

平成17年度老人保健健康増進等事業報告書
(介護保険制度の適正な実施及びサービス
の質の向上に寄与する調査研究事業)

「認知症でもだいじょうぶ」町づくりキャンペーン2005 報 告 書

2006年(平成18年)3月

認知症介護研究・研修センター(東京・大府・仙台)
住友生命保険相互会社

平成17年度老人保健健康増進等事業報告書
(介護保険制度の適正な実施及びサービス
の質の向上に寄与する調査研究事業)

「認知症でもだいじょうぶ」町づくりキャンペーン2005 報 告 書

2006年（平成18年）3月

認知症介護研究・研修センター（東京・大府・仙台）
住友生命保険相互会社

ごあいさつ

高齢者介護研究会の報告『2015年の高齢者介護』のなかでは、「認知症高齢者に対してどのようなケアを行っていくべきかが、高齢者介護の中心的な課題である」とされています。認知症のケアは「認知症の人とともに暮らしていく」、「その人がその人らしく過ごしていく」という考え方が大切です。

2004年度は「国際アルツハイマー病協会第20回国際会議・京都・2004」に向けた「『痴呆の人とともに暮らす町づくり』地域活動推進キャンペーン」を実施致しました。これには、全国から60ヶ所にも及ぶ認知症の人とその家族を支えている貴重な地域実践活動の報告が寄せられました。

これら全国の動きをさらに活発に進めるために、2005年度はキャンペーンの名称を「『認知症でもだいじょうぶ』町づくりキャンペーン2005」と変更して、「認知症を知る1年」の活動のなかで展開してまいりました。継続的な地域における活動を通して、日本全国で認知症の人にとってのバリアフリーを進め、認知症の人と一緒に暮らしていこうという輪はますます大きく広がっています。本年度のキャンペーンは昨年4月から募集を開始し、10月末に締め切りました。その結果、77ヶ所の報告をいただくことができました。

そして、11月17日の第1次選考会、12月1日の最終選考会を経て、4つの地域活動に対して奨励賞、3つの地域活動に対して特別賞が決定されました。

もとより、このキャンペーンは優劣を競うものではありません。受賞した活動、そして受賞しなかった活動も、いずれ劣らぬすばらしい地域活動でした。このような活動が全国に広がっていけば、「認知症を知り 地域をつくる10ヵ年」の構想で10年後の目標である「日本全国のあらゆる地域が認知症になっても安心して暮らせる町になっている」ということは十分に可能であろうと考えています。

ぜひ今後も、認知症の人とその家族を地域で支える活動をすすめてまいりましょう。

「認知症でもだいじょうぶ」町づくりキャンペーン2005

実行委員長 長谷川 和夫

報告書の刊行にあたって

『認知症でもだいじょうぶ』町づくりキャンペーン２００５』は、２００５年４月より全国で認知症の人とそのご家族を支える活動を展開している地域活動事例の募集を行い、厳正な審査を経て２００５年１２月に奨励賞と特別賞が決定されました。

そして２００６年２月に「第２回認知症になっても安心して暮らせる町づくり１００人会議、『認知症でもだいじょうぶ』町づくりキャンペーン２００５表彰式・地域活動報告会」の場において、奨励賞と特別賞の表彰式と奨励賞受賞者による地域活動の報告が行われました。

本キャンペーンは、２００５年度より厚生労働省と認知症にかかわる各団体による国民的なキャンペーンである「認知症を知る１年」の一環として行われたものです。

各活動報告の本報告書への収録にあたっては、活動している団体および個人の表現のスタイルを尊重し、原則として原稿に改変を加えることは行っていません。このため、表記に不統一の部分があります。

『認知症でもだいじょうぶ』町づくりキャンペーン２００５』は、厚生労働省補助金および住友生命保険相互会社のご支援をいただいて運営が行われました。あらためて感謝申し上げます。

本報告書が、全国各地で認知症の人とそのご家族を支える活動を続けておられる皆様のお役に立つように願っています。

２００６年３月

「認知症でもだいじょうぶ」町づくりキャンペーン２００５ 事務局

目 次

I. 「認知症でもだいじょうぶ」町づくりキャンペーン2005表彰式、地域活動報告会

1. 「認知症でもだいじょうぶ」町づくりキャンペーン2005の概要 2
2. 全国から寄せられた地域活動一覧 4
3. 表彰式 6

II. 奨励賞活動報告

1. 厚生労働大臣奨励賞 「『小山のおうち』の実践10年と『交流塾』の展開」 12
医療法人エスポアール出雲クリニック 重度認知症老人デイケア 小山のおうち(島根県出雲市)
2. 認知症介護研究・研修センター奨励賞
「若年・軽度認知症専用自立型デイサービス『もの忘れカフェ』からみえてきたもの」 25
医療法人藤本クリニック デイサービスセンター(滋賀県守山市)
3. 呆け老人をかかえる家族の会奨励賞
「介護家族の交流・研修と認知症の理解を地域に広めるための発信」 40
阿倍野介護家族の会・えがおの会(大阪市阿倍野区)
4. 住友生命保険相互会社奨励賞
「共生型グループホームながさかの実践 ～年齢や障害を越えて、誰もが地域で暮らし続けるために～」 57
社会福祉法人白石陽光園(宮城県白石市)

III. 特別賞ほか全国の地域活動報告

1. 特別賞
 - 1) 「SPSD(認知症模擬演技者)による支援プログラムづくり」 73
特定非営利活動法人アビリティクラブたすけあい(東京都世田谷区)
 - 2) 「発信『忘れても、しあわせ』の思い」 95
認知症本人・小菅マサ子&介護家族・小菅もと子&地域の人たち(愛知県豊明市)
 - 3) 「認知症こそマイケアプラン『あたまの整理箱』『マイライフプランの玉手箱』の作成」 118
全国マイケアプラン・ネットワーク(東京都府中市)
2. 全国の地域活動報告
 - 1) 全国地域活動一覧目次 125
 - 2) 各地域活動概要 128

IV. 資料編

1. 実施要領 197
2. キャンペーンチラシ 201
3. 選考基準 202
- 附:活動経過 204

I . 「認知症でもだいじょうぶ」町づくりキャンペーン2005

表彰式、地域活動報告会

(2006年2月4日 九段会館)

1. 「認知症でもだいじょうぶ」町づくりキャンペーン2005の概要

1) 目 的

認知症の人を地域で支える先進的活動の事例を広く全国から募集して選考の上、顕彰・発表します。それによって、認知症の人の本来の力を活かしてともに暮らす新しい町づくりの活動を全国ではぐくむことを目的とします。

2) 主催等

- ・ 主催 : 認知症介護研究・研修東京センター
 認知症介護研究・研修大府センター
 認知症介護研究・研修仙台センター
- ・ 共催 : 住友生命保険相互会社
 社団法人 呆け老人をかかえる家族の会

3) 実行委員会

- 委員長 長谷川和夫（認知症介護研究・研修東京センター長）
- 委 員 加藤 伸司（認知症介護研究・研修仙台センター研究・研修部長）
 古河 久人（住友生命保険相互会社調査広報部長）
 小長谷陽子（認知症介護研究・研修大府センター研究部長）
 杉山 孝博（社団法人呆け老人をかかえる家族の会副代表理事）
 永田久美子（認知症介護研究・研修東京センター主任研究主幹）

4) 選考経過

◇選考基準

- ①新しい認知症ケアと町づくりの実践状況
認知症の人と共に暮らす町をつくるための活動が展開されている。関係者が協働して取り組んでいて、今後将来的に発展が期待される。
- ②本人が町でいきいきと暮らす姿の実現
認知症の人が地域でいきいきと暮らしている姿の実現が示されている。
- ③理解を広げる取り組み
認知症の人と支援について理解を町に広げるユニークな取り組みがなされている。
- ④他の地域でも展開できる可能性
他の地域でも展開可能な内容や方法である。

◇第1次選考

11月17日の第1次選考は、認知症介護研究・研修東京センター永田久美子主任研究主幹、同大府センター小長谷陽子研究部長、同仙台センター加藤伸司研究・研修部長が担当しました。選考基準にもとづいて各奨励賞ごとに3点ずつ計12点の地域活動が第1次選考を通過しました。

◇最終選考

12月1日の選考委員会では、以下の4つの各奨励賞検討チームで最終選考が行われました。
(堀田力選考委員長、末次彬副委員長は全体を総括)

- ① 厚生労働大臣奨励賞〈町ぐるみ、地域活動、ネットワーク部門〉
(北 良治(部門主査)、梨元 勝、長谷川和夫)
- ② 認知症介護研究・研修センター奨励賞
(本人の力の発揮、多様な個別生活支援、セラピー部門)
(小宮英美(部門主査)、板山賢治、本間 昭、横山進一)
- ③ 呆け老人をかかえる家族の会奨励賞〈家族支援、家族の力の発揮部門〉
(長嶋紀一(部門主査)、高見国生、森岡茂夫)
- ④ 住友生命保険相互会社奨励賞〈権利擁護、新しい住まい方、世代間交流、共生部門〉
(中島紀恵子(部門主査)、柴山漠人、高村 浩、中山二基子)

その後、選考委員会全体会の場でそれぞれの奨励賞部門の選考結果および選考理由が、各部門主査から説明され、討議が行われた後、選考委員長の司会のもとで全員での確認が行われました。

特別賞の選考は、選考委員からの推薦候補が出され、同じく全体討議の上、確認されました。

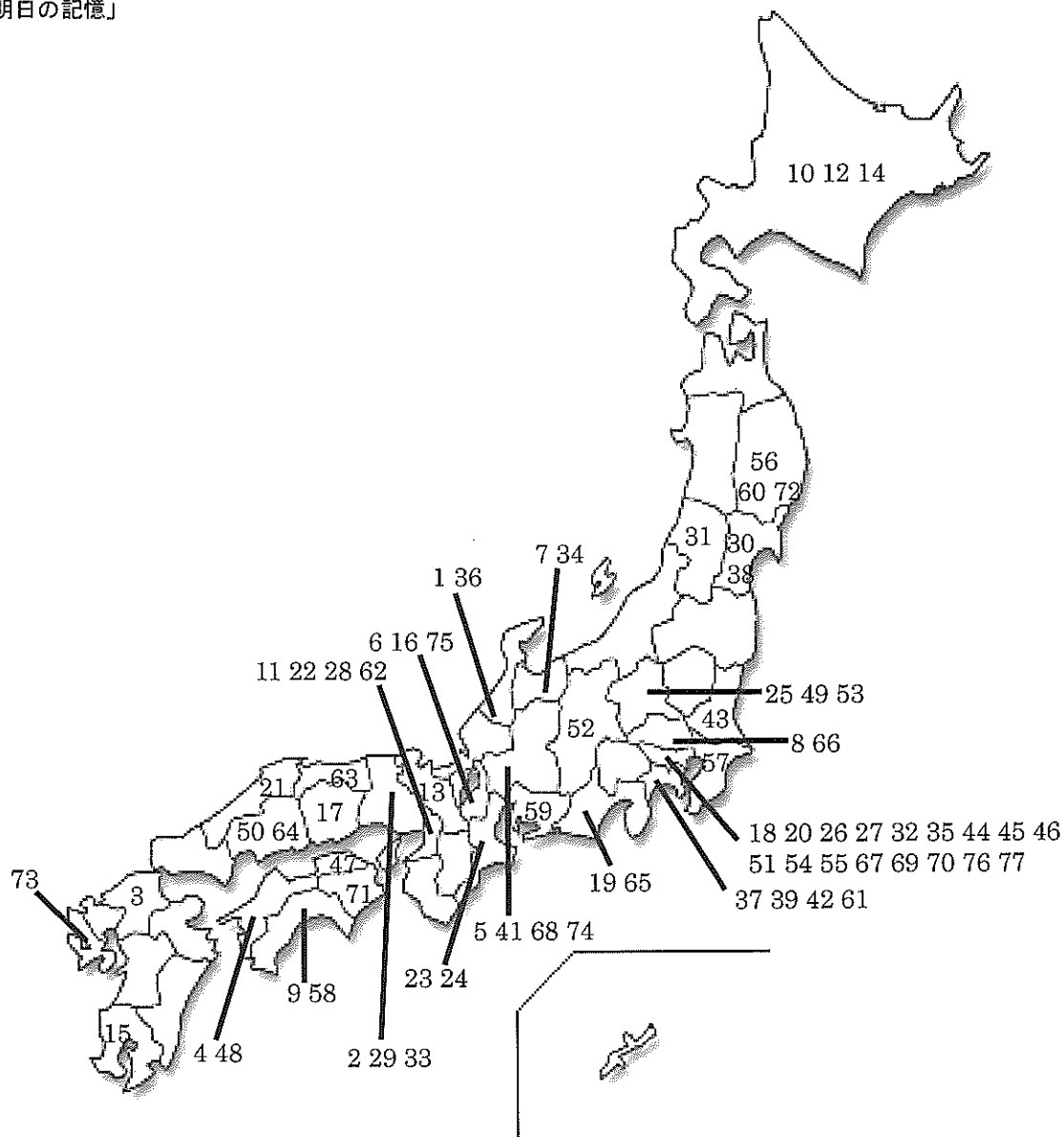
◇選考委員一覧

委員長	堀田 力	(財)さわやか福祉財団理事長・弁護士
副委員長	末次 彬	(社福)全国社会福祉協議会副会長
委員	板山 賢治	(社福)浴風会理事長
	北 良治	北海道 奈井江町長
	小宮 英美	日本放送協会解説委員
	柴山 漠人	認知症介護研究・研修大府センター長
	高見 国生	(社)呆け老人をかかえる家族の会代表理事
	高村 浩	弁護士
	長嶋 紀一	認知症介護研究・研修仙台センター長
	中島紀恵子	新潟県立看護大学学長
	中山二基子	弁護士
	梨元 勝	芸能レポーター・函館大学教授
	長谷川和夫	認知症介護研究・研修東京センター長
	本間 昭	東京都老人総合研究所精神医学部長
	森岡 茂夫	国際長寿センター理事長
	横山 進一	住友生命保険相互会社取締役社長

2. 全国から寄せられた地域活動一覧(受付順)

- 1) 支えあって生き生きづくり
- 2) 各種療法を通じてナチュラリゼーションを育む
- 3) ふれあいの家 長住
- 4) 有限会社 託老所あんき
- 5) グループホームささゆり「ふれあいの場」
- 6) 若年・軽度認知症専用自立型デイサービス「もの忘れカフェ」からみえてきたもの
- 7) 南砺市における認知症診療のネットワーク作り
- 8) 「オアシス」に集う介護者たち
- 9) 音楽の力で一つの輪
- 10) まごころ生き生きデイサービス
- 11) フィーリングアーツ
- 12) 地域に根ざしてなりたい自分になる花風下宿
- 13) 待賢学区認知症研修会
- 14) 「もの忘れ散歩のできるまちほんべつ」をめざして
- 15) 認知症の人の視点にたったまちづくりを学校教育の中で子どもと一緒に考える
- 16) 認知症サポーター100万人キャラバン一職域ごとの認知症サポーター講座一
- 17) 小規模多機能の可能性と井原ラーゴムの取り組み
- 18) 認知症こそマイケアプラン「あたまの整理箱」「マイライフプランの玉手箱」の作成
- 19) 一人一人の笑顔のために
- 20) 介護者同士の「ほっとできる場」づくり
- 21) 「小山のおうち」の実践10年と「交流塾」の展開
- 22) わくわく家族ツアーズの取り組み(バリアフリー旅行)
- 23) 徘徊から防犯パトロールへ～地域を犯罪から守る認知症のパトロール隊による安心の町づくり～
- 24) 認知症専用デイサービス「第二藍ちゃんの家」の実践
- 25) 認知症にやさしい地域づくりネットワーク形成事業
- 26) 東京都北区での戦略的認知症予防啓発活動について
- 27) 成年後見制度利用促進のためのビデオ製作とそれを使用した啓発事業
- 28) 介護家族の交流・研修と認知症の理解を地域に広めるための発信
- 29) 認知症になってもだいじょうぶ!いつまでもその人らしい暮らしを!
- 30) 地域の力による田尻町「元気ふれあい塾」
- 31) 在宅介護支援センター うらら
- 32) 認知症高齢者の社会性の形成
- 33) 認知症のあるひと暮らしの高齢者への危機介入を考える
- 34) デイケアハウスにぎやか
- 35) グループホーム入居者作品展示会(美術館にて)
- 36) 地域住民への認知症の知識普及とボランティアの育成活動
- 37) 横須賀市における成年後見制度(認知症高齢者)の取り組みについて
- 38) 共生型グループホームながさかの実践～年齢や障害を越えて、誰もが地域で暮らし続けるために～
- 39) 地域に根ざしたデイサービスひつじ雲を作り上げる過程で
- 41) 学び舎方式によるもの忘れ専門デイケアの取り組み
- 42) 認知症サポーター
- 43) 地域に向けての認知症への取り組みについて
- 44) グループホームひまわり アートセラピーの試み
- 45) 認知症の人による造形活動
- 46) 全国のガソリンスタンドによる地域貢献の取り組み
- 47) 暮らしたいところで、良いケアを受けつつ生きるために
—「ここで暮らしたい」と言っていただけをお願い—
- 48) 要介助三人と歩む
- 49) 何もない施設から
- 50) 若年期認知症の人と家族支援の取り組み
- 51) 純正律音楽の効果
- 52) 家族の会に支えられて一出あい・ふれあい・高めあい
- 53) 脱・上履き!特養の中で家庭生活の実現。日本人の生活を取り戻そう
- 54) NPO法人パオッコの活動
- 55) 「Journey into the Time」プログラム
—社会福祉法人 東京有隣会 第2有隣ホーム—

- 5 6) もの忘れ検診から始まる認知症にやさしい地域づくり
- 5 7) 「認知症でもだいじょうぶ!!」『デイホーム ちゃのま』での取り組み
- 5 8) 福寿の家
- 5 9) 発信! 「忘れても、しあわせ」の思い
- 6 0) 出会いとしてのグループホーム: 異界に開かれた窓
- 6 1) 昔の話をうかがい隊・回想法トレーナー養成講座の実践
- 6 2) ヘルパーステーション有明の里
- 6 3) 認知症になっても安心して暮らせるまちづくりを目指して
- 6 4) 社会とつながって
- 6 5) 認知症介護予防デイサービスを開設して
- 6 6) 認知症ケアのためのネットワーク形成事業
- 6 7) SPSSD (認知症模擬演技者) による支援プログラムづくり
- 6 8) 小地域ネットワーク活動を推進していく
- 6 9) グループホーム入居者によるファッションショー
- 7 0) その人らしい生活をめざして
- 7 1) ライフサポートセンター 桜
- 7 2) ボランティア劇団「気仙ボケー座」
- 7 3) 地域支援の輪・和—高齢者・認知症にやさしいまちづくり—
- 7 4) NPO法人 校舎のない学校
- 7 5) 参加型写真展の実践から回想法へ
- 7 6) 若返りリトミックの実践活動
- 7 7) 映画「明日の記憶」



3. 表彰式

1) 堀田力選考委員長挨拶

選考委員長として総括的な報告をさせていただきます。

本当に素晴らしい発表がこれから行われます。どれ1つとして同じものはありません。各地域で活動されている方々の熱い思いと知恵があふれております。町づくりキャンペーンは地域で認知症の方を支えていくというキャンペーンでありますけれども、そのやりかたは決まっているわけではありません。それぞれの地域で知恵を出し合ってやっていくしかないのです。みなさんが知恵をしぼられて、活動事例がたくさん集まっていくことによって、いろんな選択肢ができて活動が広がっていくのだと思います。活動の内容は地域それぞれでバリエーションを作っていっていただきたいと思います。

選考はたいへんでしたが、選考委員の先生方は深い議論を重ねてくださいました。

賞に選ばれなかった活動の中にも、素晴らしい活動がたくさんありました。できれば全部の活動を紹介したい、そういう思いを持っております。1つだけ申し上げますと、昨年の町づくりキャンペーンの「新しい住まい方部門」で受賞された三重県桑名市のウエルネスグループの多湖さんは今年も応募してくださいまして、認知症の人たちでグループを作って地域の防犯活動をしているという、認知症の人の能力を生かす素晴らしい活動を紹介してくださいました。このようにすばらしい内容の応募はたくさんありました。

今日は、奨励賞を受賞された活動の成果を報告していただいて、みんなでその内容を吸収したいと思います。



2) 赤松正雄厚生労働副大臣挨拶

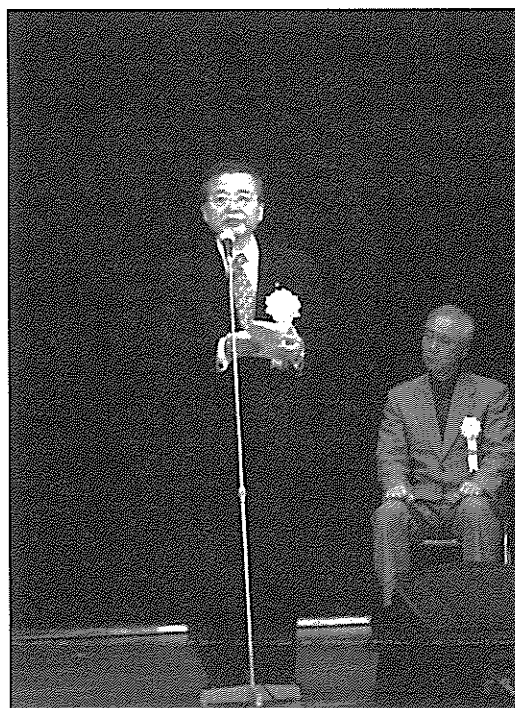
厚生労働副大臣の赤松正雄と申します。

認知症は誰でも起こりうる病気でありまして、これから20年間に倍増すると見込まれております。けれども、認知症になっても周囲の理解と地域の支えがあれば、認知症になっても自分らしい生活をおくることは十分可能です。このことから、厚生労働省では本年を「認知症を知る1年」という位置づけにいたしまして、国民の皆様は認知症についての正しい知識と理解を持っていただくとともに、認知症の方が尊厳をもって暮らしつづけることを支える地域作りをすすめております。

「認知症でもだいじょうぶ」町づくりキャンペーンは、このような取り組みの柱の1つでありまして、本日受賞された皆様方は認知症でもだいじょうぶな町づくりに先駆的に取り組んでおられる皆様です。

皆様方の日頃のご努力に対しまして心から感謝申し上げますとともに、先駆的な取り組みが全国に発信されて広がっていくことを強く期待しております。厚生労働省としましては引き続き認知症対策を総合的にしっかりと進めてまいります。

皆様方のご協力をお願いいたしまして、私からのご挨拶といたします。



3) 奨励賞、特別賞表彰式

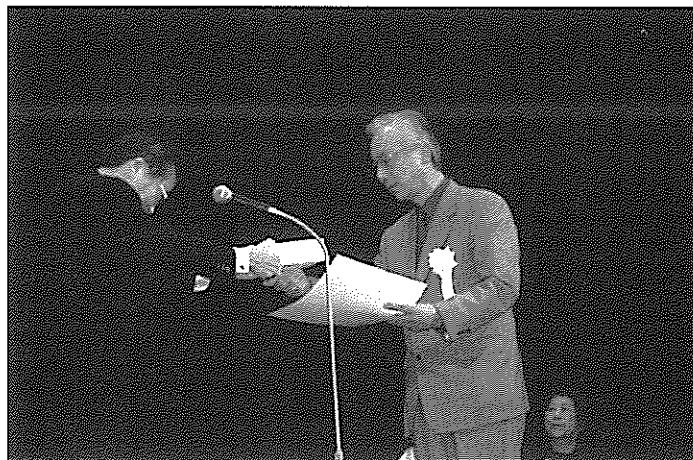
① 厚生労働大臣奨励賞

表彰: 赤松正雄 (厚生労働副大臣)

受賞: 「『小山のおうち』の実践10年と『交流塾』の展開」

医療法人エスポアール出雲クリニック 重度認知症老人デイケア 小山のおうち
(島根県出雲市)

施設長 高橋幸男



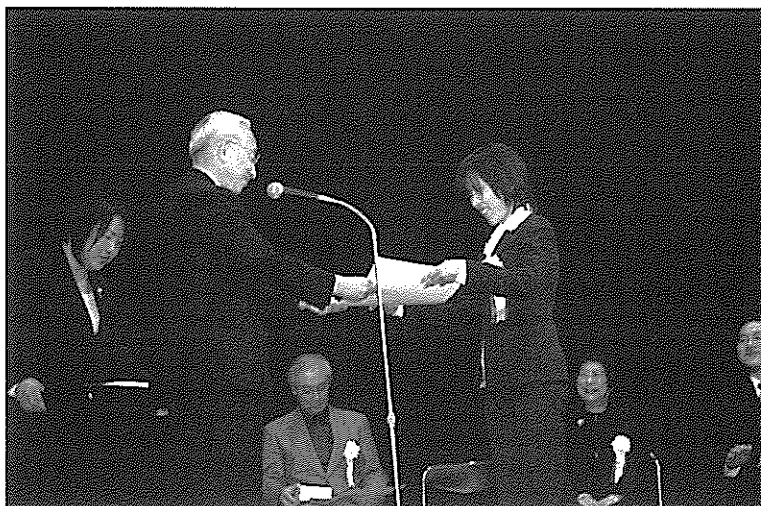
② 認知症介護研究・研修センター奨励賞

表彰: 長谷川和夫 (認知症介護研究・研修東京センター長)

受賞: 「若年・軽度認知症専用自立型デイサービス『もの忘れカフェ』からみえてきたもの」

医療法人藤本クリニック デイサービスセンター (滋賀県守山市)

デイサービスセンター所長 奥村典子



表彰式当日に行われた奨励賞の地域活動の発表は p. 12 以下で紹介しています

③ 呆け老人をかかえる家族の会奨励賞

表彰: 高見国生 (呆け老人をかかえる家族の会代表理事)

受賞: 「介護家族の交流・研修と認知症の理解を地域に広めるための発信」

阿倍野介護家族の会・えがおの会(大阪市阿倍野区)

