

愛知県  
支部

# サポーターさんありがとう

愛知県支部では、恒例のリフレッシュ研修を8月26日・27日に1泊で開催しました。今年は34名の参加で、気比神社参拝後、北陸の片山津温泉です。お風呂のあとの懇親会は、バイオリンの音色を楽しみながらのご馳走・おしゃべり・カラオケと続きます。最後は皆で大合唱の後、片山津温泉の「大花火大会」を部屋から楽しむことができました。花火のあとは、通称“寝れない部屋”（事務局）にて、恒例の2次会が夜中の2：30まで。

2日目は、三国町のすべてが詰まっている「みくに龍翔館」見学となりました。三国は九頭竜川の河口にあり、日本海に面することから、古代から越前国の

玄関口として栄えました。三国ならではの独特な文化を紹介し、文化遺産を一堂に集めた博物館です。



気比神社にて旅の無事を祈願

最後の立ち寄り先「日本海さかな街」でお土産をたくさん買い、バスの中ではクイズに興じているうちに無事に金山駅に到着しました。「6月末に妻が亡くなり、無気力・無力感に若干落ち込んでいましたが、楽しいひと時を過ごすことができました」と参加者から感謝の言葉がありました。

全国の「家族の会」支部会報から活動を紹介!!

# いきいき「家族の会」まちでもむらでも



編集委員／内田妙子

9月27日に倉吉市の鳥の杜で、「中部にっこりの会」を開催しました。今年度から、東部、中部、西部の「にっこりの会」に、鳥取県作業療法士会の認知症研修修了者の作業療法士さんが、参加・協力してくださっています。昨年度、「家族の会」本部で開催された「本人（若年）のつどいを考え、広める研修会」で、埼玉県支部の取り組みとして報告さ

れ、「鳥取県支部でも取り組めないか」と鳥取県作業療法士会にお願いしたところ、快諾いただき、実現しました。今回の「中部にっこりの会」には、藤田恵子さんと小南哲さんの2名が参加され、総勢12名で開催しました。

「何か、手作業で作ってみたい」との希望があり、午後からの本人タイムでは、藤田さんの指導で包装紙を使った“コースター”作りに挑戦しました。包装紙を短冊状に切り、それを組み合わせていきます。おしゃべりをしながら、時には真剣に、1時間ほどで皆さんが完成です。自分で組み上げた“コースター”を手に、「こんなのが作れるとは思わなかった！」と本人さんの感想が聞かれました。

## 笑顔で コースター作り



本人や作業療法士たちによるコースター作り

鳥取県  
支部

本人  
登場

私らしく  
仲間とともに

No.158



鈴木さん（右）  
丹野さんと

鈴木

おさむ  
理さん

44歳・宮城県支部

介護員をしておられた鈴木さん。仕事でのミスが目立つようになり、仕事を辞めざるを得ませんでした。その後、就職した特別養護老人ホームうらやすの佐々木恵子施設長から「おれんじドア」に誘われました。そこで石原哲郎先生と出会い、丹野智文さんと出会い、今は介護の仕事の続けながら講演もしておられます。鈴木さんの講演から編集させていただきました。（編集委員 松本律子）

### 仕事のミスが続き、職場を辞めることに…

自分には覚えがないことに、周りのみんなから同じことを言われるようになったので、だんだんと自信がなくなっていました。職場にも居づらくなり、話し合いの上、辞めることになりました。その後、脳神経外科に入院し、「橋本病」と診断され、薬に期待もしていました。

### 平成27年11月、 心機一転頑張ろうと、新しい職場に

新しい職場でもやっぱり、仕事の手順は覚えられないし、普通に仕事をすることが難しかったです。勤務時間を間違えないようにシフト表を確認し、毎日心配は尽きませんでした。介護記録は漢字が書けなかったり、何月何日も思い出せないことがあったり、半年たったころ、周りにも気づかれたので、そろそろ、辞めてしまおうかと考えていました。

### 施設長から「おれんじドア」に誘われて…！

誘われたものの「おれんじドア」（本人のためのもの忘れ総合相談窓口）がどんなところかも、何のために行くのかもわかりませんでした。そこで、石原先生から受診を勧められ、大学病院に1ヵ月入院しました。思いもかけない結果が…子どものころに患った脳腫瘍の放射線治療の後遺症だ

と…どう受け止めていいのかわかりませんでした。

### 活動パートナーと一緒に仕事も、「おれんじドア」も

入院中も、職場とのつながりがずっとあり、現在は、グループホームで、掃除や見守り、食事のお手伝いや散歩の付き添



食事介助する鈴木さん

いなど、以前限られた時間の中で仕事をしていた時と違って、時間をかけられるので、焦らず対応できています。職場では、私が働き続けられるよう、いろいろ考えてくれています。その一つが、共に考え、共に行動し、共に楽しむパートナーです。一緒に仕事をし、「おれんじドア」や「翼」（宮城県支部の若年期認知症の方のつどい）にも行きます。安心して行動ができています。

### 丹野さんを見習って、前向きに生きていきたい！

認知症になっても、車が運転できなくなっても、安心して暮らせる、仕事や楽しみが持てる環境が実現できるように、私にできることはやっていきたい。発信していきたいと思っています。

（次月号につづく）



### 本人交流の場

（詳細は各支部まで）

宮城●1月17日(木)10:30～15:00／翼のつどい→泉区南光台市民センター  
山形●1月19日(出)13:00～15:00／置賜・本人のつどい→すこやかセンター

神奈川●1月18日(金)11:00～15:00／若年期認知症よこはま北部のつどい→中山地域ケアプラザ  
静岡●1月15日(火)10:00～13:00／若年期のつどい→富士市フィナンセ西館  
愛知●1月20日(日)13:30～16:00／「元気かい」→東海市しあわせ村  
鳥取●1月23日(水)11:00～15:00／中部

