

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)

# ぽ〜れ ぽ〜れ

ゆっくり  
やさしく  
おだやかに

2016  
OCTOBER  
No. 435

10

Alzheimer's Association Japan

## 認知症の人と 理念 家族の会

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あって、  
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。

家族の会  
きょう・明日

全国にライトアップの輪広がる

北は山形から、南は鹿児島まで (3面)



徳島県支部  
8月支部会報から

阿波踊りで「ADI国際会議」をアピール  
本部相談員「にわか連」を組んで  
大いに盛りあがった(関連記事は14頁)

国際会議・見どころ・

聞きどころ 第2弾

全体会「認知症に関する世界的局面」  
に高見代表登壇 (2面)

32th International Conference of Alzheimer's Disease International Kyoto 2017  
国際アルツハイマー病協会 (ADI)  
第32回国際会議2017 in 京都

2017年

4月26日(水)~29日(土)

国際会議  
まであと 213日!

<26日> ADI 評議員会、登録受付デスク開設、歓迎会



京都府支部  
8月支部会報から

「カンパニー」初参加、  
最年長のご本人の発声で  
三重県新湯の山温泉:交流・研修の席で

電|話|相|談 0120-294-456

(月~金・10時から3時) 協力/住友生命保険



発行/公益社団法人 認知症の人と家族の会  
Alzheimer's Association Japan

〒602-8143 京都市上京区堀川通丸太町下ル京都社会福祉会館内  
TEL.075-811-8195 FAX.075-811-8188  
ホームページ/ www.alzheimer.or.jp Eメール/ office@alzheimer.or.jp

# 会員さんからの お便り

このコーナーに寄せられたお便りの他、入会申込書、  
「会員の声」はがき、支部会報から選び掲載しています。

お便りお待ちしております！

〒602-8143 京都市上京区堀川通丸太町下ル  
京都社会福祉会館内  
〈「家族の会」編集委員会宛〉

FAX.075-811-8188

Eメール office@alzheim.or.jp

## 同居を始めたけれど…

●愛知県 Aさん 50歳代 女性

独居だった母が認知症を発症し、同居を始めて4年です。同居前に「自宅の居心地がいい」と言っていた息子がこの春、大学進学のため、家を出ました。

もし、母がいなかったら…、同居を始めていなかったら…、自宅から通える大学を選んだのでは…と覚えてしまい、涙がポロポロでできます。身内にも言えず、心明かせる友に心中打ち明け、きょうも朝を迎えました。

## 癒されています

●富山県 Bさん 80歳代 男性

「家族の会」に入会して一年になりました。被介護者の妻と介護者である私は、認知症カフェ、介護者のつどいなどを通して、心を癒され、世話人や仲間を通じて情報を満喫しております。

一年を振り返り、「家族の会」のことを知らず、参加していなかったら、介護に全力を注いでいただけに精神的に追い詰められ、絶望の淵に立っていたことと思います。

## 毎日行ける近くのカフェがあれば

●埼玉県 Cさん 60歳代 女性

69歳の主人は、アルツハイマー型認知症と診断されてから5年目になります。

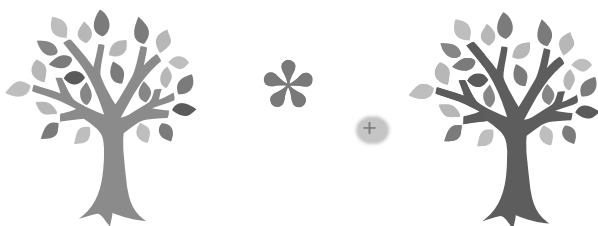
残念ながら閉店してしまいましたが、駅前のコーヒーチェーン店にほぼ毎日通っていました。店員の方やお客さんにも病気のことを言っていて、いろいろ配慮していただき、本当にお世話になりました。オレンジカフェもいいのですが、毎日行けるところに、手頃な価格のお店が利用できるとありがたいと思います。都合により閉店したのが残念でなりません。認知症が理解されるためにも、一般の方も一緒に利用できるお店や施設があればありがたいと思います。私の住む町のオレンジカフェは遠くへ行けません。

## 自分の将来が心配

●新潟県 Dさん 40歳代 女性

父は脳血管性認知症です。特にお金への執着が強く困っています。他の認知症の家族の方は、どのように認知症本人のお金の管理をしているのでしょうか？

介護離職した人の話も「ぼ～れば～れ」に載せてほしい。私は介護離職してだいぶたった今、自分の将来が心配になりました。親が亡くなった後、収入がなくなるからです。でも、認知症の人の介護と仕事の両立は難しいと思っています。仮に面接までたどり着いても不採用になる方が多いです。

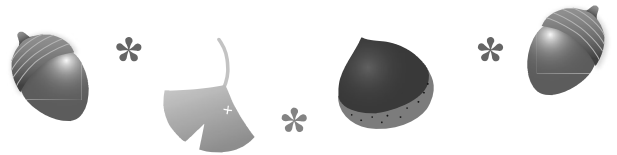


## とまどうことが多い

●東京都 Eさん 70歳代 女性

現在73歳の夫は数年前、自分から「少しおかしいので、病院でみてもらいたい」と言い、アルツハイマー型認知症を診断された。身体的に、左手指2本が事故で欠落し、視力も落ちてきていることも加わり、仕事や物事がスムーズに処理できず、不完全であることが度々ある。理解力も落ちてきて、本人はいらつくことが多く、それを家族がどう対応していいか、とまどうことが多い。

