

令和 7 年 12 月 25 日 発行



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 123 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 91 名(12 月 1 日現在)

ゆっくり やさしく おだやかに

【もくじ】

- 新聞が つなぐつなぐ～ふる里とその人らしさと～
米谷 直美 2
- 認知症啓発フォーラムに参加して 栗田 八重 3
認知症啓発フォーラムアンケート内容 4
- 全国研究集会に参加して 鈴木 大 5
井上 真喜子
- 賛助会員紹介コーナー
ケアコンシェルジュ今井 6
- つどいのところ(西条) 大澤 孝市 7
- お知らせ 8



新聞がつなぐ～ふる里とその人らしさと～

世話人 米谷 直美

デイサービスの日の中で、三時のおやつの前後の少しの時間、利用者と一緒に新聞を読みます。その日の新聞を広げて、まず、えひめ昭和 100 年の記事、昭和のこの日にこんな事があったのかと忘れていた事を思い出します。次にへんろ道、てかがみなど静かに耳を傾けてくれます。特に高齢者からの投稿には「そうじゃねえ、あったねえ」「懐かしいねえ」とうなずきあう姿がみられます。ふる里の風景も好評です。「私らの子供の頃はー」と話も弾みます。同じ世代を生きた者同士だからこそ共有できる思いがあるのではと感じます。利用者の方から「今日の新聞にこんな事が出とったよ。みんなに読んであげて」と教えてくださることもあります。

新聞が読み聞かせの素材というだけでなく皆で作る時間になってきているように思います。また西条市内の記事に関心がいっそう高まり、「ここ知っとる」「あの頃はこうだった」「あの建物まだあるんかなあ」と一人ひとりの思い出が息づき、次々と言葉になり会話の輪が広がっていきます。

認知症があっても生きてきた道のり、働いてきた誇り、家族と過ごした時間、ふるさとへの思いは確かにそのひとの中に残っています。また、介護職にとってはその人の人生背景にも触れる貴重な機会にもなります。

これからも新聞を通して生まれる語らいを大切にしながら、一人ひとりが歩んできたこころの記憶に寄り添う支援を続けていきたいと思っています。



認知症普及啓発フォーラムに参加して

世話人 栗田 八重

前日の雨も上がり晴れやかな秋晴れの日とと思っていましたら、開演一時間前には雷、土砂降りの雨と不順な天候の中105名というたくさんの参加人数を得て愛媛県認知症普及啓発フォーラム「認知症と生きる」～ギフトとしての障害と共に生きる～が開催されました。私たちは駐車場係を担当していました。会館のイベントが重なり他の駐車場をご案内しましたが、結局停められず断念して参加できないかった方もおられたようで、この場をお借りしてお詫び申し上げます。

記念講演Ⅰでは写真家で若年性認知症の下坂厚さん(52歳)が46歳で若年性認知症と診断された前後の葛藤、目の前が真っ暗になり、膝が折れる感じだったと表現され、認知症に対する「何もできなくなる」という先入観を抱いており「死んだ方がましだと思った」と心情を吐露されていました。高校3年生の時に会った写真が今では自分の記憶をとどめるもの、また記憶の代わりに補助してくれるものと表現されていました。また現在の職場において施設の利用者さんや職員さんの写真を撮りご家族の方に見てもらおうと、「こんな表情をしているんですね」と喜んでもらえることもあり、やりがいになっているとのことでした。今では人より早く認知症になったことに優越感を感じるという言葉が印象的でした。



記念講演Ⅱでは、人口内耳友の会 ACITA 愛媛支部長の中城尚子さんは西予市生まれで小学校3年生の時の病気治療後から左耳の聴力を失いお母様と岡山県の聾学校4年生に編入し家族とは離れた生活をおくられたそうです。ご本人の明るさや努力、お母様はじめご家族のささえがあり成長されました。「聞こえないことは不便だが不幸ではない」と前向きな言葉が印象的でした。難聴を放置していると難聴脳になってしまうとも発表されていました。難聴脳という言葉を知ったのですが、難聴は認知症リスクの要因でもあり、聞こえの大切さを知ることが出来ました。

今年も手話サークル伊予ハンズの手話コーラスの方たちに来ていただき、見よう見まねの手話で【この街で】を歌い、手話の楽しさに触れることができました。今年は東京デフリンピックが開催され、TVやニュースで大きくとりあげられています。選手の方はもちろん会場の観客の方たちも手話で応援をされていて健常者、障害者の垣根を越えて一体化していて、ここでも手話の楽しさを知ることが出来ました。

愛媛認知症希望大使の活動報告では坪北さんご夫婦、村上マサ子さんのお元気な様子も拝見できました。高橋弘子さんが8月に急逝されたとのこと、2年10ヶ月の希望大使の活動を振り返りました。最後にこの場を借りてご冥福をお祈りしたいと思います。

