

認知症になっても安心して暮らせる社会を

2023 SEPTEMBER

No. 518

9

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.481

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

多彩なアルツハイマー月間の取り組み



先月にも述べましたが、今年は、9月の世界アルツハイマー月間を控え、認知症を巡って大きな動きがありました。

6月には、長年の懸案であった認知症に関する法律が、「共生社会の実現を推進するための認知症基本法」として国会において全会一致で成立しました。しばらく報道が途切れていましたので、私などには寝耳に水という印象でした。

また、アルツハイマー型認知症の新治療薬「レカネマブ」が承認されました。

認知症についての啓発をいっそう進めるのに絶好の機会ととらえるべきでした。しかし、そこに思い至らず、通常の通りにグッズを発売してしまい、例年より増えたポスターやリーフレットの要望に応えきれない事態を招いてしまったことが悔やまれます。

9月に入ると新聞等から各自治体・団体等の取り組みが報じられ、例年より実に多彩なことが目に付くようにもなりました。認知症への理解の広がりを実感できたことで、来年への備えに気持ちを切り換えることができました。

目次

・巻頭言

多彩なアルツハイマー月間の取り組み

1 頁

・おたよりから

今年のアルツハイマー月間の取り組み

2 頁

「へわが家の認知症ケア手帳」④

渡辺医院院長（当会顧問） 渡辺俊之

4 頁

感想文 映画「オレンジ・ランプ」を観て

桑畑 リの

4 頁

・編集後記

4 頁

これからの予定

● 10月8日（日） 渋川つどい

10時～12時 渋川中央公民館

● 10月14日（土） 太田つどい

10時～12時 休泊行政センター

● 10月29日（日） 県央つどい

（第2土曜日で会場も違います。「注意を！」）

10時～12時 県社会福祉総合センター

5階501会議室

（いつもと違い第5日曜日、部屋も5階501です。ご注意ください）

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



Twitter やってます



おたよりから



一番安心できるのは自宅?!

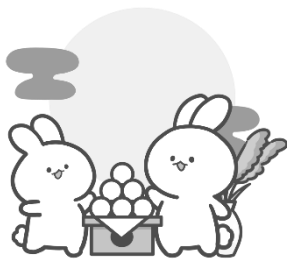
今年の夏は本当に暑かったですね。

涼を求めて7月と8月に家族と一泊二日の小旅行に行きました。夫も朝の散歩やお花畑の散歩など楽しめたようでした。

一方で温泉の大浴場に入るの難しく部屋風呂を余儀なくされたり、フルコースの食事に戸惑ったり、落ち着かない様子も見られました。

また出先でのトイレも心配の種。ユニバーサルトイレが設置されたサービスイリアは便利ですが、それらがないところでは男子トイレと一緒に入ることもできず困りました。

認知症の人にとっては自宅が一番安心できる場所であって、旅先は居心地の良い場所ではないのかと実感させられました。



- 認知症月間・世界アルツハイマー月間(国・世界)
- 認知症理解促進月間(群馬県)
- 認知症の人と家族の会群馬県支部の取り組み
- 「シンポジウム・コロナ禍を振り返り、これからの認知症ケアを語る」9月17日(日)開催

今年の催しは、コロナ禍を取り上げることになりました。コロナ禍の中、家族が体験した困難を知ってもらい、福祉・医療に携わる皆さんが遭遇した困難を知り、理解しあつたうえで、今後に備えたいと考えました。

シンポジストとして介護家族2名、ケアマネジャー、訪問介護、訪問看護、デイ・有料ホーム、グループホーム、特養、病院看護の各分野から合計9人の方をお招きしました。



介護家族からは、認知症の人がまず感染、結果家族全員が罹患し、サービスが一切使えなくなる。本人は軽症で動き回ってしまう。その後を重症の家族が探しまわる羽目に陥り、支援の輪から切り離された思いだった。また、本人の感染ではなく、事業所のクラスターで、濃厚接触者となってしまい、利用を拒否された際の絶望的な思いなどが語られました。

一方、支える側の方からは、考え得る対策を全て講じても追いつかず、利用者からスタッフ全員が罹患する事態もあつた。やっと乗り越えた時のスタッフ間の絆の深まり、信頼を寄せ続けてくれた利用者家族との絆が支えとなった等の話が伺えました。

それぞれが大変な思いをしてコロナ禍を乗り越えた体験を率直に話し合うことにより、日頃培った立場を超えた信頼関係をもとにすれば、新たな事態にも臨んでいける希望が見えたシンポジウムでした。



群馬県の取り組み

○県庁昭和庁舎初のライトアップ○

(9月18日まで)



○FMぐんま・ラジオ番組の放送○

(9月21日11:30～11:55)

