

マンション管理人として考えたこと、 やってみたこと・生まれてきたこと ～認知症の人たちと、この町で一緒に～

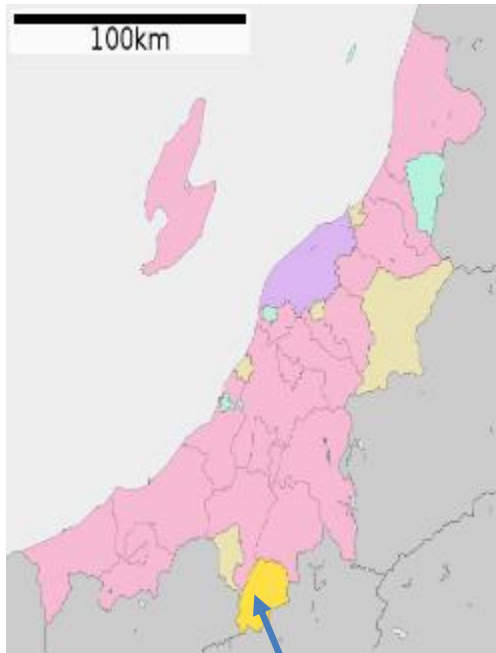


新潟県湯沢町

マンション管理人・アクション農園倶楽部団長
マンション住民

丸山 静二
渋谷すみ枝

湯沢町の紹介



新潟県湯沢町(ゆざわまち)は、古くから温泉場として知られ、川端康成の小説『雪国』の舞台、近年ではフジロック・フェスティバルの会場でもある苗場スキー場がある。湯沢町は緑豊かな自然に抱かれた町

- ・面積: 357.00km² (町のほぼ94%が山林が占める)
- ・群馬県境の苗場まで町中心部から車で30分
(湯沢地区、神立地区、土樽地区、三国地区、三俣地区)
- ・気候: 初雪11月中旬, 雪解け4月中旬
積雪量 3m前後 約半年は雪との生活
- ・人口: 8,163 人 高齢化率35.24% (平成29年3月末)





- * マンション人口が、人口の1割超
- * マンション居住の高齢者が増えている

小さな町でも
現在進行形

*** マンション暮らしの高齢者に起きている色々な課題**

*** マンション管理人として、思ったことは・・・**

ちょうど、町の行政からの呼びかけ:ちょっと参加してみた・・・

アクションミーティング

23年度から開始

認知症の人と、家族と、みんなが
ともに安心して暮らせる地域をめざして

それぞれが声かけあって集まってみる

話し合ってみる

☆立場を越えて

行政の関係者、介護・医療職の関係者、
地域の仲間・知人、同級生、などなど

伸びのびと
話合う

出会い、アイデア、力、つながり、元気、
安心、希望、自分たちで生み出そう

やりたいことが一致した人がチームを組んで
できることから、いっしょにアクション!



行政の呼びかけで、仲間を誘いあって集まったら
色々な人との出会いがあった。

アクションミーティングに参加してみて思ったこと

○町に、いろんな立場の人たちがいるんだなあ・・・。
知ってるようで、知らなかった。

- ・行政といっても、保健師、係長、課長さん 様々
- ・介護・医療の人たちも、様々
- ・民生・児童委員さんや地域を守り支えている人たち
- ・その他、いろいろ

○みんな、認知症の人のことをなんとか支えたいと
思っている・・・でも、どうしたらいいか悩んでいる。

☆これまでの行政やプロのやり方でなく、もっと、気楽に
取組める楽しいことをやれたらいいなあ～。





畑をみんなでやったらいいんじゃない？

- * マンション住民も、昔からの町の住民も、自然に集まって、仲良くなれたらいいな。(立場の違いなんかを越えて・・・)
- * 認知症のある人も、ない人も、畑で、いっしょに汗を流せたら元気になるじゃないかな。
- * 建物の中だけでやっても、一部の人しか集まらない。外(畑)だと、集まりやすいよ。
- * (堅苦しく)話あってだけいないで、ちょっと外に出て、やってみようよ。

