

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)

2016
NOVEMBER

No. 436

11

Alzheimer's Association Japan

ぽ〜れ ぽ〜れ

ゆっくり
やさしく
おだやかに

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

正念場を迎えた介護保険改定
支部代表者会議アピールと花俣理事の訴え(2-3面)



山口県支部
9月支部会報から

キャラバンメイト養成研修開催
《県委託事業の一環として》
〜114名参加〜

生きる勇気と力と希望を!

プレイベントで5団体が一堂に会し、
共同アピールを発表(6-7面)



長崎県支部
9月支部会報から

全研準備真っ最中!
参加1,000人分のお土産作りに大わらわ!!

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152日!

〈26日〉登録受付デスク開設 〈27日〉開会式、講演発表開始



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

本人登場 私らしく 仲間とともに No.136

世界アルツハイマーデーでも大活躍（祐子さん、政明さん）



坂井祐子さん 61歳・福井県支部

福井県支部副代表をされている夫の政明さんと、「家族の会」の行事や世話人会と一緒に参加しています。祐子さんは短い言葉ならお話しできます。今年の福井県支部世界アルツハイマーデー講演会では、閉会挨拶をご夫婦で述べられました。

発症のきっかけ

専業主婦で義父母との同居や子育てに忙しかった17年前に、クモ膜下出血で倒れました。それが原因で「脳血管性認知症」と診断されました。病気になる前は、スポーツを愛好し、カラオケや歌を歌うことが好きだったそうで、楽しいことが大好きな性格は今も変わらないそうです。

普段の過ごし方

政明さんのお仕事やスケジュールによって、生活の流れは異なります。トイレ、食事・服薬、整容は、政明さんの声かけやセッティングがあれば、自分で行えます。自分で食器を洗ったり、布団をたたんだりします。

日中は家でパズルをしたり、テレビを見て過ごします。夕方4時になると、政明さんと買い物などに出かけます。政明さんが買うものを見せると、「買えや」「そんでええ」と言います。精算後、袋に詰めるのも祐子さんの役割です。

今の楽しみ

以前は泊りがけで全国各地を旅行していましたが、政明さんの仕事が忙しくなり、日帰りで孫と水族館や動物園などに行くことがやっとだそうです。賑やかな所が好きで、疲れ知らずな祐子さん。遊園地に行くと必ずジェットコースターに乗り、絶叫して楽しむそうです。パレードや出し物



福井県支部世話人の皆さんと（世界アルツハイマーデー）

がある場所では、一緒になり手を叩いたりする祐子さん。夫婦で一緒に童心に帰る時間になっています。

これからも一緒に

これからどんな風に過ごしたいですか？と尋ねたところ、祐子さんは「一緒に居れば良い」と答えたそうです。祐子さんは時に、夫である政明さんに感情をぶつけ、暴言を吐いてしまうこともあるそうですが、誰かに「政明さんのことどう思ってるの？」と聞かれると「大好きや、チューしたるか」と言うそうです。政明さんは、祐子さんの喜怒哀楽が楽しみとも言います。「日々のことを忘れたっていい。心に残っている大事なものがある限り」という政明さんの言葉が印象に残りました。

（編集委員 鈴木和代）



本人交流の場

（詳細は各支部まで）

宮城●12月1日・15日(木)10:30～15:00
／本人・若年（翼）のつどい→泉区南光
台市民センター
山形●12月12日(月)13:30～15:30／若
年性の人と家族のつどい→篠田総合病院
2階講堂

●12月17日(出)13:00～15:00／本人の
つどい→すこやかセンター
埼玉●12月17日(出)11:00～14:30／若
年のつどい・越谷→越谷市中央市民会館
●12月28日(木)11:00～13:00／若年の
つどい・大宮→大砂土ふれあいの里
富山●12月3日(出)13:30～15:30／て
るぼうずの会→サンフォルテ
岐阜●12月18日(日)11:00～15:30／若
年のつどい→各務原市・ニッケかかみ野苑
●12月25日(日)11:00～14:00／若年の

つどい→岐阜市・アルト介護センター長
良
愛知●12月10日(出)10:30～15:00／若
年本人・家族「元氣かい」→東海市あ
わせ村
鳥取●12月24日(出)11:00～15:00／東
部につこりの会→鳥取市・吉方温泉
広島●12月3日(出)11:00～15:30／陽溜
まりの会東部→福山すこやかセンター
●12月24日(出)11:00～15:30／陽溜
まりの会西部→廿日市市あいプラザ

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

ぼ〜れぼ〜れ9月号
「病気だからでは納得できません」を読んで

介護する側、される側が安穩に

●大分県 Aさん 50歳代 女性

私は、発達障がいケアマネさんや「家族の会」や父母の主治医に告知しています。私の主治医に「介護は無理」と言われはしましたが、無理してダブル介護を頑張るのをやめ、「どうしたら続けられるか」を考えました。自分のできないことをしようとすると体調を崩してしまうことを知ってから、できることだけにして、むずかしそうなことや負担の大きそうなことは、プロにサポートしてもらうことにしました。「いてくれるだけでいい」という母の言葉に励まされ、なんとか同居を続けています。介護者のご本人の意思はとても大切ですので、「Bさんの介護」が新しいケアマネさんと進むことを願っています。