代表 横尾禮子



④ 住友生命保険相互会社奨励賞

表彰: 横山進一 (住友生命保険相互会社取締役社長)

受賞: 「共生型グループホームながさかの実践～年齢や障害を越えて、誰もが地域で暮らし続けるために～」

社会福祉法人白石陽光園(宮城県白石市)

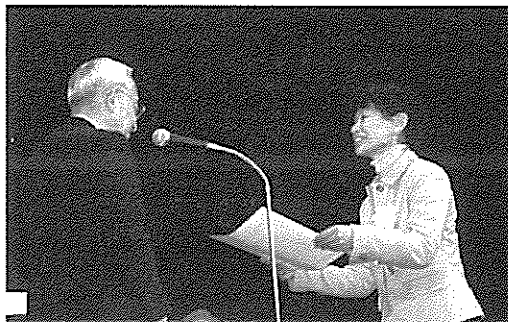
共生型グループホームながさか 管理者 八島浩



⑤特別賞表彰

表彰:長谷川和夫(「認知症でもだいじょうぶ」町づくりキャンペーン
2005」実行委員長)

受賞:「SPSD(認知症模擬演技者)による支援プログラムづくり」
特定非営利活動法人アビリティクラブたすけあい(東京都世田谷区)
理事長 香丸眞理子



受賞:「発信!『忘れても、しあわせ』の思い」
認知症本人・小菅マサ子&介護家族・小菅もと子&地域の人たち(愛知県豊明市)
小菅もと子



受賞:「認知症こそマイケアプラン『あたまの整理箱』『マイライフプランの玉手箱』の作成」
全国マイケアプラン・ネットワーク(東京都府中市)
代表 島村八重子



特別賞の地域活動は p. 73 以下で紹介しています

4) 長谷川和夫実行委員長 まとめの挨拶

本日は「認知症を知り 地域をつくる10ヵ年」の初年度としての「認知症を知る1年」の報告会とあわせて、「認知症でもだいじょうぶ」町づくりキャンペーン2005の表彰式・地域活動報告会が行われたわけですが、私はこの2つの事業が互いに影響しあって展開されていくことを期待しております。

「認知症を知る」というときの「知る」はまず知識でございますから、認知症を理解することが大事です。そのために5年間に認知症サポーターを100万人にするというプロジェクトが進行しております。

そして、もう1つの「認知症でもだいじょうぶ」町づくりキャンペーンでは、拠点を中心とした町づくり活動の非常に先駆的な発表が本日ございました。いま、拠点の「点」と申しましたが、町づくりということになってまいりますとこれが「面」になってまいります。点から面に認知症のサポートのプロジェクトが進行しているということであろうと思います。この面がどんどん広がっていけば、日本全体が認知症になっても安心して住める社会、文化を創ることになりまして、長寿社会のトップランナーである日本が世界のひとつのモデルとなるのではないかと考えております。

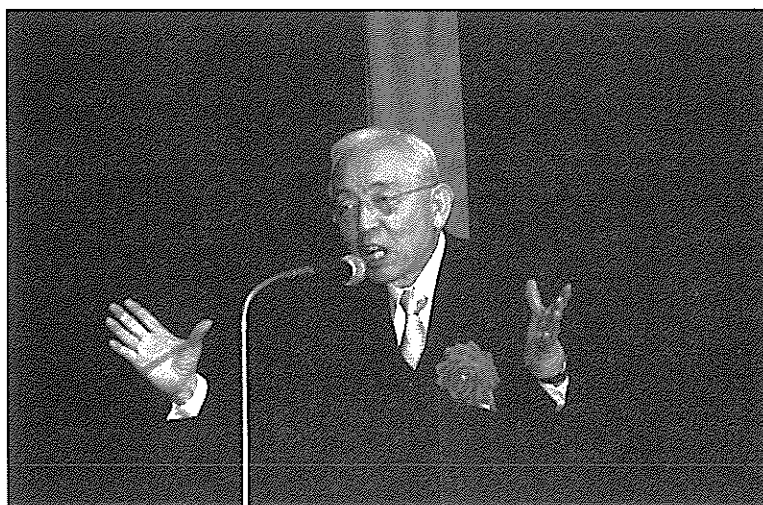
制度が変わったり、世情や私たち自身も変わっていきますが、古典というものを参照しながら初心に帰り、私たち自身を励ましていくことも大切なのではないかと思います。

古今東西の古典の中でベストセラーであります「新約聖書」のマルコ伝第4章にはこういう言葉があります。

「(からし種は) 土に蒔くときには、地上のどんな種よりも小さいが、蒔くと、成長してどんな野菜よりも大きくなり、葉の陰に空の鳥が巣を作れるほど大きな枝を張る」。

本日発表された方々はひとつひとつの種をまいてくださっているわけです。

それがやがて大きな実りを遂げて、認知症になっても安心して暮らせる社会が創られることを念願しております。



Ⅱ．奨励賞活動報告

1. 厚生労働大臣奨励賞

「『小山のおうち』の実践10年と『交流塾』の展開」
医療法人エスポアル出雲クリニック 重度認知症老人デイケア 小山のおうち
(島根県出雲市)
施設長 高橋幸男

(紹介)

私たちは認知症の人をケアする人の声を聞くことはよくありましたが、認知症になった人の声を聞くことは少なかったと思います。この活動では、1993年から重度認知症の人を対象とした小山のおうちを始めました。その後10年間にわたる実践を踏まえて2003年に、認知症の人はなぜつらいのか、どうしたら笑顔が出るのかをテーマとしてきました。

そして認知症の人の心を1人でも多くの人にわかってもらおうと、それまで学んできた財産を地域の人と共有するために「交流塾」をスタートさせました。認知症の人自身の思いを大切にしたい関係者の長年にわたる取り組みは、医療と福祉の分野、官と民の区別を超えた幅広い活動として展開されました。

この活動は、認知症の人とご家族を町ぐるみで支える貴重なモデルです。子供たちへの働きかけも準備されるという世代を超えた取り組みも高く評価されました。

選考委員 北 良治(北海道奈井江町長)

(文責：事務局)

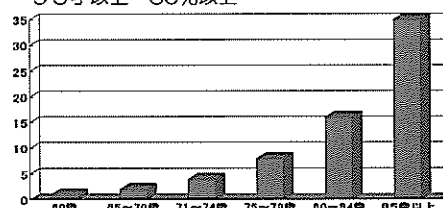
活動名称	「小山のおうち」の実践10年と「交流塾」の展開
応募者	高橋 幸男
連絡先	〒693-0051 島根県出雲市小山町 361-2

『小山のおうち』の実践10年と 『交流塾』の展開

医療法人エスボアール出雲クリニック 小山のおうち
高橋 幸男

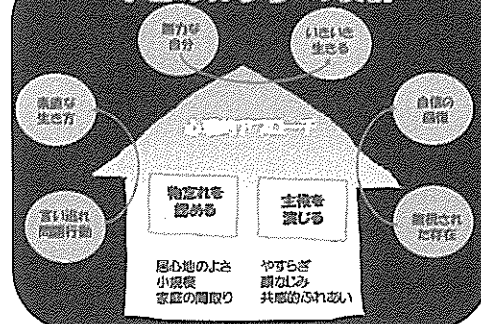
加齢と認知症の出現率

65才以上 7.5%
85才以上 20~25% (女性30%)
95才以上 50%以上

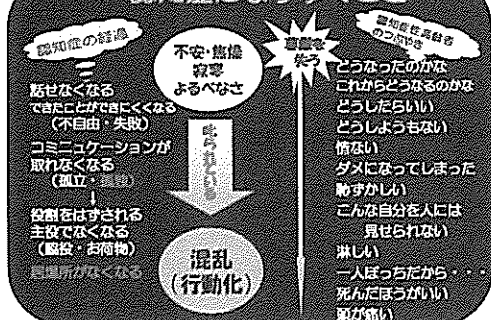


長いこと、
私は、小山のおうちを
運営してきました。10年が
経ちました。人はいくつ
も、いなくなる。でも、
みんな、それぞれに、
生きています。そして、
また、新しい人が、
入ってきます。それは、
小山のおうちの、
大切なことだと思います。
これからも、
みんなの、
笑顔のために、
頑張ります。

“小山のおうち”の役割



認知症になりゆくこと



1. 概 要

エスポアール出雲クリニックは、出雲市の住宅地に1991年4月に開設。2年後の93年3月、重度認知症のお年寄りを対象にしたデイケア「小山のおうち」(定員15人)が誕生した。「交流塾」は、「小山のおうち」で、デイケアを実践して10年たった2003年2月から始まった。

実践で認知症のお年寄りから学んだこと、それは認知症のつらさであったり、笑顔であったりするが、なぜ辛いのか、どうしたら笑顔が出るのか。認知症の人の本当の心を1人でも多くの人にわかってもらおう、私たちはそう考え、学んだ“財産”を地域の人達と共有すべき、と「交流塾」をスタートさせた。



「小山のおうち」では、認知症は恥ずかしい病気ではなく、長生きすればだれでもなりうるものとして、まず、物忘れを認め合っている。そして認知症の人たちは、周囲が思うよりはるかに自分や周囲のことを理解しているが、コミュニケーションの手段をなくした人たち、という認識のもと、思いを引き出し、言葉や行動で表現してもらうグループワークを行っている。認知症のお年寄りたちによって書かれた手記には、認知症になりゆく不安や辛さ、困惑が見てとれる。しかし、物忘れを認め合うことで次第に穏やかさになり、プログラムでの主役体験を通じて輝き始め、自信を取り戻していく。

会場は、クリニックに併設されたリハビリセンター「ゆう」。毎月1回午後7時から8時半まで。一般市民を対象にしたが、参加者は現・旧の介護者、介護・医療・行政等の職員、将来の参考にしたい人など様々。平均40人前後の参加者があり認知症への関心の大きさを証明した。

しかし、夜間は、実際に介護する家族らにとって家を空けにくい。一般市民に来てもらうといっても、次第に参加者は施設や行政職員など関係者中心になってしまう。そこで、2004年11月からはクリニックのスタッフが直接、地域のコミュニティーセンターに出向いて地域住民



と交流する「出前交流塾」に衣替えした。1箇所3回シリーズ。テーマは「認知症を患うとはどういうことか」、「認知症高齢者の心の世界」「小山のおうちの実践」(認知症のお年寄りの心とかかわり)、「認知症の予防など」。出雲市の保健師や民生委員、老人会の協力もあり、従来の「交流塾」にも増して住民、介護する家族とふれあえる。

出雲市のキャッチフレーズは「ぼけても笑顔で暮らせる街づくり」であり、私たちの活動目的と一致している。「出前交流塾」の要望は出雲市周辺自治体住民からもあり、再来年の初めまで会場は決まっている。将来は学校にも出かけて子供たちにもわかってもらおう、と考えている。認知症の人が笑顔で暮らせる街は誰もが暮らしやすい街のはずである。

2. 地域の紹介

エスポアール出雲クリニックがある出雲市小山町は、ＪＲ出雲駅から北約２キロ。出雲大社へも車で約１０分と近い。かつては田園地帯だったが、現在は新興住宅地。一戸建てから高層マンションが点在する。それでもクリニックに隣接する「小山のおうち」の前には畑があり、絶えず野菜が顔を見せ、クリニック北側の付属施設リハビリセンター「ゆう」の西側には田んぼが広がり、四季を感じさせてくれる。少なくなったとはいえ、冬の強風を防ぐため、民家の周囲に背の高い松の木を塀のように巡らす「築地松」は今ものどかさを感じさせている。

島根県東部に位置する出雲市は今年３月、周辺の平田市をはじめ１市４町と合併、人口はそれまでの約９万人から１５万人弱に増えた。うち６５歳以上の高齢化率は２３．９％。全国平均の１９．５％（平成１６年度）を大きく上回っている。ちなみに島根県の高齢化率は２６．８％（同）で全国１位である。

高齢者が多いだけに、認知症も当然多い。小山町がある中学校区（人口２３，４９３人、今年４月末）は高齢者数４，４７５人に対し介護保険での認知症認定者は８０２人で１７．９％。５～６人に１人のお年寄りが認知症である。市全体の認定率も同様。このため、出雲市の介護認定審査会には専門医が加わった認知症専門班（精神班）が２班あり、全国的に介護保険認定審査で見落とされがちと言われる認知症者を救済、認知症者の介護度は高い。

人口１５万人の小都市ながら医療機関は市民病院をはじめ県立中央病院、島根大医学部附属病院と公立の総合病院が３箇所、単科精神病院が公立１、民間１病院あり、人口１０万人あたりの医師数は６３２人（平成１４年、合併以前の旧出雲市時代）で、全国平均の約３倍と恵まれている（基幹の大病院があるためで島根県の中山間部、離島は医師不足が深刻）。

老人福祉・保健施設も当クリニックのある中学校区に特別養護老人ホームが２箇所あるのをはじめ合併後は特養８、老人保健施設３、デイサービスセンター１７を数える。

認知症高齢者を支えるにはこうした医療、福祉施設、行政がネットワークを強めることが不可欠で、出雲には精神保健福祉に関わる人たちが構成される「出雲の精神保健と精神障害者の福祉を支援する会」（通称・ふあっと）には、毎月１回、医療関係者のみならず、介護施設職員、行政関係者、弁護士、司法書士など３０人以上が当クリニックに集まり勉強会を開いている。ここに参加する人たちが「交流塾」を支えてくれてもいる。

3. 活動の内容

お年寄りから学んだ“財産”を市民と共有 2003年2月20日。第1回の「交流塾」が開かれた日だ。寒風の中、午後6時半を過ぎたころから当クリニックの駐車場は次々と埋められていった。家族の介護を続けている主婦、行政や介護施設の職員、学生らしき若者も混じっている。

「どれだけ来てくれるか」というスタッフの心配は杞憂に終わり、100人を越える参加者が集まった。

「小山のおうちができて10年。認知症にまつわる沢山のことをお年寄りから学びました。それらを宝物と思い、世間の皆様と共有しようと、これまで、機会あるごとに情報発信してきました。でも、私たちには何となく“花火”のような感じが抜けきれませんでした。勿論、それはそれで大きな意味がありましたが、もっと地道に継続してやるべきことがあると思っていました。認知症問題のすべてを決して難しい言葉でなく、決して悲観的（悲劇的）なことでもなく、皆さんと話し合い、共有していきたいと思います」。クリニックの院長、高橋幸男はこう挨拶し、「認知症のお年寄りを知ること」と題して、認知症をどうとらえるかについて話題提供した。

「交流塾」は原則として月1回、午後7時から1時間半。主に高橋やスタッフが話題提供し、そのあと、質疑、意見交換に移る。

物忘れを認め合おう 高橋は、物忘れは年をとるに従ってだれもが経験するもの、認知症も65歳を過ぎると10数人に1人、85歳を越えれば4人～5人に1人、95歳以上になれば半数以上になる、決して恥ずかしい病気ではないことを強調し、小山のおうちでは、利用者もスタッフも、物忘れを認め合うことから出発していることなどを話した。

第1回の参加者は半数近くが仕事として介護に携わっている人（47%）、次いで自分の将来のために参考にしたい人（25%）、次に家族を介護している人（8%）。家庭での介護者が少ないとはいえ、夜の出にくい時間帯に足を運んだのは、それだけ認知症の介護に悩み、対応策を模索している人たちとも言えた。

質疑、意見交換に移ると次々に声が上がった。「介護する自分が変わらないと相手も変わらない」「相手がどう思っているのか、ご本人と向き合うことで相互の理解が生まれる」「本人が安心して過ごせる居場所の確保で本人の気持ちが変わってくる」。「安楽な痴呆生活を送りたいので、そのイメージづくりをこの会でしたい」「地域での支え合いへの取り組みはどうしたらいいか」「介護される側にたつての介護はなかなかできない」。

認知症の人は「わかっている」 第2回のテーマは「痴呆のお年寄りの心」。このテーマは初回で会場から出た要望でもあり、私たちが認知症のお年寄りから学んだことである。医師をはじめスタッフは、最初は「痴呆老人はわからない」と思っていた。しかし、お年寄りに寄り添い、一緒にすごしていく中で、お年寄りが発するつぶやきから、お年寄りは私たちが思っている以上にわかっている、物忘れをしていく自分が辛く悩んでいることを知った。小山のおうち



では、お年寄りがなじんできたころ、思っていることを手記として綴ってもらっている。スラスラと書くわけではなく、スタッフとやりとりしながらである。「心」を知ってもらうために、認知症のお年寄りの手記を紹介した。

つらさを吐露するお年寄りの手記

タイトル:「長生きしても良い」 「最近、物忘れをするようになった。物忘れは悪いことです。なさない事です。物忘れは人に迷惑かけることはない。だけどいやです。思うように言われなから。思うことを言われぬのは悪いことです。早く死にたいです。それほど物忘れはつらいです。物忘れはどうすることもできない。どうすることもできない自分は早く死にたいと思います。物忘れする以前は思うことができた。畑仕事、そのほか何でもできた。何かしたくても、やる気があっても何をして良いかわからない。することを言ってもらったらまだやれる。することがあればまだまだ長生きしてもよい」

言いたくても言葉が出てこない辛さ、役割を外され、生きる張りを失っていく苦悩がにじみ出ている手記である。「お年寄りの手記を聞いて涙が出た。病院では時間がなく、ゆっくりと関わりが持てない」と参加した病院OT（作業療法士）は意見交換の場で述べた。

認知症になりゆく過程を知ろう 3回目から5回目まで「痴呆のお年寄りの心とかかわり」がテーマ。認知症を理解するには認知症になりゆく過程を知ることが大切。認知症になるということは、まず言葉が出てこず、話せなくなる。自分の気持ちを表現しにくくなり、他人とのコミュニケーションがうまく取れなくなるのである。今までできたことができにくくなる。認知症になりゆく不安・緊張が募る中で、対人関係が持たなくなって、次第に孤立し孤独になる。一方では、ボケないようにという思いから、周囲はお年寄りに対して言い間違いなどを指摘するようになるが、そういう指摘が続くと、お年寄りは“叱られている”とか“怒られている”と受け止めるようになる。次第に居場所をなくしていく中で、不安・緊張がさらに強まり、混乱しやすくなる。妄想や徘徊、暴力などの行動障害の多くは、そうした周囲との葛藤・軋轢の結果である。かかわり方としては、小山のおうちの実際を通して説明。まず、物忘れをしてもいいんだ、ということをも本人と共有すること。そして主役を外れたお年寄りに再び主役を演じてもらい、輝いてもらう時間をつくること。そうした上で自信が戻り、生き生きとしてくる。会場からは「何事も否定せず肯定していくことが大切。8年間の介護体験で気付いたことは“忍耐・寛容・努力”」という声があがった。

介護経験者もアドバイス 私たちがお年寄りから学んだことを発信していく一方で、会場からも、貴重な意見が発せられていく。10年間、在宅介護している男性は「いろいろ手伝わせた。笑わせた。介護する中で“笑う姿”は大事である」と話した。別の家族は「介護する者の気持ちがイライラしている時は、お年寄りからみると叱られている、怒られている気がするようだ。なんとかいつも優しい気持ちでつきあいたいと思うが難しい」と話した。「物がなくなると疑われるのはいつも嫁である。なぜ多くの家族がいるのに嫁が“盗人”扱いされるのか」という質問に対しては、かつて長年介護した経験のある人が「一番身近で大事な人だから思い浮かんでしまうのではないかな。自分の身の証など考える必要はない。思い浮かべて良かったと考えるべき」と答え、

質問者は深く頷かれた。

市民との“財産”の共有は私たちの財産の共有だけでなく、参加者の財産を私たちも共有する。交流塾は文字通り財産の“交流”の場になって行った。

家族も話題提供者 クリニック側からばかりでなく老人保健施設の職員や混合型デイサービスの職員が入所者の事例を通して排泄などについて話題提供。介護保険のテーマ（15～17回）では出雲市の福祉推進課の職員、小山のおうちの通所者Iさん（当時91歳、女性）のお嫁さんも9回目に実際の介護の中でIさんが、どう変わって行ったか話した。

Iさんは79歳まで毎日日記を書き、82歳ごろまで料理もつくり、お金の管理もしていたが85歳ごろから幻聴、物盗られ妄想、せん妄などの症状が出始めた。それまではお嫁さんを「いいお母ちゃん」と言っていたが、嫁・姑関係は次第に悪化。嫁は姑の心が見えなくなっていたが、小山のおうちに通い始めてIさんの顔元が柔らかくなった。介護の中で一番心を使ったことはIさんの仕事を作ること。「何かすることないか」と尋ねてくると洗濯物のたたみや草取り、家の中でできる豆の分類などをお願いした。お嫁さんは「自分の威圧的な態度がIさんを不安がらせるのではないかと、穏やかな気持ちで付き合っていこうと思った」と振り返った。

Iさんは88歳の時、「孫にほめられて」と題して次の文章を綴った。

「おばば 小山に行くようになっておせ（おとな）になったね。色々見たり聞いたりしておからね。自分の悪いこともわかったわ、今頃は。お山のおうちに来ようになって新しい自分を見つけた。家にいるころはおさえられていたが、ここにくるようになって野にはなされたような気がする。ここは叱られることがなく気楽にすごすことができました。これからの人生楽しみに待っています」。生き生きとした毎日を過ごしているIさんの表情が浮かぶ内容だ。



映画やビデオも活用 交流塾に変化を持たす意味もあって、6回目には米国レイジアナを舞台に初老を迎えた米国人の夫とアルツハイマーになった日本人妻の夫婦愛を描いた映画「ユキエ」（松井久子監督）をビデオ上映。10、12、13回目には40代でアルツハイマー症にかかったオーストラリア人、クリスティーン・ブライデンさんが、認知症になりゆく自分の姿、心の世界を語ったテレビ番組のビデオを観た。夫のポールさんはケアパートナー。一方的にケアするのではなく、日常生活の中で負担になることを取り去り、残存能力を引き出し一緒に人生を旅する人。ケアのあるべき姿を学んだ。

地域に向く“出前交流塾” 交流塾が21回を終えたところで私たちは一区切りをつけた。地域の皆さんに情報を発信し、共に考えていくことはエンドレスのテーマだが、交流塾にもっと広がりを持たせるにはどうすべきか。当初から参加者は一般市民より仕事で介護に携わっている人が中心。認知症に関心があっても一般の人は夜間はやはり出にくい。ましてや認知症を身内に抱え介護している人は…。それならばクリニックに来てもらうのではなく、スタッフが地域に向かい行こう。こうして2004年11月から地域のコミュニティーセンターに出かける「出前

交流塾」がスタートした。

出前交流塾は毎月1回で1地域3回。時間帯はそれまでと同じ午後7時から1時間半だが、8時からという地域もある。毎回のテーマは「認知症を患うとはどういうことか」「認知症高齢者の心の世界」「小山のおうちの実践（認知症の人とのかかわり）」、最近是一般市民が関心の深い認知症の予防を加えている。出前交流塾はもちろん地域の協力なしではできない。自治会、老人会、民生委員などの協力を得て回覧板などでPRしてもらう。

参加者は住民中心 会場の参加者は専門職の人が多かった「交流塾」に比べ地域住民が中心だ。現実に親を介護している人、かつて介護していた人、これから介護（する、される）が必要になってくる人。質疑でも「どうしたらよいか」という質問が多い。それに対する答えの多くは「できるだけ指摘しないで」「温かい会話を」「お年寄りを団欒の場に」だ。励ましのつもりでも「しっかりして」という言葉に認知症老人は追いつめられていく。小山のおうちの実践から学んだことはほとんどのテーマで報告してきたが、出前交流塾では、より具体的に視覚に訴えるためスライドを使っている。前述したことだが、小山のおうちは物忘れを認め合うことから出発する。

スライド使って小山のおうちの実践報告 今年9月、出雲市南部の稗原地区の交流塾。話題提供役のスタッフは、スライドを使いながら小山のおうちの1日の流れを説明した。利用者が集まり朝の会が始まる。リーダーのスタッフが「今日は何月何日ですかね」と聞く。「忘れたわ」「わからん」という答えが多い。スタッフはそのお年寄りと一緒にメンバー手作りの特製カレンダーを見ながら、その日を確認する。カレンダーに書かれたヒントなどを見て、その日が何日かわかると皆で拍手をする。答えたお年寄りに笑顔がある。このような毎日の積み重ねで「忘れた」と気軽に言える雰囲気が自然に出来上がる。お年寄りから「物忘れが上手になりました」という言葉が自然に出るようになる。

主役体験 小山のおうちで大切にしていることの一つに主役体験がある。一家の長だった方や家族の中心にいた方が認知症になり、蚊屋の外に置かれることが多い。小山のおうちで主役を体験してもらうことで自信を取り戻してもらう。

この日もいくつかの主役体験の具体例がスライドで紹介された。

6月のある日、「雨降り」の歌を歌った。歌に合わせスタッフが蛇の目傘を出してきた。それを見たAさんは「昔、それでヤクザ踊りをしたもんだ」と言われた。それを聞いたスタッフがリーダーに伝える。リーダーは「踊っていただきましょうか」と急遽、プログラムはAさんの踊りに。普段はあまり人前に立たないAさんだが、「大利根月夜」のCDに合わせ、さらに「安来節」と昔とった杵柄で踊られた。拍手喝采。Aさんは得意な踊りを皆の前で披露したことで食事の時も昔話をし、すがすがしい表情だった。





田植えのシーズン。「子供のころよく手伝いをした」というメンバーの話からティッシュペーパーを苗代わりに田植えの“実演”。「私は隣村から手伝いに来てくれ、といわれるほど上手だった」と言うメンバーも。主役体験をするとお年寄りには必ず笑顔が戻る。

このほか、小山のおうちで認知症の人との関りで大切にしていることは「不安のある人に寄り添う」「一人一人の人生を尊重する」「なじみのある場所・物・人を大切にする」など。認知症のお年寄りにとって居心地の良い場所であるためだ。