「畑」のアイデアへの反応は……



「いいね！」と言ってくれた人たちがいた！



「伸びのび、一緒に畑をやれたらと、いいねえ〜」。

同じ思いの人がいてくれた！

行政職、福祉・介護職、同級生、地域の人

*まずは、自由に言ってみることが大事だあ。

アクション農園倶楽部が誕生！

やりたい、と思う人たちが一緒に

どこでやる(土地)? 準備は? お金は? 等々……

いろいろ必要なことはあるけれど、自分たちだけでなく、
「畑をやってみようよ」と周りの人にも呼びかけてみよう。



「畑、やれたらいいんね」と、みんなでつぶやいていたら・・・



土地を貸してくれる人がつながった！
「草取りしてくれるなら使っていいよ」

苗、種、肥料、農具、その他が次々と
「少しだけだけど使って」。色んな人が持ち寄ってくれる。



看板なら任せて。足組作るよ。
町の看板屋さん、土建屋さんが：知人つながりで



カラス対策に、案山子もいるよね。

一人ひとりが、ちょっとできることを、少しずつ…



最初に眩いてから、数か月後に、
アクション農園倶楽部がオープン！



畑開きのテープカット。

- ・町長も、よろこんで参加。
- ・町役場の産業観光課の課長さんも。
(行政職員にも、畑が、大好きな人が…)

●農園倶楽部の団長は…

マンション管理人の自分がやることに。

- * やりたい人たちが自主的に
- * 行政や専門職ではやりづらいことを、
自由な発想と行動力で、
とにかくやってみよう。
- * 地元の様々なつながりを駆使して
→従来の行政・専門職にはない
新しいつながり、出会い、
おもいがけない力が出てくる。

毎週火曜日は、農園の日！

農園は、「毎週火曜日」の午前中です。

雨が降っても、必ず、誰か来ていないか、

確認に向かいます。



畑はいつも、「畑まもるくん」が守っています。

定番化、習慣化することで……
認知症の方にも、

- わかりやすく、参加しやすくなります。
- 暮らしの中の楽しみごとになります。

毎回「お知らせ」する必要がありません。
周囲の理解が広がります。

農園は、誰でも参加できるコミュニティスペース

認知症の人達に「畑の先生」になってもらい、

「畑のイロハ」を教えてくださいます。

自分のペースで、できることを。



決められた役割を強いるのではなく、
農作業ができる人、できない人に関わらず
誰でも参加できるのが、
「アクション農園倶楽部」です。

参加者みんなで、作物を収穫するまでの
プロセスと充実感を楽しみます。

”農園”から支え合い、地域づくりに

参加者は認知症の人、高齢者、
地域の人たち、マンション住民、
研修医、看護学校の生徒、
介護者、介護スタッフ、行政職と様々です。



月に1回、湯沢認定こども園の**チビッコ達**が遊びに来てくれます。
そのチビッコを含めると参加者は50人くらいになります。
チビッコが来る日はいつも以上ににぎやかです。

医療・介護の専門家じゃなくてもできることはたくさんある！

人のつながりが広がって 色々な変化が自然発生！

思いがけない
力を発揮

元、土木作業
やってたんだ



(引きこもっていた人が)
自分で採ってみたいな



マンション住民とグループホーム入居者、
そして自宅で妻と2人暮らしの認知症の
人が自然と一緒に作業に励む



「お彼岸だからみんなでおはぎ食べようよ。」
地域の方から差し入れです。
地域の人と認知症の人と自然に。



畑へ「行きたい」
ヘルパーさんや施設職員と一緒に。

他の介護職場の職員
同士が畑でつながる。

傾聴ボランティアさんと認知症
の人が畑で、ゆったり、じっくり。

孤立しがちだった人たちが、畑で出会えてうれしい！ 自然と仲良く、元気に！

認知症の人は、すごい力を秘めている。 共に過ごす体験を通じ、たくさんの学び、支え合い、日頃のつながりへ。



物忘れはあるけれど、
できること、わかることも沢山！



知恵や技を伝授してもらえる。



畑に子供たちや若い親も。
ママは畑でリフレッシュ
子供を、認知症の人が見守る。



仕事の後は腹ごしらえ。



通りがかりの人も・・・
ちょっと一緒に。戸外ならではの
思わぬつながりは生まれる。



畑に来たい本人のために
ちょっと送迎を。

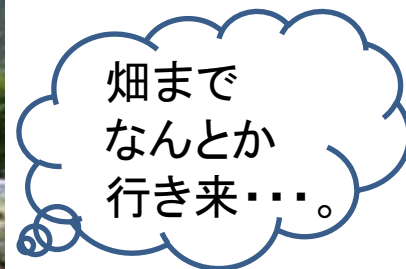
収穫の喜びを仲間とともに

収穫した作物を、その場(畑)で、
仲間と一緒に味わい、
自然の恵み、この地でのつながりを、
ともに感じることのできるひと時・・・。



トマト、すいか、ジャガイモ、
サツマイモ、サトイモ、枝豆、なす、
キュウリ、オクライチゴ、カボチャ、
ゴーヤ、メロン、トウモロコシ・・・
ひまわり、コスモス
(お花も植えてます)

