



公益社団法人 認知症の人と家族の会

えひめ支部だより 第 108 号

事務局 〒790-0843 松山市道後町2丁目11-14

愛媛県看護協会内

電話：089-923-3760 (直)

089-923-1287 (呼)

FAX：089-926-7825

E-mail：kazokunokai@nursing-ehime.or.jp

会員数 88 名 (10 月 4 日現在)

ゆっくり やさしく おだやかに

【もくじ】

- | | | |
|--------------------|--------|-----|
| ○「八幡浜のぼあちゃん」 | 井上 真喜子 | 2 |
| ○愛媛県認知症普及啓発フォーラム報告 | 森川 隆 | 3~4 |
| ○アンケート結果 | | 4~5 |
| ○ライトアップ | | 5~6 |
| ○つどいの“あう” | 田中 映 | 7 |
| ○コラム | 森川 隆 | 8 |
| お知らせ | | |



この会報は「赤い羽根共同募金」の一部分配金で発行しています



『八幡浜のばあちゃん』

世話人 井上真喜子

八幡浜のばあちゃんは私のお姑さんです。八幡浜で義理の姉とお舅さんと3人で暮らしていましたが、コロナウイルスが大流行するちょっと前に松山の病院で亡くなりました。86歳でした。

優しくよく笑ってよく泣いておっちょこちょいで泳ぐのが得意で料理が下手でおもしろくて真っすぐで、ありえないくらい家族思いのばあちゃんでした。

亡くなる2年前、「孫が来るけん言うて恵方巻10本ずつ、5回注文しに来たんやけど、大丈夫？うちはありがたいんやけどな。」って近所のコンビニの店員さんから連絡がありました。前々から、八幡浜に帰るたびに布団を買ってくれたり、電子レンジや炊飯器も何個ももらったり、とにかく買い物が大好きだったので、心の中で『ばあちゃんならありえる…』と思っていましたが、そのうちに家を出たっきり帰って来なかったり、ご飯が作れなくなったり…

その状況でも、姉も父もそしてばあちゃん自身も「ばあちゃんは、むかしっからぼけちよるけん。」と、あいかわらず、げらげら毎日笑って過ごしていました。社交的で人気者だったばあちゃんが認知症になったことは、近くの商店街のみんなも知っていて、日曜日でもほとんど人がいないその商店街へばあちゃんと一緒に買い物に行くと、みんながでてきて声をかけてくれました。「わたしや元気ぜ。あんたもがんばんはいよ。」と上手に返事はしていましたが、小さな声で「誰ならあれは。全然知らんぜ。」とつぶやいていました。近所のコンビニでも、同じものを大量に買ってきては、姉が返しに行くということを繰り返していましたが、嫌な顔をしないで対応してもらっていました。ご近所さんに認知症と知ってもらっていることで、本当は辛くてたまらなかつたばあちゃんも姉も父も笑って暮らしていけたんだと思います。



しばらくして、どうにもこうにもならなくなり施設に入居し、病院に入院。「一週間はもたないと思います。」との宣告に、家族みんな号泣でした。でも姉の「泣きよってもばあちゃん喜ばんよなあ。」との一言で、それから亡くなるまでの一週間は私も夫も子供たちも、何も言えないばあちゃんを笑わそうと、おもしろすぎるばあちゃんのエピソードを思い出しては自分たちが笑い続けていました。最期の日、「あれ、ばあちゃん今笑ったよね。」と娘が言ったと同時に静かに息を引き取りました。

施設に入居することになった時、介護のプロである私がいるのに最期まで家で看ることはできなかったのか。もっともっと恩返しができたはずなのに…と一人でつらがっていました。でも、そんなのは私のエゴですよ。ばあちゃんらしくなんて、結局私にはわからないことで、寝たきりのばあちゃんに面白いメガネをかけて「めっちゃ似合う。かわいいよ。ばあちゃん。」と笑っている娘の方がよっぽどばあちゃんのためになったんじゃないかと思えます。

時々、ばあちゃんの数少ない得意料理だったイカメシが食べたくになります。「イカメシだけは誰にも負けんぜ！」と山盛りのイカメシの前で笑っているばあちゃんに会いたいなあ…

『愛媛県認知症普及啓発フォーラム』報告

日時：令和4年10月1日（土）13：30～16：30

場所：松山市総合福祉センター1階大会議室

内容：・えひめ認知症希望大使委嘱式

- ・シンポジウム「認知症ご本人・パートナーの想いを語る
～私のやりたいこと～

[シンポジスト]

高橋 弘子氏	えひめ認知症希望大使
高橋 純正氏	高橋弘子氏パートナー
宮脇 勝氏	えひめ認知症希望大使
山崎 澄人氏	宮脇勝氏パートナー
島田 豊彰氏	徳島県埋蔵文化財センター職員
大下 直樹氏	島田豊彰氏パートナー