また、今はアリセプトを服用しているが、他に効く薬があったら教えていただきたい。生活全般が積極的でなく、私に指示されるのが一番嫌なことと見受けられるので、口出しはなるべく控えている。そうすると、会話がほとんどなくなる…。



## 幸せが続きますように

●北海道 Gさん 70歳代 女性

毎月、「ぼ〜れぼ〜れ」を楽しみに待って、すみずみまで読んでいます。たくさんの出来事が掲載され、様々の出会いを感じます。あと何年したら、認知症の人は少なくなるのでしょうか？予防に力を入れ、何とかい止めたいですね。

それにしても、人間の脳の不思議に驚いています。全部忘れないで、感情が残るんですもの。瞬間を生きる人々に幸せいっぱいの日々が続きますように。

## 一人っ子の宿命？

●山口県 Fさん 50歳代 女性

夫の転勤と娘の大学進学を機に、これまで住んでいた家を引き払い、実家の母（要介護1）との同居生活を始めました。約2年間続いた遠距離介護が終わり、ホッとした反面、常に母娘一緒なので、家事の方法などについてケンカになることもあります。「これは明日使うからね」と冷蔵庫に保存していた食材を、母に「余っていたから使っといたよ」と夕食のおかずに使われてしまった時は、つい叱りつけてしまいました。

物忘れも徐々に進んできているようです。訪問看護やデイサービスでは「几帳面な人」との評判が高いのですが、なぜか私の前ではマイナス面ばかり目立つような気がしてなりません。肉親だと、どうしても厳しい目で見てしまうものなののでしょうか？一人っ子の宿命とはいえ、同居に対する不安を感じる今日この頃です。

## 介護が終わったことを実感

●兵庫県 Hさん 60歳代 女性

在宅介護をしていた姑が、4月に亡くなりました。実母の介護に続き、姑の介護、30年あまりの介護が終わり、A会員\*でなくなりました。

30代からの実母の介護、40代になって、なぜこんな介護をしなければならないのだと思い、辛かったり、悲しかったりした時の支えは「家族の会」でした。50代後半になって、実母を看取り、姑の介護が始まった時も、やはり支えは「家族の会」でした。

姑がいらない母の日に介護が終わったことを実感しました。夫が介護ロスに陥らないように見守るのが私の役目です。

※A会員…現在介護中の会員。2010年頃までAやBなどの会員区分を設けていた。

※お名前はイニシャルではありません。  
年齢は「50歳代」等で表記しています。

**地震で延期して  
いた「リフレッシュ  
交流会」開催**  
-----  
熊本県支部

5月開催の予定であったが、地震のため延期していた日帰り「リフレッシュ交流会」を7月31日「火の国ハイッ」で開催した。

県の委託事業を受け、「家族の会」会員、認知症のご本人9名を含む、一般の方（専門職など）48名の参加があった。



ダンスでは暗かった思いを发泄し、「ふるさと」の合唱が始まると感極まって涙する方がおられた。

参加者から、「患者である夫が楽しく過ごせたことがうれしい」「介護家族同士が笑顔で話されていたことが印象的、参加して良かった」など、喜びの声が寄せられた。

**国際会議の  
おみやげ作り**  
-----  
石川県支部

支部では、「国際会議のお手伝いができないか」ということになり、「参加される認知症のご本人さんへ贈り物をしよう」とデコパージュづくりが始まった。

デコパージュとは、専用の薬剤で石罫や小皿、ビン、コップなどに絵柄を貼り付け上塗りをして乾かせば、できあがり。世話人さんにデコパージュ作りの方がいたので、その方の指導を受けながら介護中の会員、世話人たち10人ほどで作った。

支部では、包装紙などに貼れる「国際会議シール」も作成したので、利用してください」と呼びかけている。



いきいき

全国の「家族の会」支部報から活動を紹介!!

# 「家族の会」まちでもむらでも

編集委員／小宮俊昭

**「ADI国際会議」、  
阿波踊りで  
アピール**  
-----  
徳島県支部

真夏日が続いた8月12日、阿波踊りの初日に「ADI国際会議」をアピールしようと有志が徳島に集まった。

京都府、大阪府、兵庫県、新潟県、そして徳島県支部から総勢14名が「にわか連」に参加。オレンジのTシャツの背中に「2017京都ADI国際会議」のゼッケン、自作のうちわにも貼って踊りながら大いにアピールした。



来年は「家族の会連」を結成して、私たちの活動をアピール、併せて「『徳島全研』をアピールしよう」ということになった。

※「にわか連」とは、当日集まって参加するグループのこと。

**5年続く「男  
の料理講座」**  
-----  
山形県支部

山形市内にある東部公民館で開いている「男の料理講座」は、5年が経過した。この料理講座は、一般の男の料理教室と違って、先生もいなければ、前もって決まったメニューもない。

毎月参加者が決まると、3人の女性の世話人がその日の材料を準備、ボードにメニューと材料を書き出す。それに沿って、できる人

ができる料理を作るという方法で仕上げていく。

できあがった料理を食べながら、つど

いに入る。この講座は男性に限って開いているので、皆この日を心待ちにしている。

