らんできました。

ところが、突然義母が腰や太腿の痛みを訴え、介助なしではほとんど動けなくなつてしまいました。それでも、夜間自力でトイレに行こうとするため、事故の危険を考えショートで急場をしのぐことにしました。その後、妻と弟夫婦で話し合った結果、家族では夜間の危険の回避は難しいということになりました。事実、夜、家で血だらけになるような事故もあつたのです。妻は「また痛い思いをさせたくない」とつぶやきました。

つらいのは面会制限です。一日も早く、自由に義母に会える日が来ることを祈らずにはいられません。



2022世界アルツハイマーデー 記念シンポジウム

主催：認知症の人と家族の会 群馬県支部

## 男性介護者の語りと座談会

## 「男性介護者の思いを聞いてください」

・会場参集とZOOM参加形式

・認知症ケア専門士2単位修得講座（要レポート提出）

2022.9.18(日)  
13:30~16:00(開場13:00)

## ●プログラム

13:30~ 開会

13:40~ミニ講座①解説：男性による介護の現状

②講座：意味性認知症とは（講師 安井順郎医師）

(休憩)

14:30~ 介護の語りと座談会 テーマ「男が介護すること」

登壇予定/妻を介護する男性（2名）母を介護する男性（3名）

コーディネーター：恩田初男（群馬県支部副代表）

コメンテーター：安井順郎（医師・介護経験者）

●定員 会場：100名  
ZOOM：100名

●参加費：1000円

## ●申し込み方法

●zoom参加、ケア専門士単位修得希望の方は、必ず Peatix サイトよりお申し込みください。参加費は Peatix で納入方法を選択の上、事前にお支払いください。

<https://alzheimerday-gunma2022.peatix.com>

●会場で公聴のみの方は、裏面申し込み用紙もご利用いただけます。参加費は当日、受付にてお支払いください。

●会場：群馬県社会福祉総合センター 8階ホール  
群馬県前橋市新前橋町13-12（新前橋駅より徒歩5分）

\*新型コロナウイルス感染拡大の状況によっては、開催が変更になる可能性があります。

後援 / 厚生労働省 群馬県 日本認知症ケア学会 協賛 / 群馬県地域密着型サービス連絡協議会

公益社団法人  
認知症の人と家族の会

群馬県支部 ☎ 027-289-2740

✉ misato@xp.wind.jp

群馬県前橋市新前橋町13-12 群馬県社会福祉総合センター 7階

Twitter：認知症の人と家族の会群馬県支部 アカウント@G60SKfcPbHnoUei

渡辺俊之の「わが家の認知症ケア手帳」⑳  
「園芸療法」三つの効果

渡辺医院院長（精神科医、当会顧問） 渡辺俊之



木々が芽吹き、若葉の緑色が鮮やかな季節がやってきました。自宅の庭などで、園芸を楽しむ人を見かけることも増えました。

精神科領域には、植物を育てることで心に良い効果をもたらす「園芸療法」という治療があります。

九州大の寺岡佐和氏らの研究では、園芸療法が認知症の人の認知機能を改善させることが示されました。

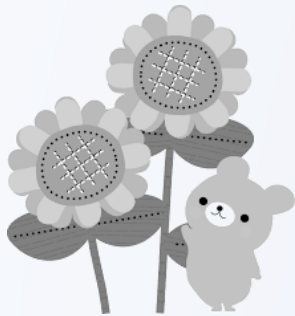
研究では、認知症の高齢者に四カ月間、二週間に一度のペースで夏野菜などの植え付けや手入れ、収穫を体験してもらいました。すると、高齢者同士のコミュニケーションが増え、自発的に水やりをするようになったほか、花の名前を思い出すといった効果が認められたとのこと。

米国の危機予防研究センター（cpi）のキム・ウォーコル氏は、園芸に期待される三つの効果について紹介しています。一つ目

は筋力の維持や、関節が動く範囲の改善、柔軟性の向上といった身体への効果。二つ目は、計画性や問題解決能力、順序づけて考える力、記憶力、注意力など、認知面での改善効果です。

そして三つ目として、草木の成長や開花を見守ることで目的達成の喜びを感じたり、園芸仲間と一緒に体験することで社会性が高まったりといった感情面における効果を挙げています。

私たち人類は長い歴史の中で、植物とともに暮らし、癒しを得てきました。惨憺たる焼け野原になったウクライナの地に、たくさんのヒマワリが咲き誇ることを願います。



シンポジウム開催に向けて

認知症の人を男性が介護すること

高齢社会白書（内閣府）によれば、男性介護者の割合は、1977年には9%でしたが、2022年には35%と確実に増加しています。でもその割

には、男性介護者の声を聞くことは少ないように思われます。そんな中、5名の方がその思いや悩みを話してくれることになりました。ぜひお聞きください。また同じ介護しているもの同士で話したいと思っている方に、家族の会の「つどい」を知っていただくきっかけになれば幸いです。

認知症の人と家族の会群馬県支部 代表 田部井康夫

シンポジウム申込用紙（会場参加者専用）

所属等		認知症との関わり
参加者氏名 (代表者を先頭に記入してください)		
連絡先	〒 電話	メール