[座長]

谷向 知氏	愛媛大学大学院医学系研究科教授
・記念講演「認知症とともに生きる社会」	
大下 直樹氏	認知症の人と家族の会徳島県支部代表
・記念講演「認知症とともに」	
谷向 知氏	愛媛大学大学院医学系研究科教授

「認知症フォーラムを開催して」

認知症の人と家族の会 愛媛県支部 代表 森川 隆

愛媛県と認知症の人と家族の会の主催で、令和4年10月1日土曜日、松山市総合福祉センターにおいて13時半から認知症普及啓発フォーラム「認知症とともに生きる」が開催されました。開催にあたっては、実行委員さんをはじめ、各関係機関の多大なるご協力ご支援のお陰で、150名近く参加者を得て、盛大に行うことができました。この場をお借りして、厚く御礼申し上げます。ありがとうございました。



フォーラムでは、愛媛希望大使の委嘱式も行われ、愛媛で初めての認知症本人の方が希望大使として任命されました。認知症をオープンに語れる社会、認知症になっても安心して地域で暮らせることができる社会の実現に向けての大きな1歩だと思います。

一人は、四国中央市にお住いの高橋弘子さん、もう一人は松山市にお住いの宮脇勝さん、フォーラムにおいてもシンポジストとして登壇して頂き、認知症の人の想いを語って頂きました。特に印象的だったのは、高橋さんの御主人さんの言葉でした。「妻が認知症になる前よりも夫婦仲が良くなった」と笑顔で語られたことは、まさに希望の光を見るようでした。

また、講演においては、徳島の認知症の人と家族の会支部代表の大下直樹氏、愛媛大学医学部教授の谷向先生をお招きして、「認知症とともに生きる」をテーマにご講演頂きました。「認知症を普通に話せる社会」、「認知症とともにある社会とは何か」を考える良い機会になったと思います。

振り返れば、認知症が不治の病として恐れられ、実名を公表することも憚られた時代から、認知症の当事者から認知症について発信する時代となりました。

認知症と対峙するのではなく、認知症とともに生きる社会を目指すことは、私たちの社会を本当の意味で豊かにしてくれると思います。病気や障がいにも深い意味があり、人として本当に大切なものに気づかせてくれているようにも思います。

認知症施策推進大綱にも明記されている、「共生社会」とは、それはすべての人が、共に支え合う社会のことであり、介護する側・される側のように、一方的関係ではなく、双方向の関係、共に支え合う関係だと思えます。

認知症に優しい社会は誰にとっても優しい社会。認知症本人・介護家族・地域住民すべての人が、認知症というキーワードの元、新たな希望を持って生きることができる社会を目指すのが、私達が目指すべき共生社会の姿だと思います。

認知症の当事者が発信した「認知症とともに生きる希望宣言」は、私達一人一人にとっても大切なことだと思います。希望こそ、明日を生きる力です。認知症の人が、これまで歩んできた道、認知症の人と家族、そして様々な関係者、地域住民がこれから共に生きる道、希望を掲げ、希望に支えられながら、その道を歩んでいきたいと思えます。

2022年度愛媛県認知症普及啓発フォーラム アンケート結果

参加者 129名 回収 104名

○今回の講演会でもっとも印象に残ったことは何でしたか？

- ・高橋さんご夫婦のお話
認知症と診断された時のご夫婦の葛藤や受け入れた後の現在のご夫婦の関係
(ご夫婦で乗り越え、共に歩む姿勢) (お互いを思いやる気持ち)
ご主人のお話の中に介護のヒントが沢山あって、今後役に立てられる
- ・希望大使の方々や徳島の島田さんの語り、明るさとオープンな姿勢
- ・認知症になっても全てがおしまいではない。普通に生活できること。楽しみや喜びも沢山あること
- ・谷向先生「認知症のために、障害がある人のためにではなく、いずれ自分になった時のため」取り組みをするというコメント
- ・大下先生 一緒に「〇〇したいなあ」「こうしたらできるんじゃないか」という前向きなアシスト。「勇気を出して “助けて” と誰かに頼んでみよう」のコメント
- ・認知症の方と共に生きる共生社会

○もっと知りたいと思ったことはありましたか？

- ・認知症本人やご家族のお話をもっと聞きたかった
一日の行動、日常の生活の中で困ったこと、接し方、乗り切り方など
発症してからの心理的变化、成功例、失敗例など
ご家族、パートナーの方々が接する際に工夫していること