ニュースレター 私たちは毎回、交流塾の内容をニュースレターとして、参加者や全国の支援者らに発信している。タイトルは「交流塾」。その日のテーマのエッセンス、会場とのやりとり、アンケートの内容。パソコンを使い、写真やイラスト、図などレイアウトを工夫し、A3の用紙で読みやすくしている。ニュースレターもこの11月で33号。スタッフが編集するが、一枚一枚、封筒に入れてくれるのは、小山のおうちのお年寄りたちだ。

ぼけても笑顔で暮らせる街へ 交流塾で高橋は「昔はボケても年をとればなるもんだ、と皆思っていた。そうした考えの中では徘徊など行動障害や精神障害は少ない。ボケても困る事が少ない。かつて勤務した隠岐島では外来にボケの人はほとんど来なかった」とよく話す。都市化、核家族化によって認知症への周囲の余裕がなくなってきた。出雲市のスローガンは「ぼけても笑顔で暮らせる街づくり」。小山のおうちのお年寄りに見られる笑顔が広がれば…私たちはそれを願い、地域の人たちと交流塾を続けていく。

4. 活動の成果

認知症になっても良い、と言えるために 今年9月、出雲市南部の稗原地区で開いた出前交流塾の冒頭、話題提供者は100人の参加者に向かって質問した。

「認知症になりたくない人は手を挙げて下さい」。参加者は全員が手を挙げた。

「それでは自分は認知症にならない自信がある人は？」だれも手を挙げず、会場からどっと笑いが渦巻いた。

二つの質問に対する答は今の日本人のだれもが思っていることだろう。認知症になりたくない理由は認知症のイメージが「何もわからなくなる」であり、その延長上に徘徊や妄想、暴力など問題行動を起こし、家族に迷惑をかける恥ずかしい病であり、なってはならない病気と感じているからではないか。長生きしてもそんな悲惨で情けない自分には決してなりたくない、とほとんどの人は思っているのだろう。認知症恐怖症といっても過言ではない現実がある。しかし、もし、認知症になっても、穏やかで笑顔があつたら、輝く時があるならば、居心地がよい生活を送れるとしたら答は変わってくるのではないか。先の質問の答とは逆に「認知症になっても良い」という答が返ってくるのではないか。認知症のデイケア「小山のおうち」の実践を10年続け、交流塾を始めたのは、やや極端に言えば「認知症になっても良い」という答を増やすためであり、認知症になっても笑顔で暮らせる地域に一步でも近づくためである。

手ごたえ感じた「小山」の10年 「小山のおうち」の10年間の実践で私たちは認知症のお年寄りからいろいろ学んできた。「何もわからない」と決め付けているが、わからないのではなく、実際は私たちが思っている以上にわかっている。確かに物忘れはひどくなり5分前のことも覚えていない人も多いが、お年寄りは物忘れがひどくなり、かつてはできたことを段々できなくなっていることを知っていて、それで悩んでいる。悲惨だと思っている。葛藤している。本人が悲惨だと思うのは周囲が認知症になった自分を否定するからではないのか。認知症の人は何もわからず、何もできない人、そう思って接しているからではないのか。認知症の人の内面を知って接し、かかわっていくならば、お年寄りの心は開き、笑顔が戻り、輝く。私たちは確信めいた手ごたえを「小山の10年間」で感じていた。



33回延べ1300人が参加 2003年2月から始めた交流塾は2005年10月まで33回を数えた。22回目の2004年11月からは地域に出向く出前交流塾、これもちょうど1年になった。毎回の参加者は20人前後の時もあれば100人を越える時もある。平均40人ぐらいだろうか。1回40人として延べ1300人を超す。「参考になるから」と毎回のように参加する施設関係者もいる。毎月休まずに続けてこれたのは、「役に立つなら」と時に話題提供者を引き受けてくれた行政や施設の職員、アドバイザーとして体験を語ってくれた「小山のおうち」の家族、「場」を提供してくれるコミュニティーセンターや、PRしてくれている老人会や民生委員の人たち…。これらの人たちは、これまで私たちが築いてきたネットワークの人たちでもあるが、

交流塾を今後、広げていく意味で財産がまた一つ増えたと思っている。それでも一番の支えというならば、私たちの話を聞いてくれる人がいたということだろうか。

「父が…母が…」生きた話は新たな“財産” 交流塾を終えて「今日は良かったね」とスタッフが話すのは、会場に来てくれた地域の皆さんとの意見交流、質疑応答が活発だったときである。

交流塾は私たちの一方的な話だけでは成り立たない。住民の方からの声、反応があって初めて“交流塾”になる。それだけに身内に認知症のお年寄りがいる人の話には一般参加者は真剣に耳を傾ける。そして、私たちにとっても新しい情報、財産になっていく。そうした意味では33回の交流塾を通じて私たちは新たな財産を積み重ねていっている、といていいだろう。

まだまだ、村社会の名残があり、自分の意見、感想を積極的に言うことに慣れていない地域社会で、発言は勇気のいることだ。介護真っ只中の人々が、自分の介護について話すのは、それが悩みであればあるほど勇気がいることだろう。

「母が…」「父が…」と自分の家族についての発言が目立って多くなったのは「出前交流塾」として地域のコミュニティーセンターに出向いて行った昨年11月からである。

クリニックがある四路地区での交流塾で「ボケても笑顔で暮らせる街」のテーマで医師が話題提供すると、高年の主婦が「義母が深夜に起きてお茶をわかすなどおかしい行動をとるようになった。叱らないようにと言われ、方針を変えて優しくしたら義母に好かれるようになった」と語った。実際に今、介護をしているだけに言葉は現実そのものであり重みがある。ケースは千差万別。その次の回には別の主婦が「母親が痴呆で妹夫婦が世話しているが自分も通院やデイサービスの送迎など娘としてできることをしている。母に対し怒ってはいけないと思いながらも、ついつい小言を言っている自分がいる。仕事だとできるが家族だから逆にできない部分もある」と悩みを打ち明けた。また、母が認知症の祖母を長年介護していた、という女性は「嫁姑の関係をひきずりながらの介護でもあったため母は常に強いストレスを抱えていた。ストレスが爆発すると私をぶったり姑と無理心中、自殺をしようと思ったこともある。母は鎮静剤が常に必要だった」と修羅場だった過去を語り「その母が老いを迎え“今なら（姑の気持ち）がわかるわ」という」と最近の状況を話した。別の会場では「母が認知症でデイサービスには行くが、ショートステイが難しい。一晩はなんとか過ごしたが翌日、食事もせず“殺せ！”と大騒ぎになった。泊まりは本人が承知してからでないと無理か」といった、まさに介護真っ只中の悩みの訴えがあった。

男性からの声も 参加者は女性が多いが、男性からも声があがる。「妻の物忘れが多くなり、病院に行こう、と言っても聞いてくれません」という嘆き。自分はボケの自覚はないが、病院の検査で兆候があると言われ、医師にも酒を止められた男性は「酒は2合から1合に減らしたが妻にも先立たれ団地で1人暮らし。やはり寂しい。話し相手が少ない。どうしたらいいか」と切々と悩みを訴える。徘徊寸前まで認知症が進んだ父親を介護していた男性は「ある夜、会社から緊急呼び出しがあったが、私が出ると父1人。“助けて！”と叫びたかった。こうしたときに援助してくれるシステムはないのか」と話した。

広がるネットワーク 昨年10月までは参加者が施設の職員など仕事として介護にたずさわっている人が中心だっただけに、仕事を通じて、どう接し、関わっているか、あるいは関わってい

たら良いかというような質問、意見が多かった。それに対し、クリニックの医師、介護スタッフが答えるだけでなく、他の施設の職員がアドバイスしたりする。介護保険をテーマにした時はケアマネジャーの参加が多く、行政担当者の話題提供に対し「介護度によって上限がある今の在宅介護サービスでは重度の方は限界がある。在宅でヘルパー、ショートステイを使つての自立支援を勧めても、介護者は徘徊、排泄への不安があり、なかなか聞き入れてもらえない」など介護保険制度へ現場から問題点を指摘した。「出前」を含め、交流塾の大きな特徴は現場、現実を踏まえての発言、議論が多いことだ。専門職の参加が多かった交流塾時代、施設でも特養、老健、グループホーム、デイサービスなど参加者の立場は様々で、そこにケアマネジャーが加わり、行政も市役所、保健所の職員が参加する。私たちだけでなく彼らにとっても情報交換の場になり、ネットワークを広げる場にもなっていく。

小山の家族も援軍に これらの専門職の方たちは交流塾を進める中で、“援軍”にもなったが、それにも増して強い援軍だったのは介護経験豊かな「小山のおうち」に通うお年寄りの家族である。93歳の義母を介護するIさん、97歳の義父を世話するUさん、88歳の義母を介護するYさん…。皆、最初はどのようにいいかわからず苦しみ悩んだ人たちだ。Iさんらは時々、会場に顔を見せてくれ、会場の方の悩みにアドバイスをしてくれる。3人のアドバイスはこんなふうである。

Iさん 小山のおうちに通所するようになって6年。今ではできることも最初ではできなかった。おばあさんが何度もする同じ話を聞くのも嫌だった。おばあさんが小山のおうちに行くようになって自分も勉強した。「相手をたてる」「仲間に入れる」「話を聞く」。そんなことが少しずつできるようになった。そうすることで実は自分が成長できたように思う。笑顔を忘れないこと、自分を落ち着かせること、素直に謝れること。もちろんたまには険しい顔になる。すると祖母も険しい顔になるからわかる。そしたら「ああ、いけんな」と思い「ごめんね、おばあさん」と謝る。ただ、すぐにできたわけではない。

Yさん 周りの人から「大変だね」とか言われるが、最近はそれだけでもないな、と思うようになった。介護認定審査で「言葉が伝わらないね」と言われたが、毎日見ていると大体伝わってくると思っている。それに、おばあさんは、どうしたいだろうかと考える。例えば、ご飯食べる時でも「そのまま、すぐご飯より味噌汁でも吸っての方がいいんじゃないの」と家族から助言があった。「ああそうだな、私たちもそうしてるな」と思った。相手の立場に自分を置き換えることで、感じながら介護している。そうすると介護はなんだか大変でなくなるというか、気持ちの方は楽になっているように思う。

Uさん 最初は“ぼけた”と受け入れることができなかった。きちんと向き合っていなかった。途中でお祖父さんに向き合うことによって気づくことが多くなった。最初は逃げていたんだと思う。でも、家庭にいと、実際、いろいろすることがあったり、付き合いもある。体調が悪いときもある。自分に無理がない所で向き合うことができるように、小山のおうちだったり、施設を使いながらやっている。

3人からは私たちも学ぶことが多いが、交流塾でこうした話は貴重である。3人が介護するお

年寄りが穏やかであることはいうまでもないことだが、介護で悩んでいる人、これから介護する人にとって、心に刻まれる体験談ではないだろうか。交流塾に参加して、私たちの、あるいは介護体験者の話を聞いた人たちが1人でも多く財産を共有していただけたら、Yさんの言うように介護が大変というよりも「気持ちの方は楽になっていく」のではないか。そして介護者の気持ちが楽になるとお年寄りの表情も変わってくるのではないか。

心強い若者の参加 交流塾は紆余曲折、試行錯誤の連続であるが、最近は若い人の姿も会場に目立つようになってきた。初期のころいつも参加していた高校生は、1年を振り返って「祖母のアルツハイマーをきっかけに交流塾に参加して大変良かったです。本を読んだり、自分で調べたりするようになり、知識も大分広まりました。しかし、まだ、わからないことが多いので4月から大学でもっと沢山のことを学びたいと思います」と書いてくれた。若い人が認知症に関心をもってくれるのはうれしいことだ。

11月から市域外へ広がる 11月は市域を越えて斐川町で出前交流塾が開かれる。最初は地区に塾の開催をお願いに行っていたが、最近はクチコミで知ったのか「是非、ウチの地区で」と声がかかり、開催スケジュールは再来年の春まで決まっている。交流塾が、最初は点であっても、それが線になり、面に広がれば、それだけ認知症のお年寄りの笑顔が増える。「ぼけても笑顔で暮らせる街づくり」「認知症でも大丈夫な街づくり」。それは私たちにとってエンドレスのテーマである。

賞 罰

「小山のおうち」の活動に対して

2000年 第96回日本精神神経学会で「精神医療奨励賞」を受賞

2005年 平成17年度日本認知症ケア学会・読売認知症ケア賞「奨励賞」を受賞

2. 認知症介護研究・研修センター奨励賞

「若年・軽度認知症専用自立型デイサービス『もの忘れカフェ』からみてきたもの」
医療法人藤本クリニック デイサービスセンター（滋賀県守山市）

デイサービスセンター所長 奥村典子

（紹 介）

この15年あるいは20年で認知症ケアは大きく変わりました。認知症の人は何もわからないという誤解と偏見をどう乗り越えていくのかという過程であったように思います。私自身も認知症をテーマにして十数年間活動してきましたが、当初は認知症の方に画面に出ていただくのにはその画面を真っ黒に塗りつぶさなければならないような状況でした。それが今ではまったく変わって、みなさんが堂々と発言されるようになりました。

認知症の方ご本人がどうしたいのか、ということにずっとこだわってこられたのがここにご紹介する活動です。滋賀県守山市の駅前のビルに藤本クリニックがありまして、その1室に若年・軽度認知症の方が集まって活動されています。ここの特徴は、職員の押し着せで「今日はこれをやります」というのではなく、ご本人たちに当日やることを決めてもらうということです。プログラムを決めてしまうということは、そのとおりできない人にとっては、かえって落ち込んでしまう原因となります。デイサービスセンターに来て落ち込んでしまうのではしょうがないわけです。

大切にされていることは、ご本人たちがプログラムを考えるということで、たとえばテーブルクロスを買いに行くということでも、みんなで協力してなさっているということです。また、以前、会計の仕事をしていた方は帳簿をつけるとか、大工仕事が得意な方はそれをするとかみんなで分担されています。

選考にあたっては、認知症の方が病気と向き合って受け入れながら認知症になっても自分の人生を具体的に生きていくことを支援するというのが認知症のケアのあり方の基本であるということが高く評価されました。認知症の方といえば、集団処遇では無気力に突っ伏しているという印象を持っておられる方も多いと思います。しかし、とにかく主体的に生きてもらうことが重要で、人は介護を受けるために生きているのではなく生きるために介護を受けているわけです。そう考えますと、このデイサービスではその人が豊かに生きる時間そのものを提供することによって認知症の進行を抑制することにもなっていると思います。本人の主体的な生き方を支えるという取り組みとして、今後のモデルになるものと思います。

選考委員 小宮英美（日本放送協会解説委員）

（文責：事務局）

活動名称	若年・軽度認知症専用自立型デイサービス「もの忘れカフェ」からみてきたもの
応募者	奥村 典子
連絡先	〒524-0037 滋賀県守山市梅田町2番1-303 藤本クリニック

若年・軽度認知症専用自立型デイサービス 「もの忘れカフェ」からみてきたもの

医療法人 藤本クリニックデイサービスセンター(滋賀県)

奥村典子・佐治千恵子・高橋祐二・奥田靖子・伏木久代・野口洋子・村上勝俊
上田暢・遠藤淑子・江崎崇子・桑島幸代・田中俊・川島千枝・竹内みゆき・藤本直規

写真の提示についてはすべてご了承をいただいています

藤本クリニックデイサービスセンター概要

《開院当時のデイサービス》
スタッフが用意したプログラム
緊張した表情、できないが目立つ
↓
固定的なプログラムをなくす取り組みスタート
参加者のその日の様子を見て、することを決める
(平成12年5月～)

↓
いやなことはしなくていい
よく笑い、それぞれが自分らしく過ごし始めた

《取り組み後の特徴》
集団の規律、雰囲気など異なる2ユニット
固定的なプログラムがなく、個別性重視

要支援～要介護5 若年者～高齢者まで
登録者数は100名前後(月平均)

参加者の方が登壇しています。(ユニット1)



自分たちのやりたいことをやります。
麻雀大会の真剣勝負です。(ユニット2)



「もの忘れカフェ」を始めるきっかけとなった かたがと「もの忘れカフェ」

「病気だと思えます。試練ですね」

「本当の気持ちを話せるところがない。同じ悩みを持っている人はいますか？」

「仕事がだめならボランティアをやりたい」

「役割が欲しい。人の役に立ちたい」

「家族に申し訳ない。迷惑ばかりかけられない。何かをしたい」

「もの忘れカフェ」の約束事

《活動内容の決め方》

- ・ 活動内容は当日参加者の皆さんが話し合って決める
- ・ 活動内容が決まれば、活動達成のために必要な役割や準備、時間配分や手順などを決める
- ・ 参加者同士で協力していくつかのことに同時に取り組む

《活動内容の記録の仕方》

- ・ 必ず書いて残す一ホワイトボードと横造紙の両方を使い分ける
- ・ 1日の活動を個人ノートにも記入する
- ・ 写真、ビデオなどを多く残す
- ・ 買い物がある時は金銭管理はしてもらい、簡単な出納簿をつける

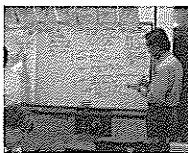
《スタッフの関わり方》

- ・ 手がかりときっかけ作りに徹する
- ・ どんなことでも、極力参加者に任せる
- ・ 関わりの引き際を見極め、境界線はスタッフが引く
- ・ 自主的な活動を邪魔しない



書くこと・買い物と出納簿

横造紙に書いたことを自分のノートに写します



買い物の様子



出納簿



参加者が決めた具体的な活動内容

- ・ 制作活動
手芸・木工活動・調理活動など
 - ・ 知的活動
 - ・ 身体活動
運動・外出・畑作業など
- 活動項目数100種類以上



棚の製作



お菓子作り



参加者が決めた具体的な活動内容

【社会参加】

- 新潟中越地震への義援金集めバザー
- 清掃活動 駅周辺
- 空き缶拾い
- 講演会へ出席
- 自分たちの病氣について確かめ
- 古切手回収
- 市内作品展出品
- 市の観光案内所での問い合わせ
- 外出先等の情報収集のための照会
- 取材・見学者の受け入れ、対応
- 挨拶文とお礼状の準備から発送まで
- 年末大掃除・迎春準備(クリニック全体)
- 部屋の模様替え
- 1、2ユニットとの交流など他

・誰かのお役に立ち、自分たちができることは何なのか？と話し合いました。

・クリニック全体で古切手の回収にも取り組んでいます。



参加者が決めた具体的な活動内容

【話し合い】

《テーマ 病氣について》

- ・アルツハイマーについて
- ・治療方法はあるのか
- ・病氣を知りたい
- ・もの忘れをなくすための工夫
- ・日頃から気をつけることは何か
- ・病氣をもう、あきらめたか？

《テーマ カフェに求めること》

- ・自分たちがここに来ている意味
- ・何を求めてここに来ているのか
- ・スタッフに求めること

《テーマ 振り返りとこれからのこと》

- ・一年間を振り返って
- ・新年を過ぎて
- ・新年度からやりたいこと
- ・これから先のこと
- ・これからやりたいこと
- ・これだけは言いたいこと 他

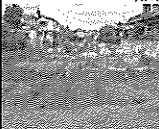
前向きに自分たちの病氣について話します。

「病氣になったことはあきらめるけれど、病氣になってからのことはあきらめない」

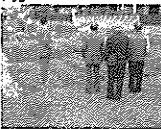


エピソード 畑

畑の下見



うね作り



植え付け



畑での昼食



エピソード 小旅行

駅までの様子



昼食

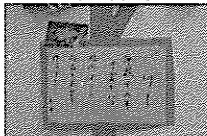


観光風景



エピソード 新潟県中越地震義援金バザー

バザーのポスター



バザーの様子



義援金箱



バザーの当日は家族交流会。物品の提供から、準備まで、ご家族も一緒に取り組んで下さいました。義援金は、75,142円でした。

エピソード 清掃活動

カフェからの呼びかけで他のユニットからも参加します。



最後はゴミの分別まで責任を持って行います。





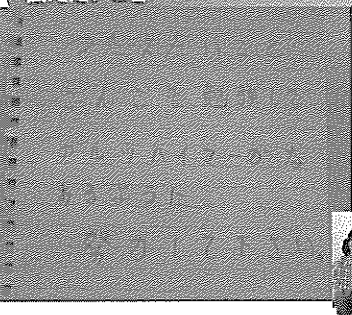
エピソード ユニット間交流

腕を組んで琵琶湖就航の歌をうたいます。
手を組み、肩を組み仲間だと実感します。




年齢も病気の程度も関係ありません。一緒にうたいます。
病気でつながる仲間なのです。

伝えたいこと




もの忘れカフェの2年目の活動

書くことは絶対忘れません



模造紙の整理



買い物風景 出納簿もつけています



古切手の整理



もの忘れカフェの2年目の活動

定期的に取り組む清掃活動。他のユニットからも大勢参加します




種々の役に立ちたい。ぞうきんと折り鶴を老人ホームへ届けに行きました




伝えたいこと 仲間と共に

秋の小旅行 大原三千院



クリスマスプレゼントを配りました



ここに仲間はいる そのことだけは誰かや
仲間こそ励まされる
一人じゃないと言ってくれるから



1. 概 要

1999年4月に開設されたもの忘れクリニックには、開設後5年間に1806名のもの忘れ患者さんが受診しました。同時に、認知症専用デイサービスも開設し、当初は決められたプログラムにそって行われていましたが、徐々に患者さんの意思や自己決定を重視するため、固定的なプログラムは廃止し、当日に意見を聞きながら内容を決めるようにしました。その結果、地元のデイサービスに参加できない若年・軽度認知症の方の参加も増えました。

以上のような体制でしたが、最近、受診直前まで仕事をしていた若年認知症の方の受診が多くなると共に、診断直後からの介護サービスの利用を拒否する方が増えてきました。そこで、外来受診時、その方への個別面談を繰り返し、ニーズを聞き取ることにしました。その結果、1) 同じ立場でがんばろうとする仲間に出会える場所がほしい、2) 1日の過ごし方を自らが選択し、計画、実施したい、3) 自主的な活動を通じて社会参加し、可能性を自らが開きたい、などの要望がありました。そこで、昨年10月より、若年・軽度認知症専用自立型デイサービス「もの忘れカフェ」をスタートしました。開始時は、室内の備品、装飾など必要物品の予算計画の作成と購入、出納簿の記入などを参加者間で分担し、1日の記録を残すことからスタートしました。その後は、参加者間の話し合いで活動が選択されました。活動内容は、作業やレクリエーションなどのほか、作品展への応募、災害義援金のためのバザー、町内の清掃など、社会活動的なものが好んで行われました。

開始後10ヶ月目に行った面接では、全員が「忘れても平気。病気だからと胸はって言える」「病気になったことで仲間に出えた」など、病気を受容し、乗り越えようという意思を表明し、「やりたいことがやれる」「自分たちで決めるから達成感がある」「スタッフに導いてほしい時もある」など、自主的な活動を評価すると共に、必要時の援助を求める発言がありました。また、若年認知症患者さんに対して、集団の年齢構成について質問したところ、「同世代が話はあるが、同じ行動ができるなら（高齢者も）いい」「一人ならいやだけど、仲間と一緒になら（高齢者集団へも）入れる」など、同世代集団の良さを認めつつ、仲間と一緒になら高齢者集団への参加もできると意見は一致しました。

決められたプログラムに縛られず、その人自身がやりたいことをやり遂げることができる、もの忘れと向き合い共に闘う仲間がいつもそばにいる、社会の一員として今できることで社会貢献をするなど、もの忘れカフェに参加した若年・軽度認知症患者さんが実現してきたことは、年齢や認知症の重症度に関係なくすべての認知症患者さんに必要なケアのあり方を教えてくれているように思います。そしてさらに、この活動そのものが認知症を知り、理解してもらえる一番簡単で最もわかりやすい啓発活動なのだと強く感じています。

2. 地域の紹介

滋賀県守山市は、琵琶湖と野洲川の恵みを受けた豊かな自然、ゲンジボタルが舞う美しい水環境、そんな緑豊かな環境のなかで「のどかな田園都市」を標榜し、都市と自然が調和した暮らしやすいまちとして発展しています。最近では駅前に高層マンションやスーパーが増え、新興住宅も立ち並び、人口も7万人を超えました。朝、夕には通勤、通学の人々でにぎわい、昼間もJR利用者が行き交う、JR守山駅西口に隣接するマンションビルの2階と3階に藤本クリニックがあります。

4階より上階は居住マンションとなっており、1階から3階までは商業スペースで喫茶店や美容院などのテナントが軒を連ねています。その3階部分に外来診療スペースとデイサービスの1つめのユニットがあります。隣は会計事務所、お向かいハローワークや企業の事務所という環境の中で、ひときわにぎやかな歌声や笑い声が聞こえています。

2階部分には、遠方から来院されるご家族のための待合室、滋賀県から指定を受け、認知症の患者家族支援事業を行っている「もの忘れサポートセンター・しが」、そしてデイサービスの2つめのユニットと3つめのユニットである通称「もの忘れカフェ」が、喫茶店や学習塾などと共に位置しています。

守山市内には、2つの特別養護老人ホーム、1つの老人保健施設、10数カ所のデイサービス、デイケア事業所などがあり、藤本クリニックもその中の1事業所として運営をしています。

3. 活動の内容

(1) 認知症専用デイサービスの内容の変遷

7年前もの忘れクリニックと同時に開設された認知症専用デイサービスの当初のプログラムは、集団での体操の後、テーマを決めグループ分けをして回想法1時間、午後からは作業中心のプログラムで、小物作成や集団でゲームなどをしていました。ところが、現スタッフの中心メンバーが運営を任されてからは、“できるできない” がはっきりと表れたり、“やりたくないことをやらなければいけない” という雰囲気であったり、“緊張した表情” が多かったりと、スタッフが用意したプログラムという“型” にあてはめてしまっているのではないかと考え、徐々に固定的なプログラムをなくしていきました。