地元みんなが協力して、
たくさんの「季節の味」。
お互いの元気を喜びあう。



畑を通じて、自然な見守りをつながりが広がってきた・・・。
その中で、気がかりなことも。



認知症の人たちに、これからも安心して町に出かけてほしい。
でも、この先が心配な人たちがいる。

外に出かけたまま行方不明になる心配のある人がいる。

- * 知られていない。見過ごされがち。
- * 一部の人たちだけで、心配・対応している・・・。
- * マンション住民のため、地域のために、
もう一歩、何かできないか・・・。

安心して出かけられ、いざという時も大丈夫な町にしたい！

湯沢町の行政も、行方不明を何とか防ぎたいと、動き始めようとしていた

認知症SOS探索訓練アクションミーティング（平成25年度から）

★メンバーの一人として、毎年、参加しています。

参加者

- 訓練対象地区の町内会長、民生委員、住民（介護者、地区組織
老人クラブ その他）
- ファミリー健康プラン推進員（27年度）
- ケアパスアクションミーティング参加者（26年度）
- 認知症キャラバンメイト
- 社協、特養、小規模多機能型・グループホーム、病院、
通所介護 町内全介護保険事業所から複数参加
- 認知症地域支援アクションミーティング参加者
- 警察署生活安全課
- 地元FM局
- 健康福祉部：認知症地域支援推進員、地域包括支援センター、
保健センター、福祉介護課
- 総務部総務管理課：防災、消防団担当

わが町には
こんなにも
色んな人たちが
行方不明を防ごうと
取組んでいる！

SOS探索訓練アクションミーティング(25年度から毎年実施)

- * 特別な訓練では、実際の場面で役立たない。
 - ⇒ **普段の生活**の中で起きている内容についてよく知り、
みんなで話し合っ、無理のない方法を実施してみよう!
- * 周囲が大騒ぎしすぎて認知症の本人が、怖がって隠れてしまっていたことがあるよ。
 - ⇒ 「本人だったらどうか・・・」、みんなが本人の立場になって
考え、動くことを大事にしよう。
- * 一部の人がだけでやっても、限界がある。
 - ⇒ 訓練をきっかけに、一人でも多くの人たちに伝えよう。
やさしい理解者、支え手を一人ずつでも増やしていこう!

一にも二にも、一緒に話し合いを重ねる：地元で暮らす人たち、行政、専門職と一緒に
★自分ごととして、話し合おう。



実際に想定して模擬訓練：毎年やってみながら、見直しと改良を地道に繰り返す



家族が躊躇しないで、通報できるように



一緒に探す：危険箇所を念入りに



本人役・家族役：当事者の思いを



町のお店、ホテル等に知らせて回る

自分も一緒に



反省会で、次の一歩を話し合う、見つけていく。



お疲れさま！農園の野菜を使った豚汁を、反省会で出す年もある。

今年度の模擬訓練&反省会より

2017年10月2日 ☂



時雨まじりの中、220名が参加。
「こんな寒い日に、これが本当だったら・・・」



参加者みんなで反省会

- ・感想、気づき、アイデアが続々と
- ・研修医や看護学生も一緒に

警察の人も一緒に



町長も一緒に

- * 地元で暮らしている人だからこそ知っている小道や(休めそうな)場所がある。
- * ふだんから、もっと町をよくみて、よく知っておきたい。
- * 行方不明発生時に一緒に動く仲間を、自分の周りに一人でも増やしたい。
- * 真剣に考えて、何とかしたい！と願っている人たちがこんなにいる。
このつながりや経験をふだんに活かしていきたい。
- * 「見つけること」を目的にしがちだが、見つけた後も、本人と家族の毎日は続く。
その時だけではなく、その後を支えていくことの大事さを考える機会になった。