「まさしく認知症とともに生きる」

早期の認知症の方本人へのインタビュー、県担当者による相談窓口の案内、地域包括支援センタースタッフによる解説の三部構成の番組。

早期の認知症の方ご本人の飾らない語り口に、担当者の丁寧な解説を交えたとても良い番組でした。

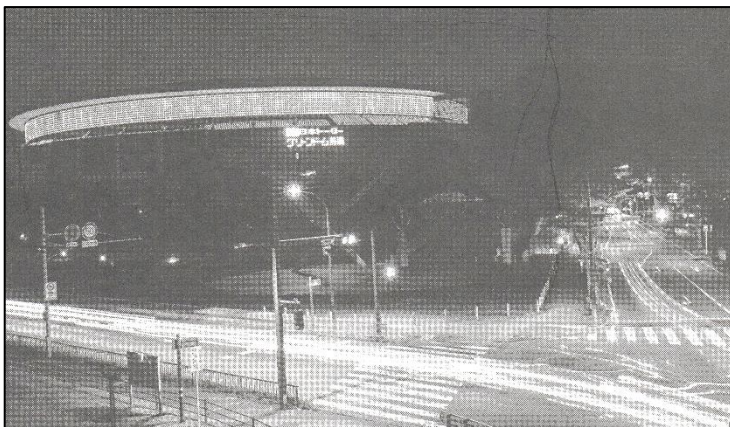
○県立図書館に展示コーナー開設○

例年の丁寧な展示にも増して明るくカラフルな展示が印象的でした。

前橋市による取り組み

○グリーンドームのライトアップ○

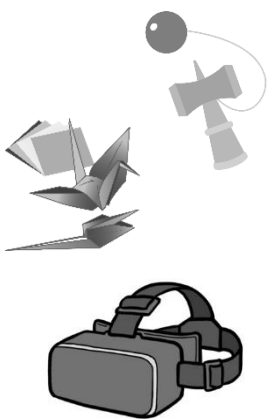
(9月21日まで)



○認知症を学ぶイベント

「クロッシングシティー・まえばし 2023」の開催 (9月18日) ○

前橋市では、アルツハイマー月間の取り組みとして、認知症を身近に感じてもらうためのイベントを開催。仮想現実 (VR) による認知症世界の体験、「フレイル」予防のための体験、牛の乳しぼり疑似体験、けん玉や折り紙の子供コーナー等を開設。担当者によれば予想を上回り約400名が参加してにぎわったとのことでした。



各市町村・団体等の取り組み

漏れがたくさんあると思いますが、把握できた範囲でご紹介します。



○邑楽町役場 (写真)

○下仁田町役場

○渋川市役所

○館林市役所、図書館

○中之条町役場

○長野原町図書館

○東吾妻町図書館

○藤岡市役所

○美原記念病院認知症疾患医療センター (伊勢崎市)

○ライトアップ、「アートトリップ」

○絵画鑑賞体験イベント

○吉岡町・老人福祉センター

認知症地域推進員企画による町の認知症への取り組みの展示

渡辺俊之の「わが家の認知症ケア手帳」④ 家族図で思い出語る

渡辺医院院長（精神科医、当会顧問） 渡辺俊之



私が専門とする家族療法では、家族間の関係性を改善させるために、「ジエノグラム」と呼ばれる家族関係図を活用して、病気や引きこもりなどの心

私はホワイトボードや大きな紙を準備し、家族に聞き取りながら関係図を作り出します。認知症の人の家族には古い写真を持ってきてもらい、関係図の上に貼ります。この作業の中で家族はあれこれと思い出を語ります。

までの範囲の関係図を作り、今どこに住んで何をしているかなど、それぞれの情報を書き込みます。家族に思い出を語り合ってもらうことで、互いの理解を深めたり、ぎくしゃくした関係を改めたりすることにつながるのです。

家族で訪れた五十代の女性は、母が認知症で、自らもうつ病を患っていました。「孫はもう小学校に入学したよ」「お父さんが亡くなった時、私が臨月だったのを覚えている？」などと母に語りかけます。女性の夫も「そういうえ

「Families」という米国の認知刺激療法推進グループは、こうした関係図を認知症治療に活かす方法を紹介しています。家族との関係や昔を思い出

ば、君は身重で葬儀に出ていたね」と応えます。人生の節目や大変だった頃の思い出や写真は、いつまでも家族のつながりを深めてくれるのです。

出すことで、認知症の人の「感情記憶」が刺激され、気持ちや穏やかになることが期待できます。



映画「オレンジ・ランプ」を観て 桑畑りの（14歳）

「認知症」は誰もが患う病気…高齢者だけでなく、働き盛りの若い人でもなってしまうということを、この映画を観るまで私は知りませんでした。

くなるわけではない。出来ることまで奪ってはいけない。記憶があいまいで困っている時に、さりげなくサポートする。私も意識して生活していきたい。

そして、社会全体の課題としてどのように支えあい、ともに歩み、認知症当事者とともに乗り越えていけばいいのか等を映画から学びました。39歳の時「認知症」と診断され戸惑い、苦しんでいる只野晃一さんを、妻の真央さんがなんとか「助けよう」「サポートしよう」として一生懸命、自分

私は中学三年生なので、まだ働いたことがありません。あの職場の環境を地域社会と考えてみました。地域で暮らす社会の一員として生活をしていく中で、自分や家族、大切な仲間が「認知症」になった時に、そのことを告げやすく、サポートしあえる地域の環境をつくれるようになりたいと思いました。

できることを探して行動していたのに、本人（晃一さん）にとっては、自分の気持ち（思い）を置き去りにされてしまったと感じていたというシーンが印象に残っています。

（桑畑裕子世話人の娘さんの感想文をご紹介します）

何もかもが認知症のせいで出来ない

（桑畑裕子世話人の娘さんの感想文をご紹介します）



「オレンジ・ランプ」とは認知症のシンボルカラーのオレンジと、みんなで灯せば世界を明るく照らすことのできるランプ。この二つを組み合わせ、認知症になっても暮らしやすい社会づくりの象徴となる願いを込めたタイトルです。

〈編集後記〉

ようやく秋が近づいてきたようです。今月号はアルツハイマー月間関係の特集となりました。情報不足を痛感させられます。（田部井康夫）