朝のひとときの雑談が終わった頃に「おはようございます」と一声かけ、体操というよりは、背伸びをしたり、足踏みしたり、何となく話しながら体を動かした後、盛り上がるままにそのまま話していると、参加者さんそれぞれが微妙に動き出してきました。本当に自らが「したい！」と言われるまで待ち、スタッフから“○○しよう” とは持ちかけないようにすると、自然に自分がやりたいこと、できること、自信があることなどが参加者の口からポツポツと出てくるようになってきました。昼食後、話をする人、ゲームをする人、歌う人、身体を動かす人、物づくりをする人など、それぞれが過ごすことを決めていく、そして、“苦手” や“やりたくない” と思うことから、自分の意志で避けるようになってきました。そして、「○○しなければならない」ということが取り払われた参加者は、ドキドキしている顔が消え、よく笑うようになったのです。

(2) 何故「もの忘れカフェ」を始めたか？

外来受診患者に軽度・若年認知症患者が多くなったため、個別面談を繰り返したところ、「病気だと思います。試練ですね」「本当の気持ちを話せるところがない。同じ悩みを持っている人はいますか？」「(社会参加を) あきらめない。あきらめていたらここまでこない。」「仕事だめならボランティアをやりたい」「役割を持ちたい。人の役に立ちたい。」「考え方ややり方を忘れてきたが、それでも自分で(何かを) やりたい。」など、多くの患者が病気を受け入れながらも、仲間作り、就労や社会参加への希望、自主的な活動への要望を口にしていました。そこで、プログラムの自由度が高く、参加者の意向にできるだけ沿うようにして行っていたデイサービスでしたが、さらに自主性を高め、社会参加を目的としたデイサービス「もの忘れカフェ」を始めることにしました。

スタート時の参加者との約束事は、活動内容の決め方として、①活動内容は当日参加者の皆さんが話し合っで決める②活動内容が決まれば、活動達成のために必要な役割や準備、時間配分や手順などを決める③参加者同士で協力していくつかのことに同時に取り組むとしました。

次に活動内容の記録の仕方として、①必ず書いて残す→ホワイトボードと模造紙の両方を使い分ける②1日の活動を個人ノートにも記入する。写真、ビデオなどを多く残す③買い物がある時は金銭管理はしてもらい、簡単な出納簿をつけるとしました。

最後にスタッフの関わり方として、①手がかりときっかけ作りに徹する②どんなことでも、極力参加者に任せる③関わりの引き際を見極め、境界線はスタッフが引く④自主的な活動を邪魔し

ないと決め、取り組みがスタートしました。

(表1 面談について)
もの忘れカフェを始めるきっかけとなった
外来面談での聴き取り

【聴き取り時期】

2004年1月から

【聴き取り対象】

個人面接実施中の外来患者 31名
(介護サービスを利用していなかった軽度認知症患者)

何をすればいいのかわからないが、何かをやりたい	22人
仲間が欲しい	21人
症状に対する苦しさ、悔しさ	20人
自分を責める気持ちと家族に対しての申し訳なさ	20人
病気について受け入れようとする気持ち	19人

この1年間に起こったいくつかのエピソードを、参加者の人たちの気持ちとスタッフの感想もいれて振り返ってみました。

【エピソード1】

みんなで永源寺へ遠出をする。外食をするつもりでいたが、昼食はみんなでコンビニ弁当をそれぞれが購入する。自分たちは遊んでいるのに贅沢はできないという。観光中は顔が見える範囲で自由行動している。それぞれ離れていてもしっかりと戻ってくる。みんなで来ているという自覚は誰もが持っている。集合写真は大好きである。スタッフがひとまとめにしようと思わなくてもいい。広く自由に動ける関わりは、この人たちにしてみれば「信頼されているからがんばって迷子にならないでおこう。」ということなのだろう。主体的に動いてもらうには、スタッフ側も参加者を信頼することなどが大切である。この人たちどこかへ行ってしまうかも？と思って「引率」をするとただ歩いているだけになる。引率者に私たちがなるかならないかで、この人たちの楽しみ方が違う。お金の使い方にも知恵をしばっている。節約あるのみ。ただ遊んでいるわけにはいかない。生活をしているのだからお金のことを考えるのも当然である。病気だから・・・、たまにしか外出できないから・・・だからお金を使ってもいい？なんていうのも私たち側の発想。この人たちは普通の日常生活を送っているのだ。

【エピソード2】

参加者の人たちが新潟中越地震の被災者に対する義援金集めをしたいという。そのためのバザーに向けての準備をする。「チラシがいる。」「アピールしなくてはいけない。」など多くの意見が出て、協議している。意見の食い違いもあるがいつの間にかなんとなくまとまる。喧嘩はない。目的に向かって皆が協力する。書いてとどめておけば忘れないということだけが、ここでのルールのようなのだ。模造紙や自分のノートに書く。書いたことで覚えた気持ちにもなるらしい。その気持ちを感じることで自信になる。ひとつの目標ができると、皆が一斉に取り組むのは何故だろう？誰かがやるから自分も・・・と思うのか？負けたくないのか？おいて行かれないのか？みんなと一緒にが一番いい。話の食い違いはあっても気にならない。自分がすべきことがはっきりする

方が動きやすいようだ。忘れてしまうからこそ、目標を明らかにすることで取り組める。その取り組みの過程で分からないことが出たとしても、自分でがんばって乗り切る力はある。私たちはすぐその部分に手を出そうとするが、少しは「がんばって」もらってもいい。見極めは大事だが、がんばりを応援する、可能性を開く待ち時間を持つ、そのことが大切である。

【エピソード3】

七草がゆを作るという。まず、調べる。何で七草なのか？わからないので図書館へ行く。七草のゆわれと、どんな草なのかを見てみたいという。図書館で調べ出すことはとても苦労した。あまりにも多い本の中から目的の本を探し出すのは一苦労。何を調べに来たのかが、探している中でわからなくなる。手に握っているメモを見る。「七草について調べる」という文字を読んではもう一度本棚へ目をやる。その繰り返しだ。やっと見つけ出したけれど、本当に疲れた。「頭使ったよ・・・」の感想に私も納得。一方、買い物に行く人たちもいた。グループの中でも手わけをすることは多い。自分の選択でどちらかに参加する。やりたいことをやればいい。買い物で材料だけを買うのだと思ったら、どうしても土鍋で作らなければいけないと言い出す。室内は規則で火気厳禁だからと言うのだが……。ごまかしはきかない。「だめ」「大丈夫」の押し問答。結局、負けた。「連帯責任を負うから。怒られたらみんなであやまろう」土鍋までも買って来た。材料を切り、グツグツ……。おいしかった。図書グループも調べ上げ、みんなに説明。納得しながら食べた七草で今年も一年間元気ですように。

【エピソード4】

所長が認知症の講演会で話すと言うと皆がついて来ると言う。理由は、病気のことをしっかりと伝えてほしいから。「何もできない訳じゃない。誰でも病気になる可能性はある。人ごとじゃない。悪いことをしたからなるのではない。病気になってめそめそしていると思われるのはいや。病気になったって何とかやれるんや。」などをしっかりと伝えてくれているかどうかを確認するというのだ。電車で片道30分ほどの町へ行く。終了後、所長はみんなから「よしっ」と褒められほっとした。

ある時、公の場で一緒に話そうかと若年患者さんの一人に聞いてみた。答えは、「伝えたいことはある。でも自分で言わなくちゃ伝わらないとは思っていない。それに、僕の気持ちを分かってくれているのは自分ら（スタッフ）やろ？わかっているのなら、正確に伝えるべき。その伝え方が僕の気持ちとズレがあるのなら、まだまだ、わかってもらえてないということになるなあ・・・」と、笑って言い返してきた。反論すると「仕事でしょうが」と。「とにかく、伝える役割は自分らにあるんや。専門家でしょうが・・・それでお金もらってるんやろ？」とまた笑う。僕らのことをみているのなら、そして、気持ちをわかってくれているのなら、その姿を間違いなく伝えることができるだろうということか？いずれ、自分で自分のことを語れなくなることを知っているからこそ、今のうちから、心を読んでほしい、100パーセント気持ちをくめるようなスタッフになって欲しい。そうすることで今の自分、そして将来の自分も支えてほしい・・・と言っているように思えた。

【エピソード5】

他のユニットからもらったお菓子のお礼にと合唱を披露しに行く。仲間意識がどんどん強くなる。指揮者もあり、本当にいい歌だった。各ユニットとの関係が深まる。カフェの人は他のユニットの人もすべて仲間だと思っている。高齢の方や重症度の高い方を見ると自分達の行く先をみるようでつらいことでもあるのに、とてもやさしい。さりげなく手助けをする。車いすを押す。わからないことも一緒に待ち、やり遂げることができる。つらさをわかりあえているからだろう。決して、いやな顔をする人はいない。他のユニットの人も逆にカフェの部屋をのぞいては、コーヒーを飲んだり、おしゃべりをして行く。クリニックへ来て、過ごせる場所を選んでいるということはずばらしい。入り交じってたばこをすっている姿はいい。名前はわからなくても互いのことを何となくおぼえている。話が合わなくても、笑顔で話している。そこに言葉はないのだけれど笑顔で、目で、視線で、気持ちで、会話をしている。

そんな時間に、スタッフが言葉を挟むと・・・感情の会話が途切れてしまう。「私たちはいけないんだよ。私たちの言葉が邪魔をしているんだよ・・・そのことに早く、気がつくよう」スタッフたちは自問自答する。心の会話。気持ちの会話。本当にそういうものがあるのだと思う。

各ユニットがそれぞれの居場所になる。その部屋から出ることが社会の一步に踏み出すことと同じように、若い人も、高齢の人も、軽度の人も重度の人も病気でしっかりつながっている。部屋の出入りの時、必ず「おじゃまします」という。出るときは「帰るわ」とか「また来るわ」と声をかける。迎え入れる方は「いらっしゃい」とか「こんにちは」帰りは、「また来てね」・・・つながっている。

【エピソード6】

カフェが紹介されたことにより、自分たちの取材や見学に来ていることをよく認識されるようになった。「お客さんが来る」と伝えたと、決まって、受け入れ準備が始まる。「ようこそ」と書いた垂れ幕や、お茶やお菓子。進行の式次第はないのか？まで。滋賀県のことを知ってもらおうと、何を紹介するかの相談も始まる。来られてからは、接待づくし・・・。

一日が終了すると、決まってみんな「おもてなし疲れ」が出る。あれこれ、気を遣い、緊張してしまったのだろう。でも、いい顔している。やり遂げた顔。「だって、自分たちの紹介だろ？病気のことやろ？」「めそめそとおもわれたらいややわ」「病気になったって何とかやれるんや」「ちゃんと書いてくれはるやろうか？」はっきり言って「うるさい」ほど注文が多い。言いたいことは、ただひとつ、「病人扱いするな。人間扱いをしろ」ということのように。同じ病気で苦しんでいる人たちに、自分たちの存在を伝えてくれと言わんばかり・・・。「一人じゃない」と発信している。帰られてからのお礼状も、何通も書いた。すぐに忘れるので「誰が来た？」と言いながら・・・。

【エピソード7】

新年度4月スタートにちなんで今年は何がしたいかと要望を募る。畑作業をしたいと議論の上で決定。駅前案内所に貸し農園の問い合わせに行き電話で聞く。いくつかの候補先を下見し、金額や車の駐車状態など必要事項を確認する。最終決定は所長、院長ということも了解し、説明できるように準備をする。「所長や院長に、やりたいという意志を伝えるにはどう言えばいいか」、

「責任を持って管理することを伝える」など細かな打ち合わせが行われる。準備が完了したところで全員でお願いに行く。説明をして了解がもられた。

畑を借りるがその作業が義務にならないようにとスタッフも話し合う。水やりをしなくてはいけないから、行きたいという気持ちがない人たちを連れて出かけることなどは決してやらないこと。張り紙などでアピールすることで自然に畑の存在を思い出し、出かけたいという気持ちが出てくるまで待つことにする。そのためには、張り紙は視線が集まりやすい所に貼る。わたしたちがすべきことは、本人が自分で考えることができるよう、環境からの働きかけを考え工夫すること。そして、その「環境のひとつが私たちだ」ということをしっかりと自覚すること。

【エピソード8】

世間の役に立つことをしようという話になる。どんなボランティア活動があるのかなどを話し合う。

地域の社会福祉協議会に問い合わせ、自分たちでできることを尋ねてみる。空き缶拾い、古切手回収、清掃活動など。まず、自分たちですぐに取りかかることができる駅前周辺の清掃活動を計画する。もちろん、カフェだけの取り組みでは終わらせない。回覧板を作り、他のユニットにも説明をして呼びかける。黄色の画用紙で作った回覧板にそれぞれのユニットから参加者のサインが入る。

当日、ゴミ袋や軍手などを準備してゴミ拾いが始まる。「こんなところにも捨ててある」「吸い殻が多いなあ」など口々に言いながら自然と身体が動く。汗もかいた。ゴミもたくさん拾った。何より、自分たちが世間の役に立った。何かをしたいと思っている。してもらばかりでは生きていけない。自分も誰かの支えになりたいと思うことは当然だ。小さなことでも仲間と一緒に取り組めば必ず成果が出せる。認知症だからと言ってくよくよばかりしてはいられない。認知症であったとしてもこれだけできることがある。それを身体で実感することで明日への元気、勇気へとつながる。

以上のような活動を参加者たちの発案の元に行ってきました。

4. 活動の成果

活動10ヶ月後には、参加者全員が忘れても平気、病気でも恥ずかしくない、何より仲間がいることに励まされると言われました。活動内容についても、「やりたいことがやれる」「自分たちで決めるから達成感がある」「スタッフに導いてほしい時もある」など自分たちでできることはやりたいけれど、わからないときには教えて欲しいと私たちの関わり方へもヒントも下さいます。集団の年齢構成についても、「同年齢が話はあうけど、同じ行動ができるなら（高齢者も）いい」「一人ならいやだけど、仲間と一緒になら（高齢者集団へも）入れる」など、同世代集団の良さを認めつつ、仲間と一緒になら高齢者集団への参加も問題ないと、抵抗感も少なくなり、合同で外出することも日常のこととなりました。

いくつかのエピソードでうかがわれるように、もの忘れカフェを始めて認知症の人たちの苦しみとともに持っている力の大きさに気づかされました。そして、同じような立場の仲間を求めながら、病気と真正面に向き合おうとする気持ち、人の役に立つために何かをしたいという社会参加への意欲の強さを教えてもらいました。彼らには、今しかできないことがあります。仕事もしたいし、社会貢献もしたい、いずれ病状が進んでしまう過程の中で、このできる期間を何もしないでやり過ごすことはない。できるときにできることをするということが大切だと思うのです。

また、もの忘れカフェの中で特徴的なこととして病気のことや自分たちのことなどをテーマとした話し合いがあります。普通に認知症の病名が飛び交いますが、あまり悲観的にならず、お互いの経験を話したりと前を向いて今のことやこれからのことを話します。この方たちは、「病気になったことはあきらめるが、病気になってからのことはあきらめない」と言っておられるのです。

一方、「もの忘れカフェ」でのスタッフの役割は、認知症の人がやりたいことに気づいたり、そのことをやり遂げることができるようなきっかけを作ったり、環境を整えることです。しかし、スタッフの方が待てないで思わず手を出したり、過剰なヒントを出してしまったりしがちです。

そうすることで、実は若年・初期認知症患者さんの本当にしたいことをわからなくし、自分が考えてやり遂げるという充実感を損ねてしまっているのです。スタッフの何かをしなくちゃという意識を何とかできないものか？と何度もミーティングをしました。その時は私たちも「わかった」と思うのですが、いざとなると何かしなくちゃと思ってしまいます。きっかけを作るだけ作ってサッと引くという引き際を見極めることがとても難しいですが、大切なことだと思います。関わり方の境界線は私たち自身で引くことが必要なのだと痛感しました。

ところで、認知症の症状が悪化した時、参加者の自主性を重んじる「もの忘れカフェ」の動きは成り立たなくなるのだろうか？と考えました。罫線のないノートに変更するだけで、その人はまた書き記すことができました。模造紙の貼ってある所まで移動して、目の前でノートに写すということに気がついたとき、また、書き移すことができました。マジックの色を赤・青と使い分け、わかりやすくすることで、要点をまとめて書くことができました。これが、私たちが考えたことと、この人たちががんばったことの両方の結果です。できなくなったからもうやめるのではなく、できなくなったことを受け入れて、今、できることへと変えていくということ、その可能性を決してあきらめない。そのプロセスでの工夫を惜しまない。この気持ちと取り組みをこの人

たちも、私たちも持ち続けられ、きっと、いつまでもあきらめずにやっていけるのだと思います。

何があっても、どんな変化があっても、その時に考えることが大切とわかっていれば、いつまでも、「もの忘れカフェ」は続けられると思います。

ある時、若年患者さんと公の場で病気のことを伝えることについて話しました。

「伝えたいことはある。でも自分で言わなくちゃ伝わらないとは思っていない。それに、僕たちの気持ちを分かってくれているのは自分らやろ？わかっているなら、正確に伝えるべき。その伝え方が僕の気持ちとズレがあるなら、まだまだ、わかってもらえてないと言うことになるなあ・・・」と、笑って言われました。こちらが（自分のことだから自分で伝えたら）と言うと「仕事でしょうが。とにかく、伝える役割は自分らにあるんや。専門家でしょうが・・・それでお金もらってるんやろ？」とまた笑っておっしゃいました。いずれ、自分で自分のことを語れなくなることを知っているからこそ、今のうちから、心を読んでほしい、100パーセント気持ちをくめるようなスタッフになって欲しい。そうすることで今の自分、そして将来の自分も支えてほしい・・・と言っているように思えました。

当初、否定的だった年齢や、病状、ADLなどの違いも静かに受け止められるようになり、決して、いやな顔をする人はいません。もの忘れカフェという中で仲間ができたからこそ、広く多くのことを受け入れられるようになり、そして、その効果はもの忘れカフェだけにとどまらず、他のユニットへも拡大しています。3つのユニットでそれぞれの居場所と仲間ができあがり、そこにユニットごとの交流が生まれています。また、それはクリニックのみにとどまらず、地域にまでも広がって来ています。普通に買い物に行き、時には値切りの相手になる買い物先での店員さん、いつも問い合わせに出向く駅前案内所の市職員の方、畑で出会いさつまいもの作り方を指導してくれる近隣の住民さん、もちろん同じビル内のテナントに入っておられる企業の方々、他にも、駅の連絡通路で出会う学生さん、喫煙場所で一緒に灰皿を囲む通勤の会社員さん、電車の中で出会う親子連れの方々、あげればきりがなほ社会とつながっています。最初は何？と思われたこともあったでしょう。でも、そんな視線にもへこたれず、参加者の方々と私たちが毅然として、病気であることの恥ずかしさなど全く感じさせずにどんどんと元気に社会へ出て行くことで、それは自然に消えて行きました。ゴミ拾いをしていれば、「ご苦労様」と声がかかります、案内所に出向けば「いらっしやい」と迎えてくれ、「来られていますよ」と一緒に見守っていて下さいます。

そこには、病気である参加者自らが、自分たちを隠そうとはせず、堂々と社会の中で生きぬこうとする姿勢そのものがあるからだと思います。クリニックの中のデイサービスに止まらず、仲間と共に社会へ出るからこそが、認知症を知り、理解してもらえる一番簡単で最もわかりやすい啓発活動なのだと強く感じます。

最後に、もの忘れカフェの活動によって、外来診療での病名告知への考え方が変わりました。カフェ開始前は、病名を告知することの重要性は十分理解し、また、実際に告知する人もいましたが、今振り返ると「認知症患者ご自身を守るため」ということを理由に、必ずしも前向きに告知のことを考えて来なかったように思います。もの忘れカフェ参加者の病氣と闘おうとするお氣

持ちの強さを知ることによって、介護するご家族に伝えていた「一緒に病氣と闘いましょう」という言葉を、患者さんご自身にもお伝えすることの必要性をさらに強く感じました。そうしてこそ初めて、認知症患者さんと介護されるご家族が「普通に暮らす」ことができる社会になるのではないのでしょうか？

ある若年の参加者の方から、認知症に関わる多くの人に伝えて欲しいとメッセージがあります。
「つたえたいこと こんごも勉強して アルツハイマーがなおるように 努力して下さい」

もの忘れカフェ2年目に入りました。最初に決めた約束事は今も継続されています。

徐々に文字を書くことが難しくなっても、ひらがなやカタカナで書くなどと簡単にはあきらめませんし、それが恥ずかしいこととは誰も思いません。できなくなったことも、そのまま受け入れながら、今自分にできることへと可能性をあきらめません。

平成17年12月定期的な取り組みとなった第3回目の清掃活動です。寒い中、カフェ以外のユニットからも大勢参加します。みんな、呼びかけのチラシをみて身支度をしました。すっかり、クリニック全体の取り組みになりました。膝が痛くても行くと言い、ほうきを杖代わりにする80歳代の女性。ゴミ袋を持つ役割の車いすの人。かけ声だけならかけられると言い、指示を出す人。何より、自分たち一人一人がやらなくて誰がやる。とみんなの気持ちはひとつです。ぞうきん50枚と折り鶴を特別養護老人ホームへ届けに行きました。ある人が、代表で挨拶をしましたが、文章にはならず、途切れ途切れです。自分が言わなくちゃという気持ちと言葉にならないくやしさを実感したことでしょう。でも、暗さは全くなく、「まっ、あんなもんやろ 病氣やからな」と笑って振り返ります。帰り路、「挨拶がいるなら先に言ってくれ。書いたものを読むことならまだできるから」と、準備不足の私に喝が飛んできました。1年が経過して、それぞれに病気の進行はあります。それに併せて私たちも変わらなければいけません。声をかける回数が増えるのは当然のことです。準備をすることが増えることも当たり前です。参加者が自分たちだけで考えることに、多くのヒントやきっかけが必要になって来たということを私たちも認識しなくてはなりません。でもそれはカフェが始まった頃と同じように、決してこちらからの押しつけでもなく、決められたプログラムでもないのです。みんなが決めたことであり、やりたいことなのです。もう一度私たちがそのことをしっかりと認識しなくてはならないのです。

最後に、仲間という力の大きさについてお伝えしたいと思います。ある時、カフェに参加してまだ間もない方に、スタート時からの参加者がアドバイスをされました。「大きいサイズのノートに変えれば、書きにくくなった字も少しは書きやすくなる」と。小さいノートでは書きづらかったようです。少し先輩の参加者はそう言いながら、スタッフにノートの交換を申し出ています。

「がんばって書くからな」と言いながら、新しいノートを手し、二人で「書けへんなあ・・・」と苦笑いをしていました。先輩の参加者が持つ記録ノートの表紙には、3冊目ということでナンバー3と書かれています。それをみたもう一人の参加者は、ナンバー1と書き記し「3冊目までががんばらなあかな。先輩」と頭を下げ肩をたたき合います。

この姿ややりとりこそが同じ病気を持つ仲間なのでしょう。相手の身に起きていることが自分のことのように分かり合えるようです。そうして、自分の体験を元にアドバイスができるのです。

今回、若年・軽度認知症専用もの忘れカフェの人たちの取り組みを報告させて頂きました。若年・軽度認知症の人には個別的な関わりが多く必要とされ、それが尊重されれば専用のグループを作らなくとも、どこでも十分に居場所となり得るという考え方もあります。そのとおり、私たちもカフェを始める以前から若年・軽度の方と多くの関わりを持たせて頂き、個別の関わりに徹してやって来ました。

ですが、私たちがもの忘れカフェを始めることに至った面談の中で、ひとつだけ個別性以上にどうしても欲しいと言われたものがありました。それが、今ある自分と、同じ病気の同じ世代の同じ話ができる仲間の力が欲しいということだったのです。何よりも仲間が欲しい、仲間と共に今をがんばりたいということを訴えられ、一人じゃないと実感したいと話されました。これから先を考えるのではなく、今を仲間と共に生きたいということでした。そうすれば、たとえ病気が進行したとしても、ひとりぼっちとは思わない、仲間を忘れることはないということなのでしょう。

そうして始まったもの忘れカフェでしたが、その言葉通り、たとえば病気が進行して、カフェよりも他のユニットの方が、より安心できるようになった人達へも決して仲間という強い思いが消えることはありませんでした。

お互いがお互いのユニットをのぞいては、手を握り合いががんばってるか？と声をかけあいます。何かがあれば必ず誘いに行きます。もの忘れカフェの取り組みは、カフェ参加者たちだけのものではなく、より個別に、よりその人にあった居場所に出会うためのひとつの新しい取り組みであり、それは、性別も症状も年齢も超えたものへと発展して来ました。仲間が仲間をつくっていったのです。

ある若年性の男性が言われました。「わしの頭はしんきくさい」と。

できないことが増えている・・・でもやりたい・・・でもあきらめたくない　まだ50歳やで
字が書けない　でも書きたい　その葛藤でつぶれそうにもなる　なおらへんのはわかってる
くいとめたいのや
そんなとき思う　ここに仲間はいる　そのことだけは確かや　仲間にこそ励まされる　一人
じゃないと言ってくれるから。

3. 呆け老人をかかえる家族の会奨励賞

「介護家族の交流・研修と認知症の理解を地域に広めるための発信」

阿倍野介護家族の会・えがおの会(大阪市阿倍野区)

代表 横尾禮子

(紹介)

阿倍野介護家族の会は、介護を必要とする方のご家族の方々の集まりです。そして、互いの交流を通して支えあうこと、介護の知恵と知識を高めてその知見をもって広く地域に理解を広めることを目的としてきました。

選考にあたっては3点、たいへん感動したことがありました。

1つは、「がんばらない介護」を念頭において活動してきたということです。ストレスが高まってきますとがんばりすぎて、さらにストレスが高まってしまうという危険性があります。ここは逆の発想で、本当は真剣なのですが、がんばらないで長続きできるようにやりましょうということだったのだと思います。

2つ目は、2005年度に「認知症とはどんな病気？」という劇を上演されたそうです。これにはいろいろな方からの感想が寄せられていまして、「やっと認知症とはどういうことかわかった。やっぱり病気なんだということに気がついた」という感想があったそうです。これはたいへんな活動だったと思います。