翌日には愛媛新聞にフォーラムの様子が記事として掲載されました。参加された方以外にもたくさんの方に広く知っていただけるよい機会になったと思いました。

2025 年度愛媛県認知症啓発フォーラムアンケート内容

●認知症啓発フォーラムの中でもっとも印象に残ったことは何でしたか？

- ・ えひめ認知症希望大使の活動報告、記念講演 I・II
- ・ 記念講演のお二人共、前向きに生きていることが印象に残りました
- ・ 認知症当事者がどのように感じているのか、知れてよかったです
- ・ ギフトとして認知症をとらえること
- ・ ディメンシアギフトという言葉、職業認知症と言える強さ
- ・ 認知症も難聴も、周りの接し方次第
- ・ 認知症になったり、聴力を失ったとしても、マイナスな事をプラスに置き換えることができ、新たな考え方や価値観を手に入れることができる
- ・ 「助けてほしい」と考える、言えることへの理解や教育が必要だと思った
- ・ 認知症と診断を受けた下坂様や、聴力を失ったときの中城様の気持ちの変化や前向きな考え方に感動した
- ・ 下坂さんの気持ち、思いがとても心に響きました。「与えられた」という言葉が「ギフト」という思いが、今までのご本人の思いがずっと伝わりました
- ・ 「心のバリアフリー」線引や区別をしない
- ・ コーラス「この街で」がとても良かった。



●もっと知りたいと思ったことはありましたか？それは何ですか？

- ・ 下坂さんは認知症が進まないような工夫または努力されていますか？
- ・ 下坂さんの写真展があれば見たいなと思った
- ・ 当事者本人がどうとらえ感じているのかを、聞きだす方法や支援の仕方
- ・ 地域ごとの、具体的な「認知症の理解」の啓発活動内容、取り組み、成功事例
- ・ 難聴が認知症の進行、発症に影響があるという情報があり、そのことについて専門家から話が聞ければと思いました
- ・ 障害者の方々のために、健常者は何ができるか知りたい

●その他、ご意見などありましたらご記入ください

- ・ 長い時間でなく、デイサービスで預かってもらっている間に話を聞けるような、セミナーが開催されると嬉しい
- ・ 「来てよかった」たくさんのギフトがこちら側にもたくさん届いた。とっても勉強になった一日でした
- ・ 研修は毎回得られるものがあるので、時間をやりくりして参加して、いつも参加して良かったと思えています
- ・ 自分の認知症観、価値観を見直すきっかけになりました

全国研究集会 2025 北海道に参加して

副代表 鈴木 大

今回、全国研究集会 2025 北海道に参加させていただきました。認知症の方とそのご家族の支援に長年携わってこられた演者様の、リアルな介護体験も拝聴でき、とても内容の濃い、充実した研究会でした。

特に印象的だったのは、介護体験発表で登壇された松本先生のクリニックでの統計データでした。専門的な診療に加えて「誰かに心を聞いてもらえた人」や「専門家も一緒になって心を支えることができた人」が、36ヶ月経っても良い状態を維持できたという結果です。これは、私たちが日頃から大切にしている「心の支援」が、認知症の進行を左右するほどの力を持っていることを、科学的に裏付けるものでした。



認知症になった後の心のサポートがあると、その後の症状が大きく改善するというデータは、介護の渦中にいる多くの方々にとって、大きな希望になるのではないかと思います。

もう一つ心に響いたことは、「共感の力」と「支え合い」の重要性です。ご本人の「混乱の回数」が、ご家族の精神的なサポートによって減少するというデータは、介護者がまず安心安全な状態でいられることが、ご本人の安定に直結するというものです。介護者は誰もが「頑張らないといけない」という思いに駆られます。しかし、その時、外では絶対言えない本音を吐き出し、互いの苦勞を受け止め合う「支え合い」の場があることが、孤独を防ぎ、介護を続けていくための大きな力となるのだと思いました。

私たち「認知症の人と家族の会」は、まさにお互いの心を支え合い、共に歩むための場所です。今回の講演を通じて、認知症の当事者も、介護者も、誰もが「自分としての人生を生き切りたい」という願いを持っていること、そして、その願いを支えるのは、高度な専門知識だけでなく、人間同士の深い共感と相互の支え合いである、ということ改めて学ぶことができました。

全国研究集会 IN 北海道に参加して

副代表 井上真喜子

今年の全国研究集会はなんと、北海道！！きっと寒かろうと完全防備でいかせていただきましたが、まったく寒くなく快適な2日間でした。会場の北星大学は広くてちょうど紅葉がきれいでした。代表者会議ではいろいろな意見が飛び交い代表者の皆さんの熱い思いをひしひしと感じました。

