

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)

# ほ～れ ほ～れ

ゆっくり  
やさしく  
おだやかに

2016  
JULY  
No.432

7

Alzheimer's Association Japan

## 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穏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

「家族の会」も「ともに新しい時代へ」  
総会アピールを採択(2面)



広島県支部  
5月支部会報から  
150回を迎えた 西部陽溜まりの会  
感無量! ケーキでお祝い

JR事故裁判遺族の  
長男訴える(4面)



岐阜県支部  
4月支部会報から  
元気に オレンジカフェ オープン!  
みんなの森 ぎふメディアコスモスにて

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 275日!  
(26日) ADI評議員会、登録受付デスク開設、歓迎会

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.133



本人と支援者に分かれての話し合いの時間。お互いの様子が見えないので、安心して語り合える

## おれんじドア・宮城県支部

—ご本人のためのもの忘れ総合相談窓口—

宮城県支部の後援で活動を開始して1年になる、「おれんじドア」をご紹介します。診断された時は誰でも不安…その不安と一緒に乗り越えられたらしいな、と始めた活動。本人が本人の話を聴き支援する、画期的な活動は、多くの関係者が関わり、月1回の開催を続けています。

### はじまり

「おれんじドア」は昨年5月、仙台市にある東北福祉大学内のカフェで初めて開催されました。主催・後援は、「家族の会」や地域の関連団体、専門職、行政ですが、代表は認知症本人の丹野智文さん。

本人が本人のための支援活動をするということで、当時、新聞は「認知症患者の不安 患者が癒やす」と報道しました。「あの当時は開催することに必死だったが、今思うと患者という表現では…」とこの1年、必死で活動を続けてきた様子が伺えました。

### 「おれんじドア」の様子

参加情報のある方の対応や進め方を、丹野さんと支援者が時間前に打ち合わせします。この日は、前回参加者と初参加の本人以外に、病院にあったチラ



実行委員会のみなさん（会場の入口で。  
右から2人目が代表の丹野さん）

- 神奈川○8月14日(日)10:00～15:30／若年性つどいと講演会→ウイリング横浜
- 新潟○8月20日(土)13:30～16:00／若年認知症のつどい→新潟市総合福祉社会館
- 富山○8月6日(土)13:30～15:30／てるてるぼうずの会→サンフォルテ
- 岐阜○8月21日(日)11:00～15:30／若年性認知症介護のつどい→各務原市・ニッケかかみ野苑
- ● 8月28日(日)11:00～14:00／若年性認知症介護のつどい→岐阜市・アルト介護センタ
- 一長良  
広島○8月6日(土)11:00～15:30／陽溜まりの会東部→福山すこやかセンター
- ● 8月20日(土)11:00～15:30／陽溜まりの会北部→福山すこやかセンター
- ● 8月27日(土)11:00～15:30／陽溜まりの会西部→廿日市市あいプラザ
- 福岡○8月3日(木)13:00～16:00／あまやどりの会→福岡市市民福祉プラザ
- 熊本○8月6日(土)13:00～15:00／若年期認知症のつどい→熊本県認知症コールセンター



### 本人交流の場

(詳細は各支部まで)

宮城○8月4日・18日(休)10:30～15:00／本人・若年のつどい→泉区南光台市民センター  
山形○8月17日(休)13:30～15:30／なのはな→さくらんぼカフェ  
埼玉○8月24日(休)11:00～13:00／若年のつどい・大宮→大砂土ふれあいの里

# 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。

## お便りお待ちしています！

うれしい、悲しい、怒ってる、その気持ちをお届けください。あなたと同じ思いで、共感される方、励まされる方がきっとおられます。

〒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@alzheimer.or.jp

## 我が家は1+1=1

●岡山県 Aさん 70歳代 女性

主人は78歳。まだ介護認定を受けていないアルツハイマー型認知症です。2年前に専門病院に受診、検査も受けましたが、「何でもないから、何かあったら来てください」と門前払いを受けました。私は76歳。「我が家は1+1=2ではないよね、1+1=1だね」と、日頃から会話の中でよく口にしてきた言葉です。でも、加齢によるものだけではない、2歳しか違わないのに私とは違うと思っていました。不安な日々を数日過ごし、日を改めて専門病院へ一人で行き、こと細かく状況を説明、「検査の結果」と照らし合わせて「グレーゾーン」…。このままかも、認知症に進むかもとの説明で、薬の処方をしてくださいました。

