

認知症のある人の「ために」から 認知症のある人と「ともに」

橋本 千恵（ハシモト チエ）

京都市認知症介護指導者

◆倫理的配慮

実践報告に際し、報告の目的、内容を活動メンバーに説明し、取り組み内容の報告、写真の掲載について、口頭で同意を得た。

◆事例概要

京都市上京区で認知症とのかかわりから、誰もが暮らしやすいまちについて考える有志のグループ「チーム上京！」として2021年6月から活動している。主に活動しているメンバーは、認知症当事者男性AさんとAさんの妻、子ども支援団体、リハビリテーション専門職、介護予防、社会福祉協議会、地元新聞社の記者、認知症介護指導者。活動は不定期であるが、メンバーそれぞれが、自分たちの専門分野での得意を活かした活動アイデアを出し、楽しみながら活動しており、ほぼ月1回程度の活動が継続している。それぞれの活動の際に、メンバーのつながりからメンバー以外の関係機関、団体等からも協力を得ながら活動している。

◆取り組み内容

【背景】

京都市上京区在住の若年性認知症当事者の男性Aさん（70才）。認知症の発症により仕事を退職してからは、友人とのつきあいや、認知症カフェへの参加などで人とのつながりや外出の機会を継続してきたが、コロナ禍により、外出の機会が無くなり、自宅に閉じこもることが増え、人との交流の機会を失った。そのため、できていたことができなくなることが増え、家族の介護負担も増大している状態だった。その中でAさんは「もっと身近な地域の中で人とつながりたい」という思いを持たれていた。

【内容】

コロナ禍で遠方に外出したり、多人数が集まることが制限された中で、より身近な地域の中でのつながりが必要であった。Aさん自身が思いを語られたことから、Aさんが暮らす京都市上京区で、まちづくりに関わる活動をしているメンバーに声をかけ、Aさんとともに、Aさんの困りごとから、誰もが暮らしやすいまちについて考えるミーティングを開催。その中で、Aさんご夫婦より、自宅のガレージを地域の人たちに開放するアイデアが出され、ガレージを拠点に活動が広がった。

地域でコーヒーを提供する活動をしているシニア男性の団体にガレージを提供したり、子どもたちがゲームや読み聞かせなど屋外で少人数で交流できる場としても提供していただいている。

ガレージでの出会いから、顔見知りになった子どもたちのイベントにAさん夫婦が参加したり、公園での交流など、Aさん夫婦と地域住民との自然なつきあいが始まっている。

また、京都市内の他の認知症当事者が「サッカーをしたい」という思いを持たれていたことから、チーム上京！メンバーも協力し、公園でのスポーツ交流につながった。

Aさんは認知症以外に難病も併発し歩行に障害がでてきており、最寄のバス停まで歩くのに支障が出てきたことから、まちの中に座って休憩できるベンチを探すイベントを開催。参加者に車椅子の体験をしてもらうなど、楽しみながら誰もが暮らしやすいまちについて考える活動につながるなど、様々な活動がひろがっている。

【結果】

当事者を支援する活動ではなく、Aさんもメンバーの一員としてともに活動することで、当事者が支援される側ではなく、地域のために活動する主体となり、前向きに人とかかわる積極的な姿勢に変化している。また、介護を担う家族も、様々な人とのつながりの中で介護への負担感やAさんの疾病や状態のとらえ方が前向きに変化する様子がみられた。

コロナ禍で、人とのつながりや、交流の場を失っていたのは、認知症当事者だけでなく、当事者家族、子どもたちや地域住民も同じであり、当事者の自宅ガレージはコロナ禍であっても、地域住民が集う拠点となっている。

また、取り組みを行う中で、認知症当事者が地域住民や子どもたちと住民同士として出会い、体験を共有することで、お互いの理解が深まり、認知症に対する偏見や先入観を抱くことなく、人として当たり前の近所づきあいにつながっている。また、この活動をする中で、各々の地域で別々の活動していた人たちが出会い、新たな活動への広がりにつながっている。

【まとめ】

この活動を通じて、これまで、自分自身が認知症のある人を無意識のうちに、できない人、支援が必要な人と思い込んでいたことに気付くことが出来た。取り組みの中での A さんの言動や行動に驚かされることが多く、自分自身の中にあつた、認知症の疾病感や認知症のある人のとらえ方が大きく変化したと感じている。

今後も現在の活動を継続し、認知症のある人が地域の中で主体となって活躍できる環境を作ることで、認知症に対する先入観を取り除くことに繋げていきたいと考えている。他の認知症当事者のまわりにも、チーム上京！と同じような人のつながりができていくことを応援していきたい。この活動をする中で様々な関係機関、団体等とのつながりが広がっており、誰もが暮らしやすいまちにつながる、新たな活動にも期待したい。