もう1つは、さまざまな活動とともに長年にわたって会報を出し続けていることです。昨年の10月の段階で97号に達しています。これは地域の多くの方々に配布されまして、読者もどんどん増えています。

私たち選考委員は、特に以上の3点を話し合っって賞にふさわしい活動であるとの結論に達しました。

選考委員 長嶋紀一（認知症介護研究・研修仙台センター センター長）

(文責：事務局)

活動名称	介護家族の交流・研修と認知症の理解を地域に広めるための発信
応募者	横尾 禮子
連絡先	〒545-0022 大阪市阿倍野区播磨町1-4-2

阿倍野介護家族の会 「えがおの会」

代表 横尾 禮子

*地域紹介：大阪市阿倍野区

- ・阿倍野区は大阪の上町台地の南の高台
- ・古くから大阪南部の交通の要所として栄え、名所、旧跡なども多く住宅、商業の町
- ・安部晴明神社、熊野街道の一部(阿部野街道)
- ・古くから閑静な住宅地として発展。大阪で唯一、路面電車が走っている
- ・一戸建て住宅と長屋が減少、高層マンションが急増
- ・高齢化率は21.5%

*えがおの会の活動紹介

1. 交流会 月1回開催

要介護者への介護状況・困惑などを全員が語る

癒しの時間を持つ

交流会の重要性

- ・守秘義務を堅く守るので安心して要介護者の状態や困惑を話せる
- ・話すことで気分が落ち着く
- ・すでに経験した会員が適切な助言をする場合がある
- ・自分は大変→もっと大変な人がある
- ・心のよりどころとなる仲間がいる

2. 会報「えがお」 年10回の発行

会報を通じて

- ・休んでも会報を読めばみんなの様子がわかり安心できる
- ・介護日誌への投稿
- ・誰でも、いつでも投稿できる
- ・多くの人に書いてもらえるように
- ・無記名
- ・俳句投稿 記名
- ・カットの募集 要介護者からの投稿も
- ・投稿が癒しとなる
- ・特養、デイサービスなどにも配布

3. 介護劇

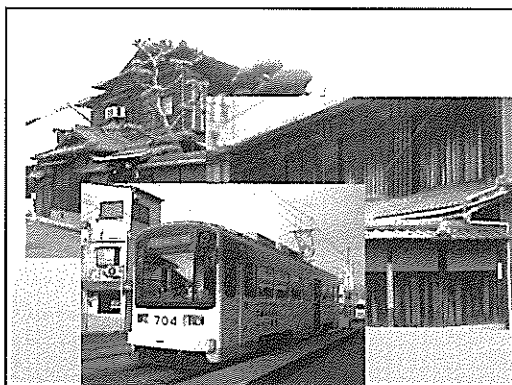
4. 地域行事に参加 研修など

「認知症でもだいじょうぶ」町づくりキャンペーン2005

阿倍野介護家族の会 「えがおの会」



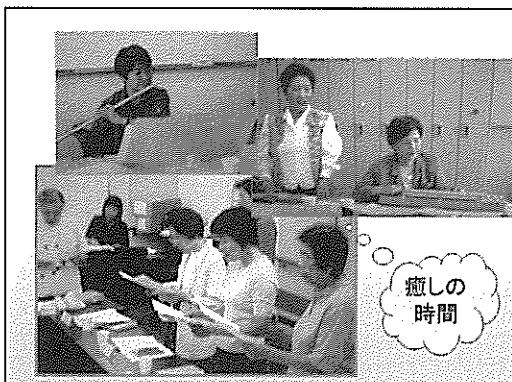
代表 横尾 禮子



昭和63年発足



月1回の交流会



交流会の重要性



- ◆ 守秘義務を堅く守るので安心して要介護者の状態や困惑を話せる。
- ◆ 話すことで気分が落ち着く。
- ◆ すでに経験した会員が適切な助言をする場合がある。
- ◆ 自分は大変→もっと大変な人がいる
- ◆ 心のよりどころとなる仲間

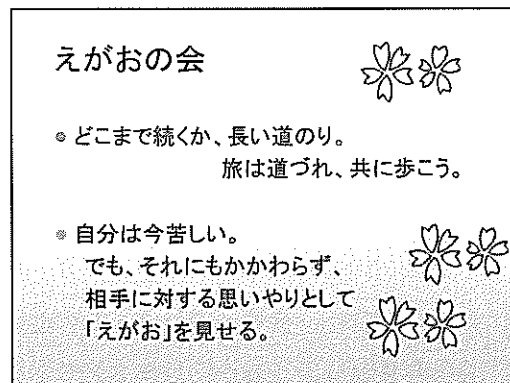
会報「えがお」年10回発行



会報を通じて



- ◆ 介護日誌への投稿
- ◆ 誰でも、いつでも投稿できる
- ◆ 多くの人に書いてもらえるように
- ◆ 無記名
- ◆ 俳句投稿 記名
- ◆ カットの募集 要介護者からの投稿も
- ◆ 投稿が癒しとなる
- ◆ 特養、デイサービスなどにも配布



1. 概 要

名称 阿倍野介護家族の会「えがおの会」（ボランティア団体）と称する。

目的 介護を必要とする人を抱える家族などが、互いの交流を通して支え合い、介護の知恵や知識を高めると共に、広く地域社会へ認知症や介護に対する理解を深めることを目的とする。

活動 ①総会を4月に開く。②交流会を開催する。交流会は毎月第3水曜日午後1時から3時までとする。精神保健福祉士・相談員が同席出来る時は同席する。要介護者への介護状況・困惑などを語る。その後、癒しの時間として会員相互でフルートの演奏や大正琴と朗読の弾き語り、笑い話の朗読や盆踊りなどのリラックスタイムを作る。③8・12月は食事を共にして楽しむ。④1月は研修会や見学会を実施する。⑤家族の会日より「えがお」を年に10回発行する。⑥その他目的達成に必要な活動を行う。

会員 介護している家族・経験者、その他本会の目的に賛同する者とする。平成17年度の会員数は37名である。

世話人 代表・会計・世話人若干名を置く。世話人の任期は1年とし再任は妨げない。

事務局 本会を円滑に運営するために事務局を置く。阿倍野区在宅サービスセンター内、住所は大阪市阿倍野区帝塚山1-3-8、電話は06-6628-1212

会計 本会の運営は、会費・寄付金・その他の収入で賄い、会費は1人年間2千円とする。なお会計年度は4月1日から翌年3月31日までとする。

施行期日 この会則は、昭和63年9月28日から施行し、改正を平成元年・3・4・5・14・16年度にした。

活動の成果 会員は相互に気兼ねなく助け合う。守秘義務を厳守しているので、どんなことでも恥としないで語り合える。初めて参加した時は「泣きの涙」であった会員が笑顔で状況を語れるようになる。例会は月に1度であるが気のあった者同士で何かの折には会食したり、男性の介護者に副食を届けたり電話やメールで会話・連絡して「介護ストレス」をうまく発散している。阿倍野区の健康展と大阪市介護家族の会連絡会3周年記念講演会で、演劇「認知症はどんな病気？」（脚本演出は家族会会員横尾）が上演された。観客は「病気のせいだとわかったわ。」と感想を述べてくれた人もいた。会報「えがお」は97号であり地域で読み手が増えている。認知症が理解され、地域で見守り穏やかに生きていける日々が近いことを確信する。

2. 地域の紹介

阿倍野区は大阪、上町台地の南の高台に位置し、古くから大阪南部の交通の要衝として栄え、名所・旧跡なども多く住宅・商業の町として発展して来た。昭和18年4月に住吉区から分かれて62年になる。住人では、人形浄瑠璃文楽太夫・竹本住太夫（重要無形文化財保持者・文化功労者）37回世界体操競技選手大会金メダリスト鹿島丈博・2002年水泳銀メダリスト寺川綾・世界トランポリン競技選手権大会出場選手西岡尚美・バイオリン奏者染美沙が活躍する。

阿倍野の歴史は弥生時代に始まったと言われる。「阿倍野」の地名の由来も、諸説がある。古代の豪族「阿倍氏」からの説「万葉集」山部赤人の歌からの説などある。昭和18年に阿倍野区が誕生した時、土地台帳に阿倍野の字を用いたので「阿倍野」となる。町名は24あり例えば阿倍野筋は阿倍野街道（熊野街道の一部）、北畠は（北畠顕家の墳墓）、播磨町は（播磨塚）、松虫通りは（謡曲「松虫」の「松虫塚」）などの由来を持つ。

地形的には丘陵地で古くから閑静な住宅地として発展して来た。しかし戸建て住宅と長屋建てが減じて高層マンションが急増した。高齢化率は21.5%（平成15年4月）であり、バリアフリー化の進む住宅を選び移住する人もある。地下鉄各駅にエスカレーター・エレベーターの設置や乗り降りの楽な赤バスが区役所・病院・駅と住宅を結び快適な生活環境を目指して、ふれあいとぬくもりのある町づくりが進められている。

教育・高齢者関係では、幼稚園保育所が15ヶ所、小学校11校、中学校（夜間1校）6校、高等学校10校、短期大学2校、市立大学医学部。高齢者の施設では特別養護老人ホーム3、ショートステイ3、デイサービス16、デイケア6、グループホーム3と新しく（認知症対象グループホーム建設中1。さまざまな取り組みの中から高齢者関係の施策を紹介すると、寝たきり予防推進協議会の講座終了生・梅の会が月2回『生き生き教室』を近隣の高齢者を対象に折り紙の指導や遊びを取り入れて認知症予防を小学校区でPM1時から3時まで開催する。また独居老人に昼の弁当を配り健康確認もする。

講演会は、平成10年度高齢社会における地域ケアのあり方を考える講演「高齢者の地域ケアと介護保険制度」岡本祐三氏。平成11年度「高齢者を地域で支えるまちづくり」「高齢者とのふれあいのつどい・遊びリテーション」開催、下山名月氏。平成12年度新体制でのネットワーク委員会の活動開始「共に生きるまちづくりをめざす」連続講演会開催。平成13年度「障害者と心をつなぐ演奏会」「ワイワイフェスタ」開催「阿倍野健康展」開催があり、平成17年度も高齢者を地域で支える取り組みは進んでいる。地域福祉行動計画策定委員会が地区懇談会を10地域で順次開催し住み良いまちづくりを目指している。

3. 認知症の要介護者の介護に大きな力を発揮する阿倍野介護家族の会の活動内容

昭和61年1月から、痴呆のお年寄りを介護する家族の負担を軽減していけるように、阿倍野区医師会の協力を得て継続的に「痴呆性老人を抱える家族教室」を開催して来た。昭和63年、家族の方から本当に切実な問題が多く出され痴呆の問題の深刻さを痛感すると同時に社会一般の人たちにも痴呆に対する理解を深めていく必要性を感じ発した。2カ月に1回、阿倍野区老人福祉センターで『集い』を開く。会員は23名だった。平成元年から月1回の例会になった。初めて参加した人は、ほとんどの人が自分ほど介護に苦勞している人は少ないと思っていたが、もっと手のかかる介護を長年続けておられる人の多さに気がつき、介護に対する心のゆとりを持つようになる。平成17年度の今も会員は増えている。37名の会員が在籍する。

A、毎月の第3水曜日の13時から15時までを定例会とする。認知症の要介護者を持つ家族の者はデイサービスやショートステイ・ヘルパーさんに頼んで出席する。

介護家族会の進行は

(1) その月の連絡事項。例えば「認知症でもだいじょうぶ」町づくりキャンペーン2005に応募してみたいが如何ですか? 「認知症はどんな病気」の脚本を書いて「梅の会」の人に上演してもらいが如何ですか? 流動食のチラシその他の介護情報など連絡する。

(2) 参加者全員が、要介護者の状態と介護の様子を語っていく。体験者はよくその苦しさやつらさを共有できる。例えば、夫が妻を介護し始めて、「おむすび」の作り方がわからない時に、女性が「おむすびはサランラップで握ると手が汚れなくていいよ」と教える。また、男性の排泄介助には「それ向けのオムツがあるよ」と介護の先輩が教える。例会メインの要介護者の様子や介護状況を語った後、癒しの時間を設定する。

(3) 癒しの時間。2004年4月の例会で会員が「暗い気分を転換できる場を作ってはどうか」の声を上げた。そこで癒しの時間を15分くらいとることにした。フルート独奏を岡さん。大正琴と朗読を疋田さんと薮谷さん。みんなで盆踊り(浜野さん指導) みんなで合唱(リーダー村上さん) 小さな笑い話三つを横尾。朗読「花咲き山」を薮谷さん。南京玉すだれを横尾など会員が技を発揮してリラックスタイムを作った。すると表情が和らぎ優しい雰囲気になる。「頑張らない介護」を念頭に、燃え尽き症候群にならぬよう看取りの出来ることを念頭に置く。以上の流れで進め会を終了する。

B、年10回の会報「えがお」の発行。「えがお」は、会員同士の絆となる。創刊は1988年で、1997年5月以降は年10回発行する。どうしても出席出来なかった時にも、次の会報(えがお)を読めば、仲間の介護の様子を推測出来る。「えがお」の割り付けは毎号決まっている。表1面は①論説 ②トップ記事 ③「いのちの機織り人よ 長生きしてね」(例会に出席した会員からの要介護者の様子や介護状況、困ったことの報告など) ④読んでみたい本。裏2面は⑤「いのちの機織り人よ 長生きしてね」の続き ⑥認知症に関する記事 ⑦介護日誌 ⑧俳句や笑い話など ⑨そのおりの記事⑩編集後記である。会員は「えがお」を読みいろんな感想を持つようだ。時には「えがお」の介護日誌に投稿する。介護日誌は誰でも、いつでも、書いてみようと思えば投稿出来る。無記名を原則としている。俳句投稿などで記名して良いといわれた場合は記名する。カットも募集している。以前に会員の要介護者で絵を描くのが楽しみという

高齢者のカットを掲載したことがある。介護日誌は出来るかぎり多くの介護者の声を掲載したいので、投稿を呼びかけている。交流会では各人が対等の立場である。苦労が身に染みてよくわかり、心にゆとりが出来てくる。認知症に関する記事を家族会だより「えがお」のトップ記事や読みたい本の紹介（☆マークをつける）の中から紹介して、介護家族の会が認知症介護にどんなふうに関わったかまとめてみる。

号	発行月	ト ッ プ 記 事
13	1997・5	家族が幸せになってこそ高齢者の幸もあるはずだ
17	1997・10	人間見るのに表情で見ようー痴呆も寝たきりも恐くないよ
21	1998・3	痴呆老人の世界を理解するーそのことが介護の第一条件
22	1998・4	老いと向かい合う映画ー自分のこととして考えるー
25	1998・7	ぼけてもグループホームで！後片づけ・洗濯物畳みなど 仕事が出来て夢中だよ
31	1999・3	「右脳刺激」「残存能力の活用」痴呆予防に効果
32	1999・4	介護を支える！痴呆はみんなの問題です
33	1999・5	「グループホーム」考
40	2000・2	痴呆性老人を介護する家族のメンタルヘルス（1）
41	2000・3	痴呆性老人を介護する家族のメンタルヘルス（2）
42	2000・4	痴呆性老人を介護する家族のメンタルヘルス（3）
48	2000・11	介護することされること（3）記憶力や表現力を失っても「思い」はある。堀田力著から
49	2001・1	介護することされること（4）世話をしているのに怒るなんて」と思う前に。老親をどう看る！「痴呆老人の世界」「安心して老いるために」「ある老女の物語」「問題はこれからです」の映画 ☆「痴呆の常識・非常識」きのこエスポアール編集 日総研出版1999・2版
51	2001・3	ほけても安心して生きていける社会にー講演会参加 報告「ともに生きるー悠々たりボケ人生」講師はエスポアール 出雲クリニックの高橋幸男医師であった。詳しくは☆「いい風吹いて」原田勉著
52	2001・4	痴呆対応型共同生活介護グループを地元にも。平成13年 4月現在の痴呆性高齢者グループホームは港・西成・生野・淀川・西淀川浪速区にある6カ所である。☆「もう施設は作らない」地域の特別養護老人ホームを地域のケア付き住宅にー喜楽苑編集・発売元「あしや喜楽苑」
53	2001・5	家族介護者のストレスとその評価法 その1・荒井由美子・杉浦ミドリ 老年精神医学雑誌11巻12号
54	2001・6	家族介護者のストレスとその評価法その2 荒井由美子・杉浦ミドリ 老年精神医学雑誌11巻12号

55	2001・7	Z a r i t 介護負担尺度日本語版を記入してもらう。家族介護者のストレスとその評価法 その2 54・55号の資料を基に横尾発表。家族介護者のストレス発散を願う
56	2001・9	食事とビデオ鑑賞で気分転換 詳細を記録する
57	2001.10	家族は遠慮なく訴えよう！ 老いのつぶやき・心をー
58	2001・11	「もう一つの我が家」を真剣に考えるー四つの特養からの発信ー
60	2002・2	情に流されず客観的にとらえてお多福になろう
61	2002・3	「ことばを超えたケア」をしているところもあるよ ☆「高齢者介護と心理」小林敏子著朱鷺書房 2003刊
63	2002・5	心身ともに健康で介護するために「介護者の健康」要介護者の生活史を知ろう
68	2002・11	介護者の一番は心のケア 谷口雅春氏の講演「私の老々介護日誌から」。江村利雄氏・前高槻市長、介護のために辞任「夫の変わりはおりまへん」
69	2003・1	希望を測定する尺度（1）（2）老年精神医学誌13巻10号
77	2003・9	生き生きと暮らす町へ 阿倍野福祉環境を考える会 アンケート実施で区民の環境を調査する。 ☆「痴呆を」を生きるということ 小澤勲著 岩波新書 2003・7刊 ☆ 「良く生きよく笑いよき死と出会う」 アルホンス・ディーケン著 新潮社 2003・9刊
79	2003・12	2015年の高齢者介護～高齢者の尊厳を支えるケア確立にむけて～ NHK解説委員小宮英美講演
80	2004・2	もう頑張れないそんなあなたへ！ ウイル愛知アルツハイマーデー記念講演会「介護家族のこころのケア」尾上 直美氏 交流会の利点
82	2004・4	五感は鋭く残り情緒は豊かに生きているー痴呆の人ー講演会、講師は大阪市社会福祉情報センター痴呆性高齢者サポート事業アドバイザー沖田浩子氏。 介護にはゆとりを持って（論説）
83	2004・5	交流会の後に「癒し」の時間を持つことにしよう。盛りだくさんの種目が並ぶ。
84	2004・6	リフレッシュ大切。趣味は優しい介護の泉、薮谷さん俳句、米寿正田東次画集、横尾の手書き本 ☆「痴呆老人の創造する世界」久保順子著岩波書店。 音楽療法・体験談
85	2004・7	オムツは尊厳を失うが対応で。優しさとユーモアがあればどんな時もOK。
86	2004・8	心安らぐ音楽療法を見学して アルツハイマー病の抑制に効果あり。病気になるにくくなってよく眠れる。

87	2004・10	「痴呆は病気だよ」の寸劇を区民ホールで上演する 客席は満員であり痴呆への理解が少し進んだかな。 ☆「老い方」革命新しい介護のはじまり]太田仁史著 講談社刊 ☆三好春樹著「元気が出る介護術」岩波アクティブ新書 痴呆の症状はより身近な人に出る
88	2004・11	私抜きには始まらないー痴呆症支援ークリスティン・ボーデン
89	2004・12	いつも心は生きている国際アルツハイマー病協会 20 回国際会議京都 04 年メインテーマは「高齢社会における痴呆ケア」越智俊治さんの体 験談 ○大牟田市の介護保険課の地域づくり、子どものときからの教育 がすばらしい。
90	2005・2	痴呆は認知症に変わる。 痴呆の初期には まだら症状がある。 ☆「物語としての痴呆ケア」小澤勲・土本亜理子著 三輪書店
91	2005・3	大阪市介護家族の会 3 周年記念大会で「認知症はどんな病気」を上演す る。あらすじ紹介を下記。
92	2005・4	尊厳を支えるケア～センター方式の目指すもの～永田久美子氏 大阪市におけるモデル事業の概要 沖田裕子氏
94	2005・6	認知症にかかった人への接し方のポイント
95	2005・7	認知症の人のためのケアマネジメント「センター方式活用推進研修会」 で永田久美子氏の講演を聴く。
96	2005・9	認知症と間違えやすい病気とは？ 阿倍野愛博覧会に参加して介護家族の会の周知を図る。
97	2005・10	阿倍野健康展に参加して介護家族の会の周知を図る。 アルツハイマー病フォーラム・2005～認知症老人を抱える家族へ のエール～、中央公会堂に会員が5名参加する。「認知症高齢者の終末 期医療に関する調査票」の説明と依頼が大阪府済生会中津病院神経内科 の山下医師からあり了解する。

次に交流会の主題である要介護者の状況「いのちの機織り人よ長生きしてね」の記事を紹介する。会員はさまざまな介護状況を知り、感想を持ち、明日の介護へとつなげる。

◎父 88 歳 介 5、少しずつ弱る。37 度くらいの熱が上下する。気温で上下するのか、変温動物のようである。痰が絡み自力で出せないで吸引器を使用。ベッドから離れられない。

◎夫 介 5、病院で 4 か月たち落ち着いている。口腔ケアで口の中をきれいにすればよいかなあと毎日通う。肺の下は肺炎状態である。来月 77 歳の誕生日を迎える。

◎母 87 歳 介 5 認知症、3 月 11 日脱水と気管支炎で入院。週に 3 回見舞いに行く。スキンシップで手を握ると力を感じる。食欲は戻ったが退院のめどは立たない。

◎夫 81 歳 介 3、入会して有り難い。夫婦で山歩きが好きだった。登山は心が美しくなる。昨年
お風呂で倒れ入院後歩けなくなる。左右にゆれて途中で曲がれない。最初の一步が出ない。記
憶欠落。MRI でアルツハイマー病と判明。夫と同年齢の老老介護で私は腰痛、治療したいが
夫優先となる。(81 歳)

◎妻 71 歳 介 5 身障 1 精 1、毎朝スキンケアで頬ずりをして「お早う」という。にっこりする。
顔を時間をかけて洗ってやる。全介助、服を着せて手は自分で洗わせる。保健師に指導しても
らう。3 月からショートステイ月 2 回に増、土日ヘルパーさんに食事準備依頼。笑顔で接する
と笑顔が返り嬉しそうな顔を発見。怒っていると怒る顔をする。笑顔を作る努力で怒らずに接
したい。忘れるがたまに「お父さん、すみません」と。涙こぼれる。

◎夫 介 5、ヘルパー、看護師、リハビリ師などが 1 週間サービスが詰まっていた私がしんどい。
ケアマネさんと相談する。

◎母 78 歳 介 3。体調は変化なし。自分で名前はいえないが呼ばれると答える。広告を小さく切
り捨てる。布団＋防水シート＋シートで寝かすが、夜中に防水シートを畳んで箆笥にいてい
る。今週末ショートステイ利用。こんなふうに語って交流する。

次に 2001 年 7 月の介護家族の会のアンケートの結果の資料を載せる。

家族の会アンケート結果

要介護者			介護者	在宅	施設	病院	介護 期間 年	手伝う人	利用 回数	自己 負担
関係	年齢	介護								
母	76	2	長男 47	○			4	無し	同	増
母	83	5	長女 58	○			8	無し	減	減
母	85	3	長女 61	○			4	妹 2	増	増
母	84	3	三女 49		○ H10～		2	無し		減

アンケート集計のまとめ 「えがお」 55 号で横尾が発表した。(上の表は略)

(1) 要介護者について

・年齢 60 代 2 名 男 1 と女 1 昭和 2 桁
70 代 5 名 男 3 と女 2 昭和 1 桁と大正 11 年
80 代以上 12 名 男 4 と女 8 大正 10～明治 45 年
90 代以上 3 名 女 3 明治 44～35 年

・性別 男性 8 名 女性 14 名

・要介護度 1 は 2 名 2 は 4 名 3 は 5 名 4 は 4 名 5 は 7 名

a・在宅介護 17 名

b、施設入所 3 名の介護状況は、在宅 9 年半と施設 2 年半の方。在宅 8 年と施設 1 年の方。在
宅 7 年と施設 6 年の方(義母を在宅で同時介護する)

c、その他 入院中・無記名

(2) 介護者について 男性 2 名 女性 19 名

(3) 要介護者との関係 夫が 1 名・妻が 5 名・娘が 8 名・息子が 1 名・姉妹が 1 名

(4) 介護期間はどれくらい 1～2 年は 0 名、3 年未満は 2 名、3～5 年は 8 名、

6～9年は3名、10年以上は7名

(5) 他に手伝ってくれる人（あなた以外の介護者はいるか）

a、いるは11名（ヘルパー2名を含む。夫・子供・（義）兄弟・姉妹・知人）

b、いないは10名

(6) サービスの利用回数 増は11名 減は2名 同じは3名 無記入は5名

(7) 自己負担額 増は13名 減は5名 同じは1名 無記入は2名

(8) その他何でもご自由に記入の欄

●介護がビジネスになり心が置き去りにされているように思う。

●調査内容がほとんど身体部分なので痴呆症状のある人には適さない。痴呆症状用の調査表
を作って欲しい。

以下紙数制限のため割愛する。

4. 活動の成果

演劇「認知症はどんな病気？」の概要と会員投稿の介護日誌と手製本。

A、2004年10月、阿倍野区健康展と、2005年2月大阪市介護家族の会連絡会3周年記念で上演した。その脚本のあらすじを紹介する。

1場 デイケアの場 デイケアに来た高齢者たちが「何でも忘れるようになった」と嘆く。先生が「年を寄せたからの物忘れで大丈夫です。誰でも忘れるようになりますよ」と安心させる。帰宅前に「みかん・きんかん・酒のカン・猿はみかんの皮むかん・親の言うこと子は聞かん・かんかんづくしは面白い」を歌う。（導入部分にユーモアを挿入）

2場 認知症とは？①荷造り名人の登場 拾井好さんが何でも拾い集めて来る。集目求子さんはタオル地のものばかり集めている。☆梅子さんの質問に年齢・名前・場所・時刻すべて消えていく。→怒らないで優しく接する事が基本。