研究集会もとてもあったかくなるお話ばかりでした。特に認知症当事者である江森さんの力強いお話と素敵なハーモニカ演奏には認知症になったってこんなに生き生きと暮らせるんだと明るい気持ちになりました。大自然を見ながらの研修会に行かせていただき本当にありがとうございました。

<賛助会員紹介コーナー>

今回は「ケアコンシェルジュ今井」を紹介します

ケアコンシェルジュ今井

米谷 直美

当施設は西条市丹原町にある医療法人今井クリニック整形外科が運営しています。2007年に医療法人今井クリニック整形外科を新築開業。2009年にハードが豪華だけでなく多機能で充実したソフトを提供したいとの思いで、自分が入りたい施設にこだわり、複合施設「ケアコンシェルジュ今井」が誕生しました。



ケアコンシェルジュ今井は、サービス付き高齢者向け住宅を中心に小規模多機能居宅介護・居宅介護支援・訪問介護・通所介護が同一建物に併設されています。複数の事業所が同じ建物の中にあるメリットは利用者一人一人の状態変化の情報が即座に共有でき「その時に必要な支援」を切れ目なく提供できることだと思います。利用者と家族にとっても状態に合わせて同じ場所でスムーズにサービスを移行

行できます。また、通所介護では、整形外科を母体に持つ強みを生かし、リハビリを通じて身体の回復だけでなく心の元気も取り戻せるよう、お手伝いしています。



医療法人今井クリニック整形外科

ケアコンシェルジュ今井

〒791-0503 愛媛県西条市丹原町今井 155-1

TEL 0898-68-8588 FAX 0898-68-8869

「つどい」の心（西条市）

世話人 大澤 孝市

家族の会が44年を迎え、県下各地で「つどい」が開催されています。西条市での「つどい」も前世話人から引き継いで15年が過ぎました。

西条市包括支援センターのご協力と、毎月日程の案内をしてくださる西条市の市報関係のご協力に感謝をしています。定期の開催案内と電話相談にて、今年度からは毎回新規の方の参加がありました。「つどい」に参加するまでの状況を聞かさせていただくと、家族の中では認知症の知識もなく、おかしいと感じていたが年のせいと思っていた。しかし、毎日の外出・物忘れの増大・食事の量の増加等、日常生活がままならなくなり、不安な日々を過ごしていたとのことでした。

このような状況になって包括に相談があり「つどい」への参加につながったようです。又、市報を見て個人の携帯に電話相談をされる方も増えてきています。時に家族訪問もしながら本人や家族も含めて相談を受けて、今後の方向性を考えることもあります。家族と一緒に認知症本人も参加されているケースもあります。本人の居場所が不安定になり落ち着きをなくすことも見られますが、そのような時は、パズルゲームや脳トレさらにレクレーション（モルックゲーム）等を行いながら参加者同士の声掛けなどにて対応しています。

近年は認知症症状が多岐にわたり、介護状況も大きく変化しています。最近特に不安なこととして相談を受けるのは、入院に対する判断や、施設入所の時期（タイミング）についての悩みです。

また「つどい」では参加者から「生活が壊れてからでは遅い、介護者が健康であるから介護や見守りが出来るので、介護者の健康を第一に考える事が大切で重要だ」との意見が聞かれます。しかし、働きながらの介護の限界を感じて、職を辞めて全面介護をしなければならない家族も出てきています。在宅介護を続ける上で、ケアマネの役割・存在大きいと思いますが、現実には家族のサポートについて、課題があると感じるケースが少なくありません。家族は、生活と介護に不安を感じているためケアマネとの関係がとても大事です。

『介護家族が健康で介護できる事が認知症本人の生活の安定に繋がっていきます』ケアマネはデイサービスの利用やショート等を利用して、本人・家族がお互いに納得して在宅生活を継続できるよう家族への支援を行う重要な役割を担っています。

今後は、ケアマネとの連携も視野に入れて「つどい」の開催を進めていきたいと考えています。



お知らせ

愛媛県支部総会のお知らせ

日時：令和8年5月16日（土） 13：00～
場所：看護研修センター

研修会：講師・テーマ 調整中

※詳しい内容は次号でお知らせいたします

世話人募集

「家族の会」愛媛県支部では世話人を常時募集しています。世話人も高齢化してきています。テレビで「認知症だけにはなりたくない」と言っている人がいましたが、まだまだ認知症に対する理解が不十分なのが現状です。認知症について知りたい方、認知症を理解し共に歩める人、一緒に活動していただませんか。参加お待ちしております。

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・施設紹介など自由に募集しています。「つどい」に参加されている方の意見、感想もお待ちしております。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、メール等で宜しくをお願いします。

編集後記

今年も残りわずかとなりました。皆様お世話になりました。インフルエンザにかかる人が増えています。お体に気を付けてお過ごしください。来年もよろしくをお願いします。

（編集委員 宮子・上岡）