にっこりの会→かふえとまと  
広島●1月12日(出)11:00～15:30／陽溜まりの会広島→中区地域福祉センター  
愛媛●1月25日(金)13:00～15:00／若年期つどい→愛媛県看護研修センター  
長崎●1月19日(出)13:30～15:30／若年期認知症の人と家族のつどい→小鳥居諫早病院デイケア室

# 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 京都市上京区猪熊通丸太町下ル  
仲之町519番地 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

悩んでいるご家族に良い知恵があればお寄せください。

## 逝った母に思うこと

●島根県 Aさん 60歳代 女性

今年の1月11日に逝った母。アルツハイマー型認知症かと思いきや、レビー小体型認知症でした。そんな母も、大腿骨を骨折してからは施設にお世話になり、命を永らえていました。昨年12月ごろから物が食べれなくなり、検査をしたらポリープらしきものが見つかるも、高齢ゆえに詳しい検査をせず、見守ることに…。物が食べれないので点滴をされると、「痛い」と言って点滴の針を外し、血まみれの日々。そんな母を見るのが嫌で、訪問をためらっていた私。亡くなる前日に、弟夫婦が施設の先生と話をし、母とも話をしていたのに、深夜に危篤状態になり、父のもとへと旅立った母。元気に話していた時の姿が、最後の思い出になりました。もっと行ってやった方が良かったのかと、今でも思います。

## 年齢の近い方々と話したい

●滋賀県 Cさん 50歳代 女性

つどいや認知症カフェに行くと、自分と参加者の方との年齢差を肌で感じます。ネットでのアルンアルンに期待していますが、顔の見える年齢の近い方々と話したいと思います。60代、70代の方々と同じ介護者であるのに、居心地の悪さを覚えてしまいます。

5年後、10年後のつどいは、どう在るのか？60歳代の私ならどう感じるのか？まだ介護中だとしたら、大変なことだと思えます。90歳代の叔母2人、80歳代後半の実母ということになります。3人とも認知症でもおかしくはないですね。長寿とは大変なことだと実感しています。

## 同じ境遇の人との交流を大切に…

●熊本県 Bさん 60歳代 男性

60歳代の妻は現在、要介護3。平成21年に前頭側頭型認知症と診断されました。

9月1日、熊本市での世界アルツハイマーデー記念講演会「オトコの介護を考える」に参加しました。今までは、趣味の剣道や民生委員・地域ボランティアの仕事で妻の介護のことを忘れ、ストレスを発散していましたが、同じ境遇の人たちとの交流も大切だと思い、「家族の会」に入会しました。

## 台風でも買い物に出かけて…

●愛知県 Dさん 60歳代 女性

80歳代の実母は、3年前に軽度の認知症と診断されました。認知症は少しずつ悪化しています。9月4日の台風21号の際、強風の中、一人で買い物に出かけ、転倒し、右肩を骨折し、さらに不自由な生活をするようになりました。このような母に対して、どのような介護ができるのか、幅広い情報を知りたいです。



## 三宅貴夫先生の言葉に励まされて

●大分県 Eさん 60歳代 女性

97歳の母と89歳の時から同居して、生活してきました。要介護2から4まで介護度が上がりましたが、ショートステイとデイサービスを併用して勤務を続けました。2017年12月、脳梗塞を発症し、ADL低下、尿意・便秘が分からない状態となり、2018年1月より、ショートで馴染みだった施設で入所ケアを受けています。仕事帰りに立ち寄って、手足のマッサージと夕食の介助をしています。

三宅貴夫先生の「認知症の人の生活と介護者の生活が両立するような介護を勧めたいと思います」という言葉に励まされています。

## 「家族の会」があって助かった

●青森県 Fさん 40歳代 女性

80歳代の義母は認知症と確定はしていませんが、今後、診断を受ける予定です。困りごとがあっても、話を受け止めてもらえる場所がありませんでしたが、今回この会の存在を知り、「助かった!」と思いました。サービスを受けることでの戸惑いなど、先輩方の話を教えてほしいです。

## 海馬と前頭葉に障がい

●東京都 Gさん 50歳代 女性

母は55歳の時、くも膜下出血になりました。重症で、助かってもし植物人間と言われていましたが、今は麻痺もなく、誰かがいれば問題なく生活できます。出血のショックで、一度心臓が止まりました。脳に酸素が行かない時間があったため、海馬と前頭葉に障がいがあるので、見当識障がい、記憶障がいがあります。



## 症状は人それぞれ

●大阪府 Hさん 60歳代 女性

80歳代、アルツハイマー型認知症の義母を介護しております。私自身、介護の仕事をしておりますが、仕事で認知症の方を利用者さんとして接するのと、家族が認知症となり接するのとでは、かなり違うなと感じています。冷静さを保てる部分と、割りきりにくいところもあると思いました。認知症の症状は、本当に人それぞれ。穏やかな方もおられれば、そうでない方も。他の方々の接し方など参考にして、義母の介護にいかせたらと考えています。

## 今どきのダブルケア

●山梨県 Iさん 40歳代 女性

介護は、「家のトイレの場所がわからない」という母の言葉から始まりました。7年間、認知症につき合いました。そして母を見送りましたら、今度は別の病気に苦しむ父にも寄り添わなければならなくなりました。その間に、3番目の子どもを産み、3ヵ月後の先日、父を看取りました。

育児と介護のダブルケアの体験を、他の方に伝えるゆとりができそうです。これからの日本、ダブルケアをする方が、今よりもっと増えると思います。今どきのダブルケアを一緒に考えていきましょう!!

※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。