②徘徊の名人の登場 A場面 何野洋次さんはフラフラ何かを求めて歩く。 B場面 働木まわるさんはコテをもってキョロキョロあっち向いたりこっち向いたり、コテで手当たり次第壁トントン『仕事しているつもり』 C場面 里家えりさんはウロウロ、病院にいるが場所が分からずに看護師さんに聞く。「病院はどこ？」「ここですよ」でもまた病院を探して歩く。 D場面 古丸動太さんと古丸ゆきさん。動太はわが家にいるのに家を求めて不安である。ウロウロ歩き回る。妻のゆきさんが嘆く。「何やて、ここがわしの家かいな。本当にここがわしの家かいな。そんなら安心しておれるわ」「何でも忘れてしもうて。自分のかみさんの顔も子供の顔も忘れてしもうて」

③認知症についての勉強 徘徊には必ず理由がある。それを知らずに徘徊というて馬鹿にしたのは大間違い。家族の不勉強。認知症の病気の様子を知ることが大切。本人の立場に立ってとらえるなら騒ぐ必要はない。熱があっても動き回る。カロリー消費量もあがるから十分な注意が必要である。「物集めと徘徊」は脳の一部の細胞が病気であると判りましたか。「はい。よくわかりました」「脳の一部の細胞が病気で、いろんなことを忘れるから本人さんは心配とストレスでたいへんです。介護する私たちが良い関わり方をすると表情もよく穏やかに暮らせる。一番気を許している人に「あんたが盗った」と。でも怒ったらあかんよ。「お茶のこさいさい」の気持ちでね。優しく介護できますか？でも、あまり無理をしないで。24時間の介護はたいへん。優しく出来なくても当たり前。1人で抱え込まないで。介護する者が助け合う「介護家族の会に入るといい。介護する人は、強くなり、優しくなり、よい宝物を授かるよ。認知症の予防をしてもかかるときにはかかる。病気であるから恥と違うよ。大事なものは1、認知症を隠さない。2、知識を持つ。3、健康に気をつける。4、認知症にかかっても安心の町を作りましょう。

・・・概略紹介16名出演

B、介護日誌

介護家族の会では、認知症に罹患した要介護者を1人の人間として大切に思う。どんな状況であれ、生きてくれると嬉しい。初めての介護体験であれば困惑もあるが、多くの体験者がいる介護家族の会の例会に出ることで、気持ちが和らぎ、救われる。「えがお」の会報を読むことで、ゆとりを心に感じる。ああ、私1人ではない。同じ状態に近いお方がおられる。私もボツボツと

燃え尽きないように介護しようとする。

会報「えがお」は、長い歴史を重ねている。初めは医師会や大阪市阿倍野区老人福祉センターの職員さんのお力を頂き、ボツボツと出されていた。しかし、13号からは毎月発行されて、介護日誌は多くの会員の投稿である。ここには、介護家族の気持ちが込められている。認知症を抱えた毎日をどんな思いで暮らせたか。ここには「愛」が詰まる。

活動の成果と考えて「介護日誌」を紹介していく。

① 窓の外が、ちょっと明るくなった5時過ぎ。この時から母の介護が始まる。部屋に入ると母は何の屈託もなく小さいびきをかいて眠っている。「お早よう」と声をかけまづはオムツの交換をする。温度計を見ながら何を着せようかと考える。左足を骨折して歩けなくなって3年余り。10年前からの痴呆症状も確実に進んで、今では意志の疎通はおろか会話も出来ない。顔の表情や動作などを見て24時間何もかも私の判断で介護するのだが、それがすごく心の負担になり気も休まらずストレスもたまる。8時半、「さあ、朝ごはんよ」と机の上にご馳走を並べると、にっこりとまるで子供のような純粋な笑顔を見せる。食べる本能で最高だ。にっこりしていてくれると私も嬉しい。(14号より)

② 今日は週に1回の入浴日。母の体調を気にしながら、少し早めの昼食をとり、暫くすると入浴車が到着。看護師さん、ヘルパーさん、運転手さんの3人で重たい浴槽を部屋に持ち込み「お変わりありませんか」と明るく聞いてくださる。すぐに体温・脈・血圧を測り、体の状態などを見ながら判断され「オーケー」が出される。入浴車からホースでお湯を入れ手早く要領よく入浴が始まる。浴槽に浸かった母は気持ちよさそうに身を任せ、笑顔で皆に応えとても満足そう。至福の刻でしょう。あがってタオルにくるまり服を着て、一段落。その30分間くらいは見ていただけの私が疲れる。寝たきりの高齢者の入浴サービスは介護者にとって本当に嬉しい。(18号より)

③ ○月×日 テレビを見ていて。母「あの宝くじ、買いに行こうか」私「売ってるところは広島だよ」母「走っていけないね」私「山口県の隣の県だよ」母「？」やっと遠さが分かった様子。山口県は母の生まれたところ。×月○日 ショートステイの帰り道。私「用事が終わったので迎えに来たよ」母「あんたが（迎えに）来てくれるのを待ってたの。」私「ここ（特養）で泊って待っててくれたの。」母「ながーく泊った気がする。」母と私の会話である。母はアルツハイマー型痴呆症。いつもいつもこんな会話は成立しないが、精いっぱい自分を主張している。時々世話をしているのが娘か誰か分からなくなることもあるけれども、ゆっくりゆったり行こうネ。母 79歳、娘 59歳。(19号より)

④ 「ばあちゃん。Aさんが見舞いに来てくれたでしょう。」「いや、来んで」「ほら、この折り紙姫はどうしたの?」「知らんで。私のおらん間に置いて帰ったのじゃ」と主張する。土産があれば覚えてくれるだろうは通じぬ世界。しかし紙人形13種類を眺め「可愛い。う。一つ一つ表情が違う。後ろ向きもあり、ウインクしているのもあり可愛い。」「1人1人に名前をつけてくれる」「うん。つける。パイ子とかいろいろつける。」と楽しそう。老いてもこんなに楽しめる心を持つ母は幸いだ。何べん見ても初めて、新鮮新鮮。母のテンポに合わせて私も一緒に遊びたい。(21号より)

⑤ アルツハイマーの母の毎日は、疑問、難解、そして新鮮、初体験のことばかり。付き添う私は人生勉強の場でもある。その1。母「あの、黄色い花は?」「タンポポよ」母「ふうん、あれ

がそうなの」感激した様子。その2。私「桃の実がなってるよ」指差すと母は、「あんた、指差したらとってるように思われるからしたらアカンよ」う〜ん説得力あり。その3。母「あの花きれいな。初めて見るわ」私「そーお」この道を歩くのは今日三回目やねんけど。このごろ年のせいか動きが少なくなってきたけど、毎日輝いていて欲しい。（24号より）

⑥ 暑さが少しずつ増して来た。7月半ばから90歳の母は自分で食事をする事が出来なくなってきたようです。お箸を持たせても握ったまま、居眠ってしまったたり、持っている指に力が入らず、落としても素知らぬ顔で何時まで経ってもそのまま、つまり関心がないのでしょう。痴呆が進んでもう何を言っても分からない母ですが「食べる」というただ一つ残っていた基本動作も出来ず、興味もとうとうなくなってしまったのかしらととても可哀相で寂しい気持ちです。でも、また涼しくなれば食欲も取り戻して自分で食べてくれるのを願っています。湿度の高いこの暑さは介護する私を含めて高齢者にはとても過ごしにくいと切実に実感した夏でした。（26号より）

⑦ 近くに住む娘の家に届け物をして戻ると、母が表でキョロキョロしている。「おばあちゃん。どうしたん」「うちの嫁さんがおらのやわ」「私が嫁さんやで」「あつ、そうやな。ハハハ」と嬉しそうに笑う。暗くなると不安なのか「お父ちゃんはまだ帰れへんのか」「子供はまだか」と同じことを何度もたずねる。テレビをつけてもすぐ消してしまう。じっとしていられず、ウロウロする。昼は週2回のデイサービスの日以外は、表に出て通る人に挨拶したり、適当に相槌をうち、しんどくなると自分の部屋で寝転んでまた表に出る。それを一日に何回も繰り返す。昼はいいが、夜にそれをされるとこちらもイライラが募り、ついつい加減な返事をしてしまう。すると不機嫌になり大声で怒鳴ったり泣く真似をする。もう、ダダッ子である。でも、週一回の通院に付き添う時は「あんた忙しいのに済まん」と実に素直なので愛しくなってしまうのである。（39号より）

⑧ 〇月△日「明日、〇〇特養に行くよ」「いや」「家がいいの?」「うん」「1人で留守番できる?」うなずく。「電話がかかってきたら、受け答え出来る?」「・・・」「誰からかかってきたか後でちゃんと言うてくれる?」黙り込んでしまった。分かったのかな 〇月×日 着替えをさせると機嫌よく「お世話になります」という。「どういたしまして」と我ながら穏やかに返す。ここでよせばいいのに、つい言うってしまった。「私は誰?名前分かる?」あーあ、聞くんじゃないかった。手伝ったりしたことが気に入らないと、キッとにらみつけるけど、何かが起こると頼りにしてニコッと子供のように笑う痴呆症の母である。（43号より）

⑨ 「こんにちは、お茶にしようね」と声をかけると、しっか手をつなぎ、歩き始める。スムーズに椅子に座れる日、そうでない日もある。コーヒー、饅頭、果物、何でも大好き。パクパク、とても美味しそうに食べる。口の周りについた食物は、自分でふき取る。元気な頃と同じきれい好き。「おいしいですか?」と問うとニコッと笑って顔が上向く。何を感じ何を考えているのだろうと私は思う。私たち二人の周りを静かなゆったりした時が流れている。激しかった混乱の後の今のこの穏やかな時間を大切にしたい。（48号より）

⑩ 92歳をすぎた母と70歳になる私の二人だけの生活が始まって一年半、お互いに支え合っている生活ならば申し分ない環境かも知れませんが、何しろ寝たきりで痴呆も極に達したと思われる母なのです。（要介護5）私生活すべてのことが私だけの考えで動き、行われ、そして責任も負わなければならないという一方通行で、最近なんとなく精神のバランスを欠いているような気がして

なりません。「本人の思いが何なのかを引き出し、最大限に生かすように努める事が介護の基本です」とは分かっていてもその前に私自身の「思い」が優先してしまい、心のゆとりを持つように努力しているつもりですが、現実にはなかなか難しく何かを始めようとしても臆病になっています。ちょっと深刻になりましたが、今年は21世紀の始まり気持ちを新たに明るい未来を期待します。(66号より)

⑪ 3月で80歳になり介護度は4である。思えば70歳を過ぎた頃認知症になっていたように思う。その時にもう少しうまく対処していればと最近思うことが多い。今リハビリパンツと尿とりパットを併用しながら生活をしている。先日衣替えさせようとしてリハビリパンツを見ると少し汚れていたのをトイレに連れて行き便器に座らせても便はなかなか出そうにないのでお尻を見ると便が出かかっている。ゴム手袋をして便を指でかき出そうとしたら声を荒げて嫌がったが何とか便をかき出した。その嫌がる姿はまるで子供のような気がした。そして便を指でかき出すことを不思議に嫌だと思わなかった。毎日ではないからかも知れないが。しかし母親の気分と同じように自分の気持ちも変わるだろうけれど80歳の子供が家におると思えば、それも仕方ないことことなのか?(94号より)

⑫ 特養入所の母に今日も面会に行く。寝たきりで全介助、認知症87歳。先月の中ごろに退院してから微熱の日が多く昼食前に行くが眠っている時が多い。今日も微熱があるとか。目を開けているとは限らないので「来たよ」と覗き込む。しかし、顔を合わせても分かる時と分からない時がある。その時は「・・子が来ましたよ」と耳元でささやく。効果があるようで目を開けたり、うなずいたり、時には「あ・・」と話しかけたりもする。表情でのいろいろな反応があり、どうして欲しいのかが分かりやすい。ことばでのコミュニケーションはむずかしいが、それが職員さんとの意志疎通になる様子。今日は顔を見ただけで誰か分かった様子だが・・・。名前を呼んで欲しいけれどな。暑くなるが、体調が戻り車椅子で新緑の院内を散歩したいと願っている。(95号より)

⑬ 今日も私は家内の身の回りを精一杯自分なりに努力しています。結婚して49年金婚式が目の前ですがどうなることやら。起床何時ものとおりのホホずり挨拶、ベッドにて足のリハビリ、食後童謡を少し歌う。9時にデイケアに行く。夜就寝時間同じで歌を歌ってやると安心したように寝ます。この世に1人で生を受け、この世を去り黄泉浄土の彼方へは一人旅、人生の一期一会、宇宙の掟、なるだけ妻と共に暮らしたい。有難いことにご近所の方々もいろいろと気にかけて下さり喜んでいます。家内のデイケアが休みの時はなるべく外で二人で散歩に出る。先のことを考えないで現在現実を見つめてゆつくりと二人で歩いて行きます。(98号より)

C 認知症予防に効果があったかなと思う取り組み。「カード」「しりとり」「手製本」

要介護者は86歳から在宅介護、93歳から施設介護で100歳と半年を楽しんで生きた母である。私は姑さんを在宅介護中で母を施設介護に委ねてからは「介護はプロに愛情は家族で支える」を実践した。まず、夕方が一番寂しい時間であるから、面会は夕刻と決め、夕食の後をアソビリテーションの時とした。娘の誘いを素直に受けて共に遊んでくれたからよかった。

内容は① 公文のことわざカードで遊ぶ。表面と裏面で完成する諺をカードをめくりながら読む。手の運動と脳のリハビリになった。② 公文俳句カードを季節に合わせて読む。①と同じ要領。

(私も楽しみつつ母と遊べた) ③ しりとりをする。単語を思い出そうとする。また触発されて単

語から話が展開した。テープに録音して帰宅後整理した。④歌が好きであったから、鉄道唱歌（東海道本線・山陽本線）や童謡・唱歌などを筆書きにした。老後は大きい文字がよいから。右面は歌詞、左面は原田泰治画伯の絵をコピーして貼った。全部で26冊の「世界にただ一冊の娘が書いてくれた本」と母が言い、役にたった。

認知症の予防にもなったかなあと今は思う。まず、母の自伝「おはぎのたどる道」4巻（語り手はハギエ、聞き手は禮子。入院中のメモで）を母はよく読んで昔に帰っていた。次は家族の本・ふるさと讃岐めぐり・讃岐の民話・金子みすず・美空ひばりの歌・高松弁・誕生祝い満99歳・百歳記念誌などを大きな筆文字で書いて渡した。今で言う回想療法・音楽療法であった。15年間の介護中は「終わりよければ、すべて良し」の母への恩を感じての毎日であった。介護は人間関係が決める。家族会の仲間の様子からも確信する。介護を楽しんで出来るようになれば幸いである。

「子供叱るな、我が来た道じゃ。年寄り笑うな、我が行く道じゃ」である。老いの姿を見せてもらっている。有り難いことである。

介護体験は、人生の宝になるよと会員は確信する。会員には、今5人めの介護（義父母・実父母・夫）中の友がいる。そりゃすごいよ。いつも笑顔でよく気がついて。初めはたいへんだっただろう。でも、ストレスをうまく発散させる術を学んだ結果である。尊敬する。私が15年間、姑・母の介護で得たものは「なるようになる」「取り越し苦労と持ち越し苦労はしない」の3点である。会員にもこの3つは浸透している面がある。会報「えがお」で主張した「・・・にもかかわらず笑って暮らそう。」も心の支えになっているように思う。阿倍野介護家族の会のメンバーは、本当にすばらしい。これは一朝一夕で出来たものではない。歴史があるように思う。

家族会のこれまでを支えてくださった阿倍野区の医師会・阿倍野保健福祉センター・阿倍野区老人福祉センターなど多くの地域の力をもらっている。現在の事務局、阿倍野区在宅サービスセンターではいろんな応援を頂く。阿倍野保健福祉センターからも応援をいただいている。これからも会員が増えて仲良くよい介護生活を支えていきたい。

阿倍野介護家族の会代表 横尾禮子記

4. 住友生命保険相互会社奨励賞

「共生型グループホームながさかの実践～年齢や障害を越えて、誰もが地域で暮らし続けるために～」

社会福祉法人白石陽光園(宮城県白石市)

八島浩

(紹介)

私は 25 年位前から、家族の会、電話相談、デイケア作り、グループホーム作りに携わってきました。家族の方が介護でつぶれないための QOL を高め、また認知症の方は自立した大人として生活してこられているその上に立って生活ができるように、そして町づくりということをもっと大事にしていくために活動してきたつもりです。

この共生型グループホームの活動は、これからさらに多様化していく町づくりと介護の根本的なもの、「原型」を持っていると認識しています。

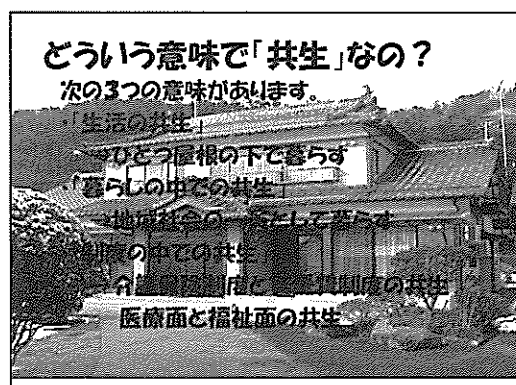
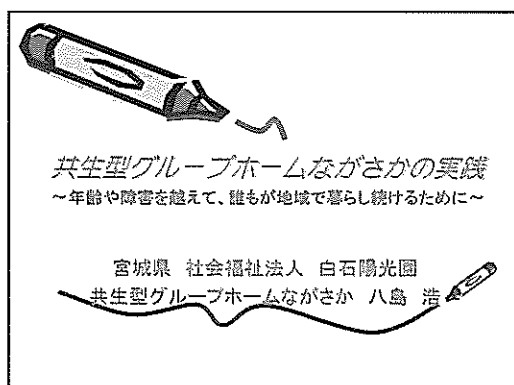
共生型グループホームながさかは、宮城県の職員が提案した事業を受託する形でスタートしました。その特徴は重症心身障害者、知的障害者、そして認知症の人たちが一緒に暮らしていることです。たとえば知的障害者ですと、発達が障害される中で自分の人生を学習し自立するということを学んできた人たちですし、認知症の人はずっと知力を持って成長して暮らしてきて、あるときから認知症で記憶障害になっています。両方の方のいいところを補い合えるという共生の形があるのだと思います。そしてその人たちが地域で自分の役割を持ちながら自分らしい生活を送る場、我が家としてこの共生型グループホームは仕立てられています。

さきほど「原型」と申し上げましたのは、多機能型のケアサービスがいろいろな形で進んでいますが、自立するための生活の場がその人のものであってサービスが成り立っていなければならないと考えておりますのでそのように申し上げました。このような形を官民一体となって作ってきて、ノーマライゼーションの理念を導入しているということはおおいに発展していく基盤を持っているのではないかと考えています。

選考委員 中島紀恵子（新潟県立看護大学学長）

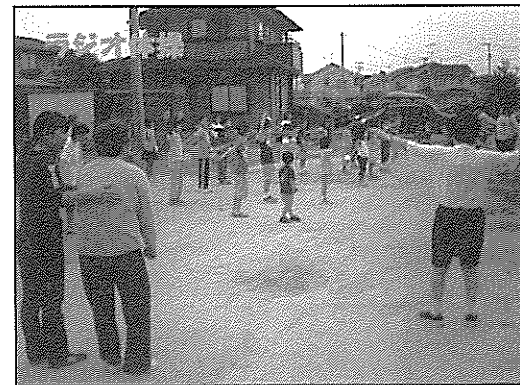
(文責：事務局)

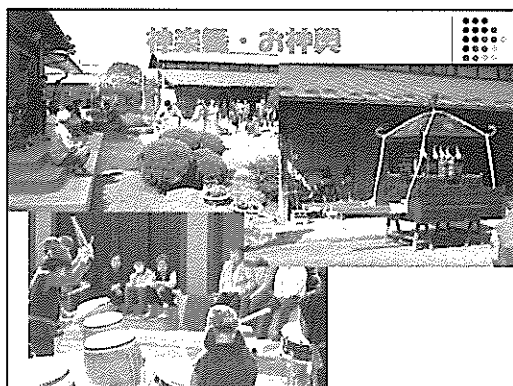
活動名称	共生型グループホームながさかの実践～年齢や障害を越えて、誰もが地域で暮らし続けるために～
応募者	八島 浩
連絡先	〒989-0232 宮城県白石市福岡長袋字小倉山14-2



現在の利用者さん			
	性別	年齢	備 考
A	女性	37	重度心身障害 通所更生施設
B	女性	44	重度知的障害 施設作業手伝い
C	女性	56	中度知的障害 施設作業手伝い
D	女性	64	重度知的障害 職場実習
E	男性	73	要介護度1 脳血管性痴呆
F	女性	71	要介護度1 混合性痴呆
G	女性	77	要介護度1 脳血管性痴呆
H	女性	85	要介護度2 老人性痴呆
I	女性	80	要介護度3 脳血管性痴呆
J	女性	89	要介護度3→4 アルツハイマー型痴呆
K	男性	78	要介護度4→3 アルツハイマー型痴呆
M	女性	68	要介護度5→4 アルツハイマー型痴呆







生活から見てきたこと

・世代間の交流がある

お年寄りのみなさんは、朝、障害のある方を送り出し、夕方、迎えるという家庭内での「父母」や「祖父母」の「役割」を得ています。

この役割が、「張り合い」になり、認知症に対しても良い効果をもたらしているものと考えます。



まとめ

共生型グループホームの暮らしは決して「特別なこと」ではありません。

むしろ、このように家庭的な雰囲気の中で、地域生活を続けていくことこそが、「あたりまえの生活」なのではないかと思っています。



「認知症でもだいじょうぶ」町づくりキャンペーン 2005

共生型グループホーム「ながさか」の実践

年齢や障害を越えて、誰もが地域で暮らし続けるために

社会福祉法人 白石陽光園

1. 概 要

沿革 共生型グループホーム「ながさか」は、宮城県の職員提案を事業化したモデル事業の運営を受託し、平成16年1月に宮城県白石市で開始しました。この「共生型グループホーム」は、重度・重複障害児者、知的障害者及び認知症高齢者が、年齢や障害の程度を超えて、互いに役割をもちながら地域で自分らしい生活を安心して送る生活の場（「我が家」）です。これは、全国でも初の取り組みで、その第1号の共生型グループホームが「ながさか」です。

現在、「ながさか」では、認知症高齢者8名、知的障害者3名、重症心身障害者1名と一緒に生活しています。建物は、既存民家を改修し、玄関を入ってすぐの居間や広い縁側など、どこか懐かしさを感じるたたずまいです。敷地内には、松の木や椿などが植えられた和風の庭に、白壁の大きな蔵などもあり、昔の日本の民家の風情を感じさせる雰囲気になっています。近隣の方々も気軽に足を運び、空き地は子どもたちの格好の遊び場となり、地域にとけ込んだ、どこにでもある少し大きめのお隣さんです。



基本理念 「ながさか」は、宮城県の基本理念である「地域で自分らしい生活を安心して送れる社会」を具現化する一つの試みとして「年をとっても、障害があっても、住み慣れた地域で住み



続けたいという思いを大切にします。あたたかな雰囲気のもと、おだやかで、ゆったりとした楽しみのある生活を、地域社会の中で実現できるよう応援します。」を基本理念に掲げ、利用者の生活を支援しています。

共生の意味 私たちが共生型グループホームの「共生」という言葉に込めた思いは、次の三つです。

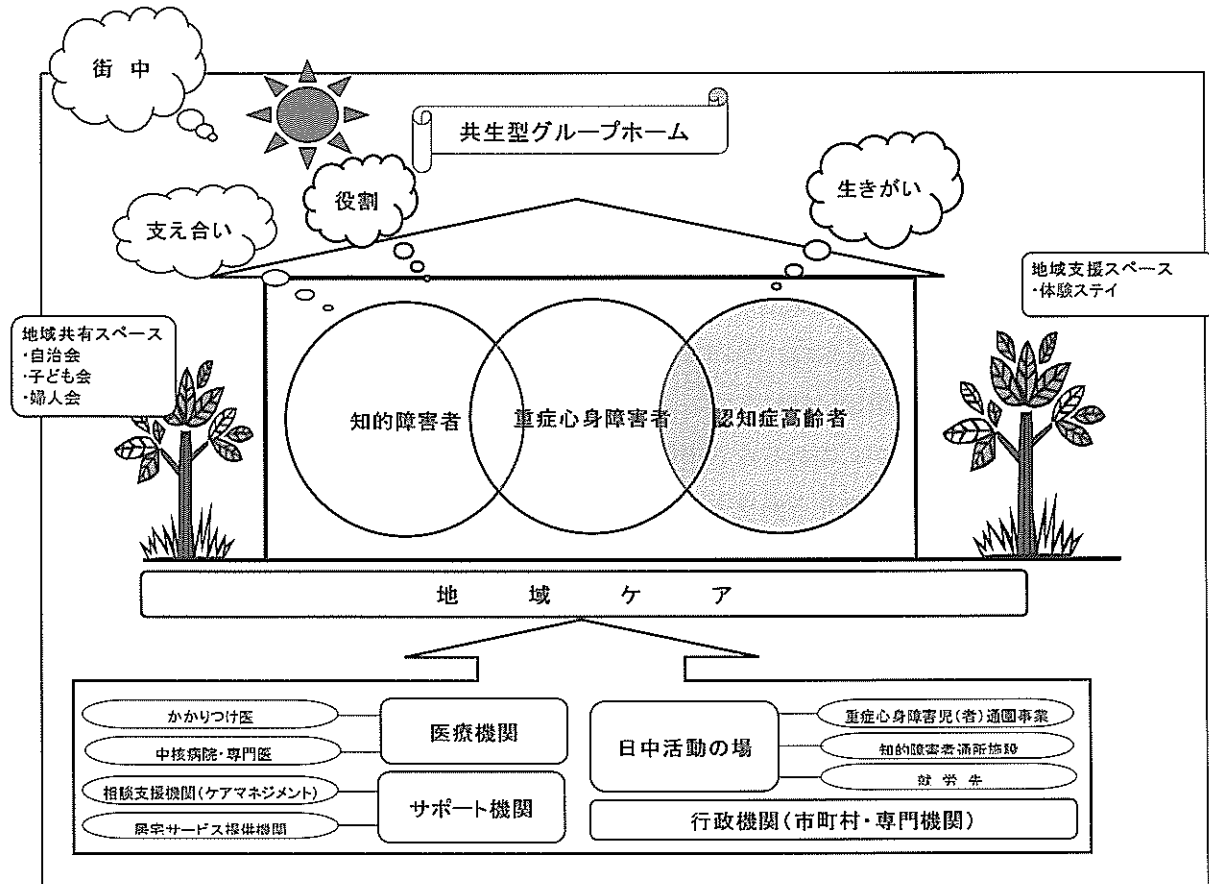
- ① ひとつ屋根の下で暮らす（生活の中での共生）
- ② 地域社会の一員として暮らす（暮らしの中での共生）
- ③ 多様な制度を組合わせた支援システムを活用して暮らす（制度の中での共生）