私は腰椎圧迫骨折2本、背骨の1本が潰れている状態、右膝も悪く正座もできず、重い物が

持てない、家事も主人に頼っている部分が多く、主人のお蔭で今の生活が成り立っている状況です。外出時に口だけの「コーディネート」では洋服が探せなくなり、車の運転も「バック」で前進しようしたり、カーナビを入力してあげてもレンンを間違ったり、交差点では怖かったです。以上が2年前の状態でした。

現在はレベルダウンもしておりますが、以前から続けてきたことは一人で頑張っていますし、言葉だけでは右から左なので、メモで対応するようにしています。頑張ってくれたことへは、『感謝の言葉と、今日も一日有難う』と、主人が2階へあがる時には、一日の締め括りとして言うことになっています。主人は「睡眠時無呼吸症候群」で、年末のドックでは「心房細動」の病気も増えました。

今は介護らしい介護もなく、私は趣味の「木彫り教室」へ月2回、自宅でも毎日1時間～2時間は集中して、現在は「鏡獅子」に挑戦しています。

## 心が折れそう

●群馬県 Bさん 40歳代 女性

83歳のアルツハイマー型認知症の母は、認知症の自覚がありません。なんとか説得して受診したのに、処方してもらった薬も飲んでくれず困っていたところ、妄想や幻覚が始まりました。心が折れそうな日々です。

## 夫のストレスが限界

●愛知県 Cさん 60歳代 女性

90歳の実母を同居で介護しています。実母は軽い高血圧症と軽いうつ症状が時々出る以外、身体はとても健康です。

兄や姉、近所の方などには、母の家の言動は理解してもらえない。被害妄想もひどくなり、誰にも相談できずにいます。同居の夫のストレスも限界にきてています。

## ただ今ダブル介護真っただ中

●新潟県 Dさん 60歳代 女性

要介護5・90歳の母と、要介護3・前頭側頭型認知症の2歳年上の姉。

今まで介護1だった母が昨年40日間入院後、一気に5にアップ。元気な頃から「絶対に施設には行きたくない」というのが口癖だった。今はまともに喋れないが、「デイかショートに行く?」と聞くと首を横に振る。老い先短いだろう母、ちっちゃな体でずっと働きづめで苦労してきた。かわいそうで思い通りにしてあげたい。

姉の面倒もみるようになって丸4年、病名がわかって丸2年。デイは一度も利用せず、今はショートを月2、3日。

ここまでくるには私自身、ご飯も喉を通らない日々もあった。母に流動食を食べさせている傍らで、姉にパジャマを着るように何度も言つても、「これ、これ、これ、これ…」と言い続けている。一人いろいろ考えて涙がボロリと出ることもある。頼みの夫は、三度の脳梗塞で若干左半身が不自由。自分のことは自分でできるが、やはり忘れっぽい。

幸い、「家族の会」で知り合った人たちに電話やメールで愚痴を言い、ストレスを解消させてもらっている。この先どれだけ続くかわからないが、自分に与えられた運命と割り切り、日々の暮らしの中で楽しみを見つけようと思う。いつか自由の身になったら、可能な限り姉と一緒に全国を旅することを夢みている。

## おしつけられている?

●東京都 Eさん 50歳代 女性

84歳の夫の母を介護しています。アルツハイマー型認知症と診断されて3年になります。認知症についてもっと知りたいし、これからどうしていけばよいのか考えたい。

義母であるにもかかわらず、介護をおしつけられた感があり、時々気がおかしくなります。



## 歩く気になつたら…

●島根県 Fさん 50歳代 女性

気丈だった母が認知症と診断されて、何年になるだろう?そんな病気になるなんて思いもよらないことでした。

心臓に人工弁を入れて、さらにペースメーカーも入れている母。デイサービスに通い、「平穀ならいい」と思っていた矢先、デイサービスからの帰りに転び、大腿骨の骨折。にも関わらず、弟に「打撲だから、歩ける」と言い、歩いていた母。痛くてたまらなくなり、やっと診察を受け、骨折がわかり、手術。

「歩くことができるようになっている」と言わざつても、「いつか転んで、また手術にならないか?」という不安の中で暮らす母の姿を見ていると、「無理をせんでも歩く気になつた時に歩けば、それでいい」と思える今日この頃です。

## 会うたびに変わる母

●福島県 Gさん 40歳代 女性

東日本大震災後に言動がおかしいことがあり、最近、母の友人が相次いで亡くなつたこともあってか、生活全般が変わりました。母の気持ちに寄り添いたいとは思うのですが、怒ってばかりで、どう接していくといつらいのか全くわかりません。

今は会うたびに変わっていく母を前にするとショックで泣きそうになります。同じ立場の人と話したいのですが、機会がありません。

※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。