ぼ〜れぼ〜れ10月号
「同居を始めたけれど…」を読んで

自分を責めました

●愛知県 Cさん 50歳代 女性

私も主人の転勤に帯同していましたが、帰任と共に結婚17年目にして初めて義母と同居しました。その後、義母がアルツハイマーと診断されました。そして、また主人が転勤になり単身赴任した後、特養入所するまでほぼ一人で介護

母の心には家族への愛情が

●富山県 Bさん 50歳代 女性

母が呆けた時、私は40代でした。目の前に子どもがいるのに、「子どもがいない」と言って探しに行こうとするのを見て訳がわからなかったのですが、「家族の会」の人に電話で「お母さんの時間が昔に戻っていて、小さい自分の子が家に帰ってこないで、心配して探しに行く」のだと聞いて納得しました。

「ぼ〜れぼ〜れ」で他の人たちの記事を読んでも、みんな家族のことを思って、ごはんの心配をしていたり、財布を隠したと言って怒ったりするのも、たぶん大事な家族の生活のためのお金を知らない人に盗られたと言って怒るのではないかと思いました。「家に帰る」というのも親が心配しているから帰らなくて…など、家族への愛情が心の底にあるのではないかと思えるようになりました。母の愛情に気づかせてもらったおかげで、気持ちがものすごく楽になりました。

してきました。

長女の大学受験、長男の高校受験・大学受験を介護しながら乗り越えるのは、心身共に大変辛い日々でした。長男の大学受験の結果は本人の希望通りにはならず、義母の介護がなかったら…、もっと、全力で受験のサポートをしてあげられたら…、結果が違っていただけないかと自分を責めました。

Aさんのお気持ち、痛いほどわかります。あまり頑張りすぎず、御自分を大事にしてくださいね。

海馬の飼葉の研究に夢中

●福島県 Dさん 80歳代 男性

4年ほど前にかみさんは、「アルツハイマー型認知症」と診断され服薬を始めたが、1ヵ月で食欲不振が強くなり服薬を中止した。その後、身体機能は大丈夫で、認知機能だけはどんどん退化。昨年春から「家族の会」に入って2人でオレンジカフェに、多い時は1ヵ月に5ヵ所も行っている。

私もそれなりに情報を求め、「海馬をどう働かせるか」、「かみさんの意欲をどう活性化させるのか」を最重点に勉強している。そんな折にかみさんは、7月に脳出血で倒れ、意識不明で入院。目標は「あくまで自宅介護で」と、付き添いで病院泊、治療・リハビリをしていたが、9月初めに退院。要介護5のかみさんを自宅介護中です。馬なら人参、でも海馬だと、愛情・食べ物・サプリ・運動・おしゃべり・趣味などなど、できることはなんでもやってみようと思…。いいものがあったら教えてください。

飼葉：牛・馬などに与える餌の牧草・干し草・わら・ふすまなどの意。

10分足らずの最期の再会

●新潟県 Eさん 70歳代 女性

姉は、夫である義兄の死も認識できず、棺の中を見ても状況がわからないようで、10分足らずの最期の再会でした。

長年支え合っていたように見えた夫婦ですが、互いの認知症という病を認められず、二人の急速に崩れていく姿を見てきました。施設は助かりますが、何かさみしい気持ちがする数年でした。近くにいた私は、「妹としてもっとできることはなかったのか」と反省の毎日です。

料理もできなくなったのに

●東京都 Fさん 50歳代 女性

83歳の母は現在、要支援1です。身体はいたって健康。認知機能だけがどんどん低下しています。昨年12月に医療センターで長谷川式とCT検査をして、アルツハイマー型認知症と確定診断されました。「半年後に再診」とのことでしたので、半年後に再診しました。薬はアリセプトのみです。「次は1年後の再診」と言われました。もう料理すらできないのです。この程度の診察なのでしょうか。

身体の中の空白に認知症カフェと旅

●岡山県 Gさん 60歳代 女性

アルツハイマー型認知症の母の三回忌を昨年5月に行い、その年の11月に脳血管性認知症の父を「延命処置はしない」という本人の希望に近い形で看取ることができました。二人を同時期に介護した12～13年を私は、「私なりに良くやった」と誉めたいぐらいでした。その反面、私の身体の中に空白が生まれました。

母を看取ってすぐ、自宅を開放して「認知症カフェ房舎」を開設しました。房舎＝休息する場所を与える意。資格はなく、あるのは介護体験だけ。3年目を迎え、定休日以外は開放しています。そのおかげで、身体の中の空白も縮小しているようです。介護しなかったら、今の私はなかったかもしれません。介護中からしたかったことのひとつは、「認知症カフェ」。もうひとつは、車の運転ができる間に1人旅をすること。セミキャンピングカーの軽自動車は注文した。さてと、どんな旅になるのでしょうか。



※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。