共生型グループホームは、利用者の自己実現における選択肢のひとつとして、提供されるサービスの一形態です。「その人らしさ」を大切にし、互いの関係の中から役割を創出しながら生活できるよう、利用者一人ひとりの「我が家」として、その雰囲気を大切にしながら支援をしています。

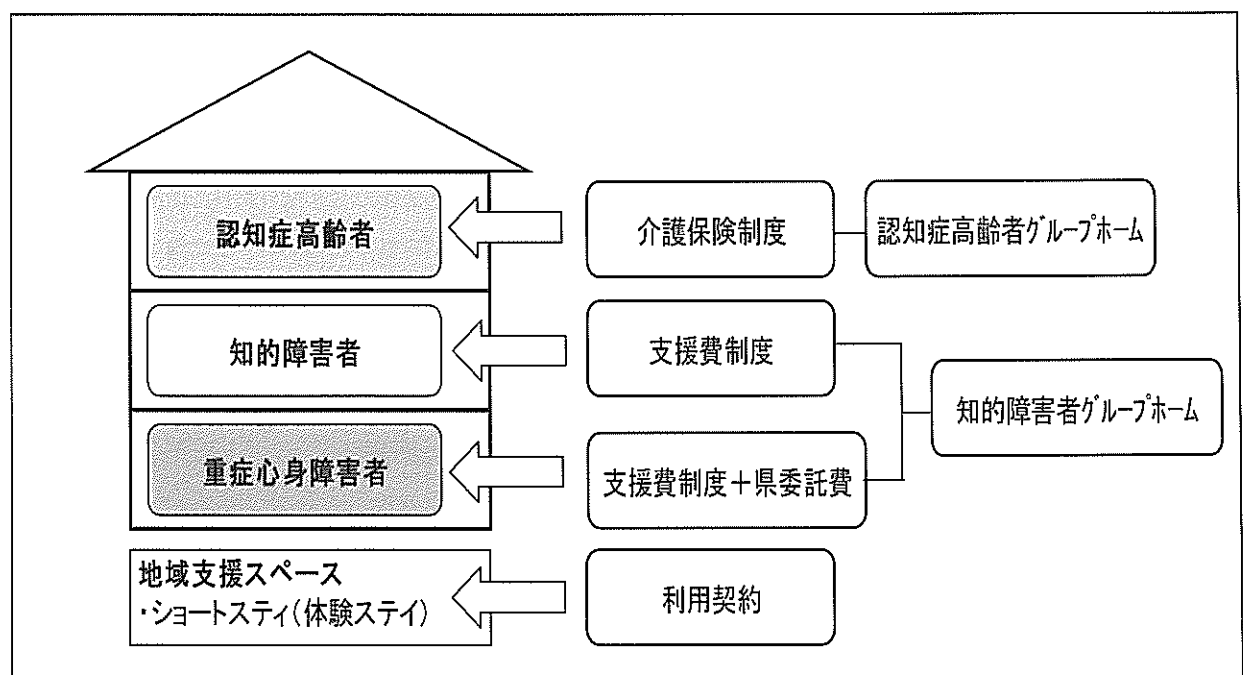
概要資料

共生型グループホームについて

○ 事業イメージ



○ 運営イメージ



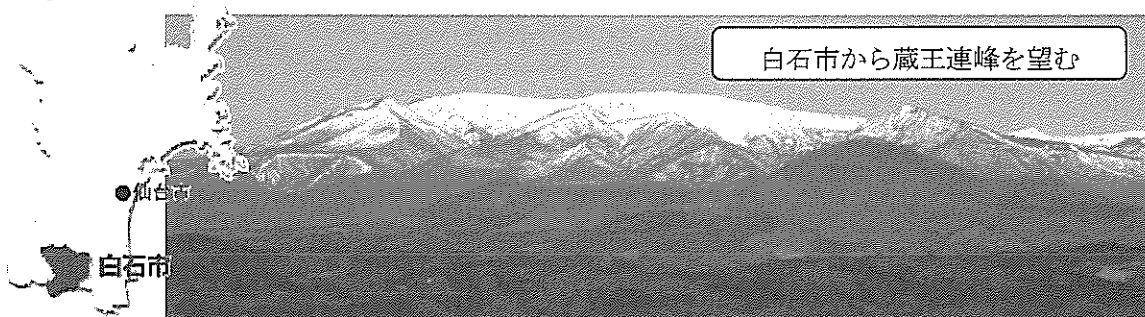
2. 地域の紹介

市勢 共生型グループホーム「ながさか」のある白石市は、宮城県南部に位置し、蔵王連峰の東南にある白石盆地の中心を占め、古くは、仙台藩重臣片倉家の城下町として、また奥州街道の宿場町として栄え、近年では県南の南部、拠点都市として発展するとともに蔵王国定公園の玄関口として県南部の観光の拠点となっています。人口は、39,920人で減少傾向にあり、65才以上の高齢化率23.7%と高齢化が進捗しています。

白石市の基本的な考え方は、先人達が築き上げ残してくれた歴史、文化、伝統等を活かし、白石固有の街の風情を充分尊重しながら、街の個性と魅力を高め、利便性の高い賑わいのある街づくりをコンセプトとしています。伝統として白石三白（白石和紙・白石うーめん・白石くず）が受け継がれており、また、全国こけしコンクールの会場にもなっているほど、こけし工房がたくさんある地域です。近くには、県内でも有名な小原、鎌先温泉といった温泉地があり、県内外問わず、多くの人達が湯治に訪れます。

近隣環境 「ながさか」のある白石市福岡地域は、白石川をはさんで西北部に位置し、在来線JR白石駅より10分、東北自動車道白石インターより車で10分の交通アクセスも良いところです。農業が基盤産業で平坦な水田地帯では、水稻を基幹作目に、畜産・野菜・果樹・花木等の組合せた複合経営が中心であり、山間地帯では酪農を中心としています。畜産農家と畑作農家が分散していますが、近年、従事者の高齢化、後継者不足等により減少傾向です。また、公共施設として、公立刈田総合病院や福祉の里（福祉事務所・社会福祉協議会・精神障害者作業所・特別養護老人ホーム・ケアハウス）のほか、知的障害者更生及び授産施設等が集中しており、市内でも有数の福祉エリアとなっています。

福岡永坂地区は、もともとはのどかな集落でしたが、10年程前に宅地造成が行われ、今では新興住宅地となりました。白石では資産家で、「ながさか」の母屋・離れの元の持主である小野老家（小野壺～小野七までの本家）は、不動産業を営み、祭り事を仕切っていた家柄でした。さらに、数年前まで敷地内で「ながさか保育園」を運営していたことから、周りの住宅地の子ども達が、今でもその保育園の遊び場に愛着を持っています。また、その保育園の卒園者が親として住民となっていることから、互いに親しみやすい関係の続く地区となっています。敷地内には、風情を醸し出している蔵3棟、保育事業で使用した建物などが点在しているほか、広場なども地域の子どもの会の行事、ラジオ体操の場として活用するなど、人が集まる場所として適しており、高齢者にとってのやすらぎ（安心感）と、地域住民との共生が適度にできる環境力が魅力の地域です。



3. 活動の内容

(1) 共生型グループホーム「ながさか」の概況

① 所在地 宮城県白石市福岡長袋字永坂地内

② 建物 旧農家を改築した木造2階建て（平面図参照）

利用者の個室（基本的に6畳和室）13室（認知症高齢者用8室，知的障害者用3室，重度・重複障害（児）者用1室，体験ステイ用1室）

台所，茶の間のほか，風呂2ヶ所，トイレ3ヶ所

③ 利用者 H17.10.1現在 認知症高齢者8名，知的障害者3名，重症心身障害者1名が利用しています。（ながさか利用者参照）

④ 制度 認知症高齢者は，認知症対応型共同生活介護（介護保険），重度・重複障害（児）者及び知的障害者は，知的障害者地域生活援助事業（支援費）を利用しており，ながさかはそれぞれの事業者指定を受けています。いわゆる，認知症高齢者グループホームと知的障害者グループホームの合築です。

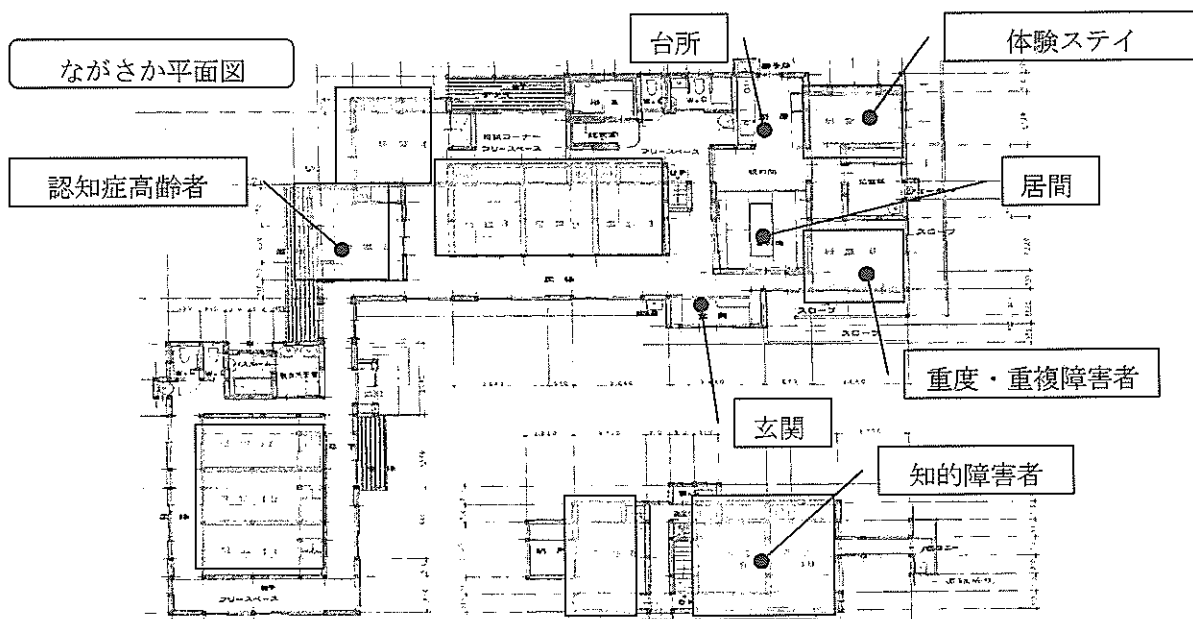
また，ながさかの運営には，モデル事業として県からの委託費が当てられています。

⑤ 職員配置 管理者，介護計画作成担当者，看護師，介護支援員等合計10名を配置しています。

⑥ 利用者負担

(円)

利用者	家賃	食費	光熱水費	介護保険	合計
認知症高齢者	30,000	30,000	15,000	1割負担分 約28,000	103,000
知的障害者				—	75,000
重度重複障害(児)者				—	75,000



	性別	年齢	障害の程度・日中活動 等
A	女性	37	重症心身障害 重症心身障害児（者）通園事業（B型）利用
B	女性	64	重度知的障害 就労に向けて職場実習中（終日）
C	女性	44	重度知的障害 知的障害者更生施設の作業のお手伝い（終日）
D	女性	56	中度知的障害 知的障害者授産施設の作業のお手伝い（終日）
E	女性	89	要介護度 3
F	女性	80	要介護度 3
G	男性	73	要介護度 1
H	男性	78	要介護度 4
I	女性	77	要介護度 1
J	女性	68	要介護度 5
K	女性	85	要介護度 2
L	女性	71	要介護度 1

（２）「ながさか」の生活の様子

ながさかでは、年齢も違い、それぞれの障害の種別、程度も違う方々が12名で生活しています。1日の生活の様子をまとめると次のようになります。

朝 朝は思い思いの時間に起床します。そして、朝食は、7時30分頃からはじまります。知的障害のあるBさん、Cさん、Dさんは、8時過ぎに仕事へ出かけます。重症心身障害者のAさんは、10時頃に施設からの送迎車を利用して、知的障害者通所更生施設「とも」に通園します（重症心身障害児（者）通園事業B型）。

障害のある方々が出かけるときには、お年寄りが、「いってらっしゃい」「今日も頑張っておいで」などと声をかけながら送り出してくれています。



日中 Aさんは、アテトーゼ型脳性麻痺（四肢麻痺）で、日常生活の全般に介助が必要な方です。

「とも」での日中活動は、健康維持、体力の増進を図るとともに、創作活動、リハビリテーション活動などを中心に行っています。Bさんは、ながさかに入居する前に入所していた施設にいた頃から続けている職場実習（食品加工会社でのたまねぎの皮むき作業）に、Cさん、Dさんは、以前に入所していた施設の作業（ミシン針の検品作業やカレンダー作り等の創作作業）のお手伝いに従事しています。

また、お年寄りの皆さんは、茶の間や縁側、自室などで思い思いに過ごされています。掃除や洗濯、昼食の準備などの家事もしています。「家を守るおかみさん」としての意識が湧いてきて、「若い人たちが帰ってくる前に、あれもしておきましょう」といった声も良く聞かれています。

お年寄りのなかには地元の方々もあり、昔からお付き合いのあったお友達が訪ねて来て、ちょっとした井戸端会議が始まることもあります。

夕方 夕方になると出かけていた利用者が「ただいま」のあいさつと共に帰宅します。茶の間で待っていたお年寄りが「おかえりなさい。疲れたでしょ」等とねぎらいの言葉で迎えてくれます。「今日はこんな作業をして大変だった」などとたまには愚痴をこぼす方もありますが、それをちゃんと受け止められる生活の雰囲気をお年寄りが作ってくれているようです。



その後、夕食の準備になりますが、利用者それぞれが役割を持ちながら、職員と一緒に準備しています。重症心身障害者のAさんも、台所にエプロンをつけて入り、車椅子の上からあれこれと指示を出しながら調理に参加しています。夕食は、特に決めたわけではありませんが、「みんな揃って」が習慣になり、利用者全員で食卓を囲んでいます。食事中、おかずをこぼしてしまうお年寄りをお世話する知的障害の利用者や、好き嫌いを言って食べ残す知的障害の利用者を叱ってくれるお年寄りもいます。



そういった何気なく互いが思いやりの気持ちをもてる関係がいつのまにかできて来ています。

夜 みんな一緒の夕食後は、順番にお風呂です。ながさかにはお風呂が2ヶ所あります。介助を必要とする方ものんびりと入れる広めのお風呂と、一般家庭用の個浴のお風呂です。時には、お年寄りと障害のある方が一緒にお風呂に入ることがあります。お風呂嫌いのお年寄りが、障害の方からの誘いにすんなり応じてお風呂に入るといったこともたびたび見られます。そして、お風呂の後にはそれぞれのペースで自室に入り就寝します。

ながさかには「日課」のようなスケジュールはありませんが、仕事に出かける知的障害者、その障害者を送り出し迎え入れるお年寄り。そういった暮らしの中で日常的に営まれる家事行為が、認知症高齢者の生活にメリハリをつけて、生活リズムの安定につながっているようです。

(3) 地域とのつながり

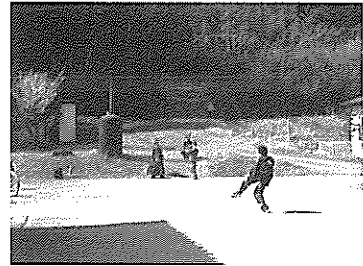
ながさかの利用者は、「ながさか」のある白石市内の出身かその近隣町村の出身です。また、職員も全員が地元出身者です。

そのため、この地域の風土、風習、言葉のなまりなど、人の生活の根底にある生活文化に馴染みやすい方々ばかりです。季節のお祭りのこと、農作業のこと、冬の寒さのことなどなど、利用者同士の話題には共通の意識が流れているように思います。そういった意識は、ながさかのある地域とのつながりを作っていく上でも、利用者の心を開くきっかけになるものと考えています。



実際に、地域の方々とのつながりも、少しずつではありますが広がりつつあります。先ほども少し述べましたが、地元から入居されたお年寄りのところには、昔からの呼び名「〇〇ちゃん」と声をかけてくださるなじみのお友達が顔を見に来てくれますし、その方の声かけで、新たな訪問者を引きつけて来てくれています。これは、そのお年寄りのみならず、他の利用者にとっても大事な出会いの場になっています。

また、ながさかは、古くからの集落に、10年程前からは新たな住宅が建ち始めた地域で、小学生ぐらいの子ども達が多く住んでいます。ながさかの敷地内にある空き地は昔から子ども達の遊び場となっており、今も野球やサッカーなどをしたりする子ども達の楽しく遊ぶ声が聞こえて来ます。その子ども達が、たびたび「のどが渴いたので水を飲ませてください」とながさかにも訪ねて来ます。頼りにされている張り合いと子ども達の無邪気さで、お年寄りの表情がほころびます。この間は、敷地内の花植えにも子ども達から自主的にお手伝いをしてもらい、男性のお年寄りがスコップを持ち出し、大いに張り切って子ども達に指示を出しているといったこともありました。



その他、自治会にも「一軒の家」として加入し、自治会活動、例えば、地域の掃除や草取り、ゴミ置き場の掃除などに利用者が参加したり、回覧板をまわしたりなど、地域住民としての役割を果たすようにしています。また、災害などに備えて地元消防団の方々との消防訓練なども実施しています。最近では、子ども会主催の夏休みのラジオ体操を、子ども達の遊び場である空き地で開催し、利用者も毎日のように参加しました。また、婦人会の皆さんがながさかを訪れて、郷土料理作りや音楽体操などを一緒に楽しんだりしています。

このように、地域の一人ひとりの方々との近所づきあい、そして婦人会や子ども会などのグループとのお付き合いを少しずつ続けていくことで、いずれは、利用者の顔と名前を覚えていただき、「ながさかの利用者さん」から「〇〇さん」と呼びあえる関係作りができればと考えています。

共生型グループホームのとても大切な要素でもある「地域との共生」については、丁寧に、そして焦らずに進めていきたいと考えています。まずは、「共生型グループホームとは何なのか」「どんな暮らしを目指しているのか」といったことを、地域の方々と共有する活動から始めています。

例えば、地域住民や自治会の班長、民生委員の方々などと意見交換を行う機会を設けたり、同じ地域でさまざまな支援を展開している福祉関係事業者の方々との情報交換などを行っています。

地域住民の方々からは、「お邪魔するにもどうしても遠慮がある。中に入っていける機会を設けてほしい」といった声が聞かれますし、福祉関係事業者からは、「地域で支援を必要としている方一人ひとりを支えるために、何か連携できることはないだろうか」といった課題を提供していただいています。

共生型グループホームの暮らしは、地域の人達、地域のさまざまな資源とどう結びついていくかに大きな課題をもっているのだと感じています。さらに、利用者が地域住民の一人として役割

を担うことと合わせ、共生型グループホームが、地域福祉の拠点として、地域に還元できるさまざまな役割を担える可能性を見出していく必要があるのだと思います。

（４）これまでに見えてきたこと

ながさかの取組みから、さまざまなことが見えて来ています。そのうちの特徴的な点をいくつか御紹介します。

① 世代間の交流がある。

お年寄り、朝に障害のある方を送り出し、夕方に迎えるという、家庭内での「父母（祖父母）」の役割を得ています。障害のある方にとっては、毎日同じ人が送り出してくれるという「安心感」やその日の出来事を聞いてくれる「喜び」を得ています。

② 居間で過ごすことが多い。

居間が、家庭内での「茶の間」と変わらない機能を果たし、「家庭的な雰囲気」ができあがっていることによるものと考えています。

③ 互いをどのように思っているのか。

お年寄り、障害のある方を「障害のある人」という見方はしていません。「〇〇さん」「若い人」と呼んでいます。障害のある方は、「認知症の人」という見方はせずに、「おばあちゃん」「〇〇さん」と呼んでいます。ただし、日ごろの生活から「目を離してはいけない人」という意識を持っているようです。



④ 障害や認知症を理由としたトラブルは見られない。

日常生活上の些細なトラブルは見られますが、それぞれにある障害を主因としたトラブルは見られません。

⑤ 現行の重度知的障害者に対しての有効性

現行の知的障害者グループホームと比較して、職員やお年寄りが常時建物内にいることから得られる「安心感」により、これまでよりもより重度な知的障害者も地域での生活が可能となりました。

⑥ 互いの存在を生活の張り合いにしている。

職員も含めて、年代の違う人たちが共に暮らすことで、互いの存在を意識し、それを張り合いとして生活しています。ひとりのお年寄りは、重症心身障害者のAさんを自分の「孫」と認識し、日々、Aさんを気遣う姿が見られます。食事で汚れてしまったAさんの口のまわりをそっと拭いたり、朝出かける前には、髪をとかしたり、靴下を履かせたりなど、何かとお世話をしています。逆に、障害のある方も、お年寄りの入浴に手を貸したり、少し不穏状態になったお年寄りに優しく声をかける姿も見られ、互いの存在を通して、自分の役割を見つけ出し、それを張り合いにしているように思います。



4. 活動の成果

(1) ながさかの暮らしを通して得られた成果…特に認知症高齢者について

これまでのながさかでの暮らしの中から、私たちもさまざまな可能性を感じはじめています。

これまで自分の生活の場として大きな介護負担を強いながらの在宅か、施設か病院といった限られた選択肢しかなかった重度・重複障害（児）者や、障害の重さから多様な支援を必要とするため家庭での介護が難しく、長い間施設での生活を余儀なくされて来た知的障害者の地域生活を実現できる場としての可能性はもちろんのこと、これまでは介護の対象であった認知症高齢者が、自らの役割を見つけることで、生命力を賦活化し、生活に意欲を見出す場としての可能性を強く感じています。



認知症高齢者のMさんは、平成17年7月に家庭の事情からながさかを退居し、現在は入所施設に入所していますが、ながさかが開所した平成16年1月から今年7月までの1年半をながさかで過ごしました。Mさんは当初からながさかという「旅館」で仕事をしていると認識しており、他の利用者のお世話を一生懸命していただきました。ながさかに来客があれば、玄関で出迎え、お茶だしをして、客人が帰るまで台所の入口で控えている姿をよく見かけました。3度の食事の準備にも積極的に参加し、仕事に出かける障害者にも、毎朝、毎夕、声をかけて送り出し、迎え入れていました。そういった役割意識や、自分に向けられる期待感は、生活への張りをもたせ、生活リズムにもメリハリを生むことになったのだと思います。実際、入居時に要介護度3との認定を受けていましたが、その後の認定で要介護度1に見直され、自立度が向上しているとの評価を受けています。



認知症高齢者のFさんは、在宅の頃から孫の世話をすることに大きな生き甲斐をもっていました。そのため、入居して1年半を経ても夕刻には帰り支度をはじめることがあります。このような孫への気持ちは、日中には重症心身障害者のAさんに向けられ、何かにつけ面倒を見、気遣う場面がよく見られます。

Fさんは、Aさんを「病気の子ども」と認識している様子で、背這いで床を移動するAさんに「枕を用意してあげなさい」とか「布団を敷いてあげなさい」と職員に話すことがあります。これまで「孫のお世話を生き甲斐」として来たFさんにとって、Aさんの存在は大きく、そういったFさんの思いはしっかりとAさんにも伝わり、Aさんもその想いを受け止めることに役割を見出しています。また、Fさんはこれまでながさかの近所で暮らしていたことから、近所に知人も多く、たびたびながさかにも友人が訪ねて来てくれます。このような見慣れた一日の流れは、生活の安定を生み、認知症状の安定・緩和にもつながっているのだと思います。

認知症高齢者のEさんは、ながさかに入居後も認知症レベルが低下しており、建物内を繰り返し歩き回る状態は治まっていません。しかし、時として見せる満面の笑みは家族をも驚かせるほどです。家族（長男）は、「母は明るくなりました」と話しています。知的障害の利用者からは典



典型的な「おばあちゃん」像として受け止められていて、食事やお茶のみの場面では、知的障害のあるBさんがさりげなく隣に座って、何かと面倒を見ています。Eさんはたびたび声を荒げることありますが、「おばあちゃんだから大目に見てあげよう」という雰囲気が知的障害の利用者の中に見て取れます。たびたび見せるにこやかな笑顔と表情の豊さが他の利用者の気持ちを引き付けているのだと思います。

以上、ながさかを利用している（していた）認知症高齢者のうちの3名の方の様子をご紹介しましたが、それぞれに共通していることは、他者との関わりが豊かであることと、何らかの役割をもっていることです。そして、この役割が日常生活の中で当たり前のように行われています。

これはやはり、年齢や障害の種別や程度を超えた関わりが「ながさか」で繰り広げられていることにより生み出されているものだと思います。そして、そういった相互関係こそが、認知症になっても、障害があっても、その人がその人らしく、「私」として存在できることを可能にするのだと考えています。「ながさか」には、そういった「私とあなた」といった関係性を、利用者同士がいつのまにか作り上げることでできる環境があると思います。そして、そのことこそが、これまで介護（支援）を受ける場であったグループホームでの生活を、自らが築いていく「暮らしの場」へと変化させていく可能性を示しているものと感じています。