マンションに住んでいる人たちも、模擬訓練に参加

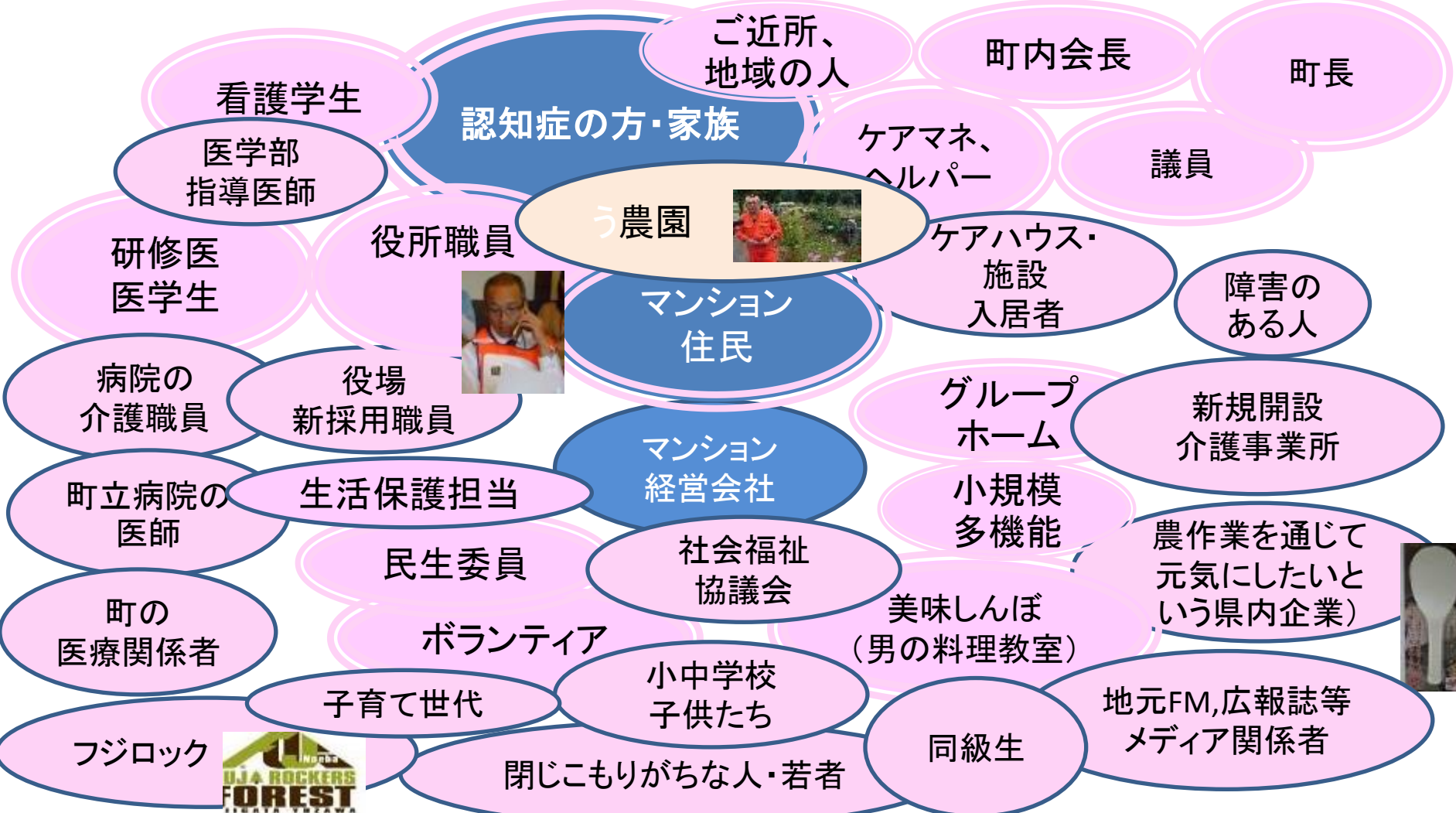


* マンションに住む一人、この町に暮らす一人として。

湯沢町の希望の地図

農園のつながり→立場や職種を越えた自然で楽しい、ふだんのつながり
 →いざという時に、声かけあい助け合う生きたつながり

- * マンション住民・会社も、町に自然と溶け込んで。
- * マンション住民・会社ならではのつながり・力を活かしながら





マンション(管理) : 町全体をみても、見えにくい暮らしの課題の縮図

日々、暮らしの現実と向き合いながら、だからこそ、つぶやいていきたい

「ちょっといっしょに、畑でも」



一人ひとりが、この町を舞台に、思いと力を伸びのびと。



- * 行政や医療・介護の専門家じゃなくても
(ないからこそ)できることはたくさんある。
- * ふだんからのつながりが、いざという時の力に。

この活動を次の世代につないでいきたい。
一緒に活動を行っていきたい住民・リーダー役の
人たちとつながり、一緒に色々な意見を出し合い
ながら、お互いが安心して元気に暮らせる町を、
これからも目ざしていきたい。

この町でこれからも一緒に。
自然に、楽しく、息長〜く。



ご清聴ありがとうございました。