認知症かもと思った時の状態など知りたい

- ・家族の会の活動、希望大使の役割
- ・若年性認知症のこと
- ・認知症予防対策を地域・自治体等討議して実行に移しているか
- ・講演良かった。また聞きたい
- ・徳島での活動内容を魅力的に感じたのでもっと知りたいと思った

○その他、ご意見などありましたらご記入ください

- ・フォーラム、講演共にとても興味深く、いい学びになった。温かい雰囲気、また当事者、パートナーの方が明るく、印象的だった
- ・認知症と共に生きる社会に向けて、自分に何ができるかを考える良い機会となった
- ・認知症の方と子育てって似てると思った。健常者と障害者って言葉自体いるのでしょうか？と感じた
- ・認知症についてのいろいろな講演会を開いて欲しい

世界アルツハイマーデー月間ライトアップ

「世界アルツハイマーデー」は、認知症の人や家族を支援するために、国際アルツハイマー病協会が制定した世界的な規模で活動を展開しています。

「オレンジライトアップ」

オレンジは認知症対策や啓発のシンボルカラーです。

「認知症に関心を！ 温かな光で発信」



宇和島城



鬼北町道の駅「鬼王丸」

愛媛県庁ライトアップ



愛媛県庁ロビー展

県民への認知症施策の取り組みを県庁ロビーにて発信



松山市総合福祉センター



つどいの“あう”

世話人 田中 映

現在、新居浜のつどいは新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から7月以降中止しています。

新居浜のつどいは、平成26年1月から開始しました。今年の6月で70回を迎え、延べ627名の方が参加されました。最初は参加者がいないこともありましたが『とにかく続ける』と心に決めて今日に至ります。

しかし、予想もしない出来事が起こり、介護だけでなく、生活自体が大きく変わりました。続けることの大切さと難しさの両方を実感しているところです。

コロナ禍により「病院や施設への面会制限」「濃厚接触者や感染者との接触によるサービス利用制限」などにより介護される方の不安や負担は増すばかりです。誰もが初めての経験ですのでそんな時こそ、気持ちを打ち明け“合う”、情報を共有し“合う”、工夫を伝え“合う”、という『つどい』の大切さを改めて実感しているところです。

いつまで続くかわからないこの状況で、社会情勢や介護者の状況に合わせて仕組みを変える勇気をもつことを求められているのかもしれませんが、つどいの在り方を再度考える試みとして「会わなくても合うことができる機会をどう作っていくか。」という新たな視点も必要であり、つどいの形も工夫を求められているように思います。

休止している今だからこそ、つどいの大切さを実感する毎日です。皆で集まり、お茶を飲み、話をする。という当たり前の日が来ることを願いつつ、会うより“合う”ことが出来る機会を作り出す工夫を続けていきたいと思っています。



支部代表 森川 隆

「小さな人生論」1巻6章に次の言葉が紹介されている

「霜に打たれた柿の味、辛苦に耐えた人の味」・・しみじみと胸に響く言葉である。軒先に吊るされた渋柿は冬の寒天さらされ、霜に打たれることで何とも言えぬ美味に染まる。人間も同じである。辛苦に耐えることで風味をますのだ」とある。

人生には様々な苦労や辛いことに会うことがある。病気もそうだろう、事件やトラブルに巻き込まれることもあるだろう。日々の人間関係に悩まされることもあるだろう。ストレス社会と言われ、様々なストレスに囲まれている社会だと、ネガティブな報道が毎日のようにある。

しかし、本当にストレスが問題なのだろうか、辛い出来事そのものが問題なのだろうか？踏みとどまって考えてみてはどうだろうか。花の開花に夜が必要なように、風味を出すために霜が必要なように、私達が人間味を増すために必要な辛苦(ストレス)ではないかと思う。人間は、喜びだけでなく、悲しみを知ることによって味わい深い人間になれるのだ。脳性マヒの少年の詩の一節、「悲しいことは美しい」、その言葉の意味をかみしめたい。



つどいについてのお知らせ

10月よりつどいについては、すべての会場で開催しております。新型コロナウイルス感染状況により中止になることがあります。それぞれの会場の問い合わせ先に確認してご参加下さい。

※西条のつどいは12月は東予総合福祉センターで開催します。

投稿のお願い！

支部だよりでは皆様のご意見・ご要望・ご感想・ご提案・短歌や俳句・介護体験など自由に募集しています。施設紹介もお待ち致しております。皆様のお力をお借りして、紙面の充実と会員相互の交流を図っていきたくと思います。事務局までFAX、郵送、メール等で宜しくお願いします。

編集後記

愛媛県支部では、コロナの感染防止をはかりながら、家族の会の活動を続けていきたいと思ひます。

つどいにもご参加下さい。お待ちしております。

(編集委員 宮子・上岡)