あらためて、このような「ながさか」の生活の特徴を、認知症高齢者のケアの視点にたってまともてみると以下のようなことが言えるのではないかと思います。

- ・ 相手のいる生活行為は、役割意識や手続き記憶を効果的に刺激する。
- ・ 穏やかでゆっくりした時間と少々にぎやかな時間の組み合わせが、生活のリズムを作りだしている。
- ・ 介護（支援）職員以外との関わりが、日常生活行為の中で展開し、暮らしに関わる適度の緊張関係が、自律的行為を促し、単調な暮らしに変化を起こしている。
- ・ 認知症高齢者は、重度・重複障害者を「病気の子ども」と認識し、何かと気遣い世話をやいたり、知的障害者の職場での出来事の聞き役になるなど、他者との関わりによる役割獲得が効果的に行われている。

（2）今後に向けて

■見えて来ている課題

さまざまな可能性を秘めているこの共生型グループホームにも、今後丁寧に検証し、クリアしていくべき課題があります。そのいくつかをまとめると次のようになります。

①利用者のケアに関する課題

a. 医療的にニーズの高い利用者への対応

緊急時の対応や日々の健康管理について、グループホーム内、かかりつけ医、訪問看護ステ

ーション、救急病院等との連携体制のもと、システムを作る必要があると思います。

b. 共生型のメリットを活かしたケアプランの作成

年齢や障害の種別、程度を超え、さまざまな利用者、スタッフ、地域の方々が関わるグループホームとなっていることから、それらの関係性を生かした支援の実現に向けたケアマネジメントが必要だと感じています。

c. 地域とのつながり

グループホームは、利用者にとっては「我が家」です。地域の中の特別な存在から、当たり前前の存在となるように、地域の一住民としての役割を担いながら、地域の方々とつながりを、あらゆる場面、機会を作りながら強めていく必要があります。

②運営面に関する課題

a. 利用者負担

「ながさか」の利用者負担は、1月75,000円（高齢者の介護保険の一割負担を除く）となっています。利用者本人の収入と負担のバランスに配慮しなければ、利用者にとって手の届かないグループホームになってしまうおそれがあります。

b. スタッフの配置

現在の「ながさか」には看護師を専任で配置しています。また、職員も、県の単独事業により手厚く配置していますが、介護保険と支援費による独立採算を考えたときには、看護師は複数のグループホームの巡回型とするといった検討が必要になります。また、職員の配置も正職員とパートとの役割分担、重度・重複障害（児）者へのホームヘルプの導入などによる複数の制度の活用も視野に入れる必要があります。

c. スタッフ養成

共生型グループホームでは、重度・重複障害や知的障害の特性に対する知識、経験の他に、認知症に対する知識、経験も必要となります。また、「共生」に視点をのいた支援のあり方についても理解を深めていく必要があります。このため、職員のスキルアップについては相当の配慮が必要となりますし、その養成カリキュラムについて整理していく必要があります。

■新たな共生型グループホームの広がり

宮城県内では、「ながさか」の他、平成16年度に4ヶ所が整備され、順次運営を開始しました。また、本年度についても、新たに3ヶ所の整備が進んでいます。ながさかで得られたさまざまなデータ、スキルを発信しながら、共生型グループホームにおける生活の質を高めあう連携を図っていきたいと考えています。もちろん、それぞれの共生型グループホームが、それぞれの地域の風土、風習の中で、その土地にあった雰囲気、個性をもった生活の場になることが一番大切です。利用者にとって「なじみ」の環境を提供することが重要であると考えています。

この共生型グループホームの取組みが、さまざまな障害を抱えた方々の地域での生活の場として、「ひとつの選択肢」として認知され、この取組みが少しでも広がっていくよう今後も努力を重ねていきます。

Ⅲ. 特別賞ほか全国の地域活動報告

1. 特別賞受賞活動報告1

活動名称	SPSD（認知症模擬演技者）による支援プログラムづくり
応募者	香丸 眞理子
連絡先	〒156-0051 東京都世田谷区宮坂 3-13-13

1. 概 要

【経過】

NPO法人アビリティクラブたすけあい（以下ACT）は、1992年に東京を都市のモデルとして、今はなくなってしまったといわれるご近所・隣同士のたすけあいを「地縁や血縁」ととられず、「誰もが安心して暮らし続けられるまちづくり」を目的に、ACT会員7,400人が自主・自立のたすけあいの地域社会をつくることをめざして活動して来ました。現在、ACT会員有志により構成する東京の各自治体で実践する34団体のたすけあいワーカーズと、連携ネットワークして赤ちゃんから高齢者まで『地域で生きること、生活すること』を支援する「自立援助サービス」を中核にしてたすけあい事業をしています。そのほか公的制度である介護保険事業・支援費事業・子育て支援事業にも参画しています。

在宅で暮らす認知症の人そしてその家族との出会いが、2000年以降自立援助サービスそして訪問介護サービスを通して10年前よりはるかに多くなっています。（全利用者数1,388人に対して認知症と思われる利用者数は200人 資料2参照）たすけあいワーカーズの現場では、認知症が病気であると判っていても本人とどのように接してよいのか戸惑ううちに、認知症が進行していくことに何もできない無力感と危機感を抱いていました。認知症になっても地域で人間らしく安心して暮らし続けることを支えられる介護者のケア技法の習得と向上、そして地域の人やACT会員が認知症を正しく理解し、たすけあう地域づくりを推進することがACTの理念と合致した活動方針となりました。

現在、在宅介護にかかわるケア者（ヘルパー）が認知症の人への対人援助技術を学ぶためのスキルアップ研修として2001年度より、認知症の模擬役（Simulated Person with Senile Dementia 以下SPSDとする）によりロールプレイを取り入れた研修を認知症介護研究・研修東京センター主任研究主幹の永田久美子氏とともに模索しながら実施してきました。

2003年には、認知症の人のケア実践事例「だいじょうぶ・だいじょうぶ たすけたすけられる痴呆の人のケア」を出版しました。今までの認知症の人の理解は、周辺症状だけを見て「本人は何も分からない、困った人、在宅では見切れない人、危険だから外に出さないなど」という問題対処型の関わりが一般的でした。「だいじょうぶ・だいじょうぶ たすけたすけられる痴呆の人のケア」の実践事例から、認知症になっても、認知症の人を中心にした家族やケア者（ヘルパー）の関わり方と地域の人の理解で、在宅で暮らし続けることができることがわかりました。

課題として見えてきたことは、以下の３点です。

- ①専門職としてケア者（ヘルパー）の認知症の対人援助技術の向上
- ②認知症の人をかかえる家族を支援すること
- ③認知症の人を支える地域づくり（ＡＣＴ安心ネットワーク）

２００１年から現在まで、①については、毎月のＳＰＳＤ研修会を実施し、年に数回、ＡＣＴの内部スキルアップ研修、企業や学校・社会福祉協議会から演習依頼があり実施しています。

②については、２００５年度から、家族向けのプログラムを作成し、１０月から家族を対象に実施し始めています。

③については、②でミニ公開講座に来てくださった人を中心に「認知症の家族の会」をつくり、どのような支援があれば在宅で暮らし続けることができるのか、また自分が認知症になったらこうして欲しいというメッセージを残せるような活動をテーマに組み立てたいと考えています。

【ＳＰＳＤを用いた研修の目的】

認知症の人が地域で暮らしつづけるためには、家族の関わり方、地域の人々の理解、そして介護に直接関わるケア者（ヘルパー）の関わり方が、在宅での生活を維持できるかの別れ道になります。

直接援助するケア者（ヘルパー）の認知症の理解と実際に対人援助技術を身体で実際に演じることで、自分の癖や落とし穴、自分では良い方法だと思っていたことが、利用者にとっては必ずしも良い方法ではないことに気づいてもらい、改めて自分の対人援助技術を見直すきっかけにします。また、ケア者相互でそのことを学ぶ機会にします。

2. アビリティクラブたすけあい（ACT）の紹介

【理念】

住み慣れた地域で安心して暮らすことができる地域づくりを目指し、「たすけたすけられる」一人二役の双方向性、ケアする側もいつか利用する側になることを想定し、自分が高齢になったときに安心して暮らし続けられる社会をつくるために活動します。

【設立から現在までの主な活動】

- 1992年 任意団体として設立
- 1993年 自立援助サービスのACTコーディネーター養成講座スタート（毎年）
- 1996年 自立援助サービスにACTコーディネーター制度導入
- 1998年 介護保険事業計画策定委員連絡会発足
- 2000年 NPO・ACT指定居宅介護支援事業所開設（独立型）
サービス評価委員会発足。「ケア技術自己点検」「たすけあいワーカーズ事業体自己点検」「利用者アンケート」実施（毎年）
- 2001年 「子育て介護何でも電話相談」スタート
- 2002年 ベネッセコーポレーションと冊子「たすけあいネットワーク東京版」発行
- 2003年 平成15年 ACT10周年記念出版『「だいじょうぶ、だいじょうぶ」たすけたすけられる痴呆の人のケア』刊行

2004年度

1. 介護保険制度の見直しについて厚生労働省へ制度要望を行なう。
2. ACTプロモーションビデオ制作。
3. 福祉の総合的学習プログラムづくりに取り組む。
4. 「転倒・骨折予防」「排泄見直し」「フットケア」公開講座11ヶ所開催
5. 災害救援義援金活動に取り組む

2005年度

1. 福祉の総合学習プログラム「障がいてなあに」 練馬区大泉学園で実施
2. 中高生のための子育て支援サポーター養成講座実施。
3. 世田谷区で年齢の高い方を対象に生活サポーター学習会を8回企画で組立て、2回目まで実施。
4. 「転倒・骨折予防」「排泄見直し」「フットケア」に加えて、「認知症になってもだいじょうぶ・だいじょうぶ」、「家庭介護教室」の公開講座を12ヶ所で企画開催中。

*ACTの詳しい概要は巻末の資料1を参照。

3. 活動の内容

【SPSDの模擬演技技法について】

SPSD（認知症模擬演技者）とは、医学教育で導入されている模擬患者を起源とし、認知症に関する専門的な知識をもち、認知症の人の身体の動き・症状・日常生活での体験や感情などを認知症の人の立場で演じる人のことを言います。

演技方法は、関り方の場面や認知症の人の背景を設定しておき、その場面におけるSPSDとケア者役（会場から起用）のロールプレイ（5～7分）をその他の研修参加者が見守る中実施する。ロールプレイ後はファシリテーターの進行のもと、ケア者自身の振り返り、SPSD・周りの研修参加者からのケア者へのフィードバックを行う。

<背景>

- ・ 認知症によって周囲の環境へ適応する力が低下している認知症の人は、私たちの感覚を超えた大きなダメージを周囲から受けて、不安や混乱に陥ります。
- ・ 介護を担う「人」も認知症の人にとっては、環境の一部です。
介護者の日常の接し方が、認知症の人に大きな影響を及ぼします。
- ・ 知識だけでは役に立たず、介護では、その瞬間、瞬間の関わりが、認知症の人の状態を大きく左右します。

<ねらい>

- ・ ロールプレイの場面を通して、認知症の人への接し方で大切にすべきことや留意点を知る。
- ・ 認知症の人と接する際に自分自身を振り返って、よりよい接し方になるための自分自身の課題や良い点を明確にし、改善を図る。
- ・ その結果、認知症の人が安心して過ごせる環境を確保する。

【現在のシナリオ】

SPSDシナリオ設定在宅版①

●シナリオの主人公

川上 ヨシ（72才、女性） アルツハイマー型老年認知症 約5年前に発症

●本人の様子

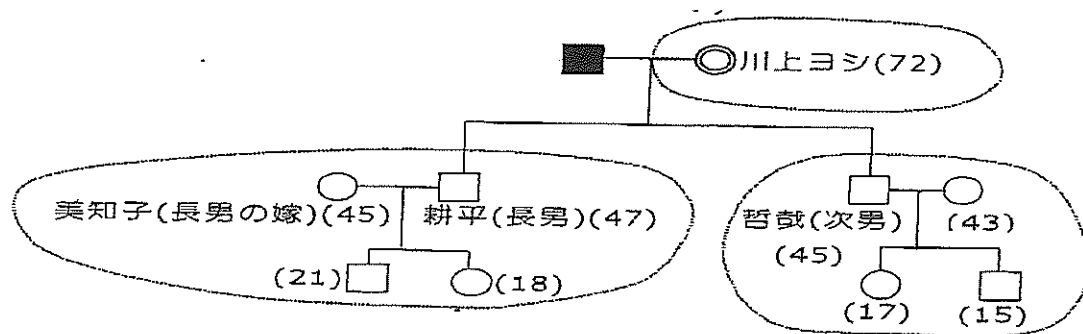
- ・ 日常生活動作は、トイレが分からなくなることがあり、その際は場所を伝える必要がある。
- ・ 一人の時は週に数回間に合わずもらしてしまう。
- ・ 入浴は一人では入ろうとしない。入浴中は見守りが必要である。
- ・ 自宅では居間にボーッとした表情で座っていたり、不安そうな表情でうろうろしたりしている様子がたびたびみられる。
- ・ 物忘れが頻繁にみられるようになり、大事にしている赤のカーディガンがみつけれなくなつて「盗られた」と訴えることがある。
- ・ この2ヵ月くらいは時間がわからなくなつて来ているが、自分から時計やカレンダーを見ることがなくなっている。

●家族背景

- ・二人暮らしをしていた配偶者とは5年前に死別して、その後は独居である。
- ・長男家族は車で1時間くらいの場所に住んでいる。長男（耕平）は商社に勤めているため忙しく、毎日帰宅が遅いが、母親のことをいつも気にかけていて、週末には出来るだけ母親のところを訪問するようにしている。
- ・長男の嫁（美知子）も、義母のことを心配しているが、「美知子さん、私の赤いカーディガンが見当たらないんだけど、あなた盗ったでしょ？」と疑いをかけられたことがあり、それ以来、毎週末世話をしてはいるが、心の中ではわだかまりを感じている。
- ・川上さん本人は、週末の長男の訪問時には非常に嬉しそうな表情をするが、長男が帰った後に訪問があったことは覚えていない。

●家族構成

（点線で囲まれた者は同居していることを示している）



●利用者の背景

- ・性格—生来穏やかな性格である。
- ・生活環境—2人の子育てを終えた専業主婦であり、仕事をした経験はない。
近所付き合いもまめに行っていた。
- ・生い立ち—（長野県）に生まれ、結婚を機に神奈川県に住み始める。
→演技者によって出身地を変える。
- ・趣味—編物、裁縫

<シナリオ①>

[場面設定]

ある火曜日の午後3時、川上さんは何をするでもなく、ボーッと居間で腰掛けている。
そこへヘルパー（ ）さんが家事援助にやって来て、掃除を始める。川上さんは自分の家に見知らぬ人が来て掃除を始めたことを怪訝に思い、不安な気持ちになる。
そしてティッシュやめがねなど身の回りの荷物を詰めたかばんを小脇に抱えながら、硬い表情で廊下を（ゆっくり）歩きだした。そして川上さんはヘルパーに声をかけた。

川上：「もう、帰ろうと思ひまして、申し訳ありませんが息子に連絡して下さい。」

<シナリオ②>

[場面設定]

ある木曜日の午後、川上さんは家の中をうろうろしており、何かを探している様子である。そこへヘルパー（ ）さんが家事援助にやって来て、掃除を始める。川上さんは自分の家に見知らぬ人が来て掃除を始めたことを怪訝に思い、ヘルパーのことを立ったままじっと見つめている。そして、またしばらく家の中をなにやら探し始めたが、そのうち川上さんはヘルパーに声をかけた。

川上：「私のカーディガンがない。あんたでしょう、盗ったのは。」

<シナリオ③>

[場面設定]

もう、1週間以上風呂に入っていない。少し、部屋に尿臭がする。

ある火曜日の午後、ヘルパー（ ）さんは、夕食の準備が出来たので、今日こそは、お風呂に入ってもらおうと声をかける。

ヘルパー：「川上さん、・・・・・・・・お風呂に入りましょうか・・・・・・・・」

<ロールプレイに参加しての『気づき』メモ>

- ①参加して自分が気づいたこと（大切にすべきこと、留意点、問題点など）
- ②ヘルパー役の人の気づき（報告された内容）
- ③模擬役の人の気づき（報告された内容）
- ④会場からの気づき
- ⑤自分自身の接し方今後の課題

【シナリオの作り方】

構成メンバー：SPSD役メンバー10人とファシリテーター役1名と事務局1名

- ①想定されるよくある困った場面をテーマにワークショップを行ないます。
- ②ワークショップは、場面の設定、その時の認知症の人の気持ちや発するだろう言葉などを思いのまま出し合います。
- ③ワークショップを進める中で、その場面での共通の認知症の人の気持ちを理解します。
- ④そして、ロールプレイを何回も繰り返し行なうことで、相手（ケア者役の方）によって、認知症の人が感じるまますを身体で表現し、言葉で感じたことを伝えることが出来るようになります。

<例：お風呂に入ってくれない>

① 想定される場面

- ・ 入浴介助がケア内容に入っていて、家族から週に1回は必ずお風呂に入れて欲しいという要望がある。
- ・ 家族の要望にもかかわらず、入浴拒否があり入浴をずっとしていなかった。
- ・ ケア者（ヘルパー）は、今日は絶対に入れるぞ！！と思って伺っている。
- ・ 失禁しても、そのまま、もじもじしている。
- ・ 臭いが、ちょっとする状態？
- ・ 衛生面が不安。かゆみや湿疹があるかもしれない。
- ・ 入浴行為やお風呂場がわからなくなっているかもしれない。
- ・ 昔の人は毎日お風呂に入る習慣がない。…もらい湯・銭湯・共同風呂
- ・ 今のお風呂と昔のお風呂の違い…五右衛門風呂・ドラム缶風呂→沸かすのが大変
- ・ 家長が一番に入る。女はしまい風呂と言って最後に入って掃除をしたもの。
- ・ 銭湯は社交の場、背中を流したり、洗濯もする。入れ歯の洗浄もしてしまう。着替えは、ふろしきの中、どこにあるかわからない…→頭の中をめぐるが混乱してできない。
- ・ 銭湯に行くのはお金がかかる。お財布の場所がわからない。
- ・ 水道の蛇口やシャワーの使い方がわからない。（習慣がない）また、力がなくうまく回らない。

② 認知症の人の気持ちや発する言葉

- ・ 知らない自分より若い人に見られて恥ずかしい
- ・ 着脱が自分ではわからなく、出来ない。
- ・ 汚した下着を見られたくない。
- ・ 人の世話にはなりたくない。
- ・ 衣類や貴重品がなくなってしまう。
- ・ 「明るいから・・・」「まだ、早いから・・・」「湯冷めしちゃう・・・」
- ・ 「面倒くさい」
- ・ 昼間からお風呂に入ることは、「ろくでなしだ！」
- ・ 入ってしまうと気持ちがいいので出たくない。
- ・ 「自分でできます」
- ・ 「毎日入っています。」
- ・ ズボンの上げ下ろしがしんどい。
- ・ 失禁していても「汚れている」といわれるのはいや！
- ・ 「あんまりあれこれいわんでほしい！」
- ・ 水が耳に入るからいや！

<今後取り組みたいシナリオ>

- ・ お金がない、お財布を取ったでしょ！
- ・ トイレ介助（例えば、こたつに入っていてこでも動かない人。）
- ・ 食べたことを忘れて、食事をもらってない！と始終いう人 …などなど

【これまでの模擬演技実施先】

<2002年度>

- 6月 4日 ACTスキルアップ研修
- 7月19日 鹿児島日本老年行動科学会
- 7月27日 横浜の痴呆介護実務者研修
- 8月23日 福岡県 豊寿園
- 10月29日 東京痴呆介護指導者養成研修
- 11月19日 ACTスキルアップ研修
- 12月 8日 横浜の痴呆介護実務者研修
- 1月20日 あやとり介護教室
- 2月18日 東京痴呆介護指導者養成研修
- 3月 8日 松山学園松山福祉専門学校
- 3月14日 エーザイ研修

<2003年度>

- 6月13日 東京痴呆介護指導者養成研修
- 10月21日 大きなかぶ介護教室
- 12月19日 ACTスキルアップ研修
- 3月11日 エーザイ

<2004年度>

- 5月12日 全国社会福祉協議会
- 11月18日 青森県社会福祉協議会
- 12月16日 ACTスキルアップ研修
- 3月11日 エーザイ

<2005年度予定>

- 9月18日 多摩南生活クラブ生協まつり参加
- 10月22日 西東京市市民会館
- 11月15日 千歳台地区会館（エッコロ広場）
- 12月16日 ACTスキルアップ研修

4. 活動の成果

2002年から現在まで、毎月SPSDの研修会を継続実施し、シナリオもとにロールプレイを毎回数回実施したり、高齢者の身体の使い方や声の調子などを習得するために、認知症の人のビデオを見てポイントを共有したり、実際に施設にボランティアで入らせていただきました。また、日常的にケアに入って利用者の様子を見させていただけることは演技に大きく反映されているとおもいます。

成果としては、以下のようなことがあげられます。

- ①SPSDを当初2名から10名まで養成することができました。
- ②ファシリテーターは、当初永田先生が行っていましたが、SPSDのメンバーからファシリテーターをすることが出来るよう養成しました。
- ③2001年度から現在まで、毎年スキルアップ研修を実施することで、たすけあいワーカーズメンバー（1400人）が認知症について理解が深まり、少しずつですが対人援助技術が向上しました。認知症の人のケアは、全てのケアに通じるところがあり、基本的な対人援助技術を習得するのに役立ちました。多くのメンバーが自分のこととして認知症のことを捉え、地域で認知症の人を支えるには居場所づくりやちょっとしたお手伝い（ボランティア）も必要であることに気が付きました。

【研修を受けたメンバーの感想】

スキルアップ(痴呆)研修まとめ

日時：2004年12月16日

会場：国立オリンピック記念青少年センター

講師：永田久美子氏 アンケート回収28名

1. 今回の研修はいかがでしたか？

大変よかった17名 よかった11名

2. 今回の研修で学んだこと、理解したこと

- ・内なる声を聞くパートナーになろう
- ・どう対応するのか今どういう気持ちでいるのか考える
- ・今日の研修で間違った対応をしていることに気づかされた
- ・痴呆の方の心理状態を理解した
- ・痴呆の人の本人の苦しみは深く、ケア者は理解し安心出来る環境を整えることが大事
- ・相手が痴呆とわかっていれば対処の仕方がわかるが、まだらの人に対してはその時の対応の仕方が違ってくるので今日聞いた話は難しい
- ・出来なくなったことは重要ではなく心の中の感情が大切だということ
- ・スイッチングのタイミングをうまくやれる様にしたい

- ・痴呆の理解が浅かった、反省し声かけに気を配りたい
- ・相手を知ることが大事
- ・利用者の気持ちを考えご自分で出来るようなケアを心がけたい。人としてかかわればよいと言われ少し気が楽になった
- ・1時間内にやるべき事はやらなければならないととても難しい課題
- ・痴呆の方はその瞬間を生きているという事、楽しく安心してすごしていただくことへの援助が大切
- ・ケアプランどおりの内容だけではなく利用者の内面にも配慮する。利用者の外から見えない不安を汲み取る事をしていなかった
- ・痴呆の方の心に少しふれたように思った
- ・内なる声を聞くパートナーになる
- ・痴呆だから何もわからない、出来ないと決めつけて見てはいけない。出来る事良い面などにいかに光をあててあげるか、ひとつの行動のどちらにライトをあびさせて考えればいいのかを理解した
- ・対応の基本は利用者の人柄・人生を軸に考えること
- ・痴呆のロールプレイに感心した
- ・痴呆の方にもきちんとした感情があるということ
- ・感じる事をお互いに話し合って理解する
- ・好きなものを必ず会話に取り込む
- ・痴呆の人の側に立ち寄り添うことが大事
- ・内なる苦しみを理解する

3. 日頃を振り返り、自分自身の今後の課題となる点は

- ・物忘れがどんなに本人が苦しんでいるかを理解し、安心してすごせる環境づくりに努めたい
- ・やさしいケアをと思いながら利用者の方の出来る事にフタをしているような感じがする
- ・痴呆の方の接点がないので積極的に研修に参加したい
- ・限られた状態の中でどのように本人の気持ちに添うか大変むずかしい
- ・外側から気づかない内なる苦しみを理解したい
- ・痴呆の方の今の世界を共感出来る様になりたい
- ・利用者の情報を持ち自分の引き出しを増やす
- ・自分をみがくことが大切と思った。
- ・いかに利用者に残っている力を使ってもらうか
- ・もっとゆったりとした気分で接するよう心がけたい
- ・相手の話し方・体内時間などを見極め・好きなこと、得意なことできるだけ探してみたい
- ・痴呆の方の行動の裏のある心の動き、言葉にならない気持ちの変化を見過ごす事無く気付き理解を深めたいという点

- ・相手に不快を与えず安心して受け入れてもらえる様にする
- ・利用者の立場に立ってどんな歴史をたどってこられたのかなどを考えてみる
- ・自己満足に陥らないようにするにはどうしたらいいか
- ・ロールプレイにより自分の対処の仕方について良く考える
- ・痴呆の方のケアに入り同じ話を何度も聞くことはしていますが、御本人の出来る力を引きだしているかは不安です
- ・無反応のケアだとつい無口になってサッサとやる事だけやっしまい自分の感情中心に進めてしまいがちになること
- ・対応の基本は、利用者の人柄、人生を軸に考えること
- ・スピード感で利用者を脅かさない様にする
- ・出来ることは、ご自分でしてもらおう方が良いとのことでしたので頭に入れてケアに入ろうと思っています
- ・自然に感じる事をお互いが話合って理解する大切さ
- ・痴呆の人の側に立ち寄り添う事が大事
- ・内なる苦しみを理解する

4. 今日の研修で疑問に思ったこと、質問、感想をご自由にお書きください。

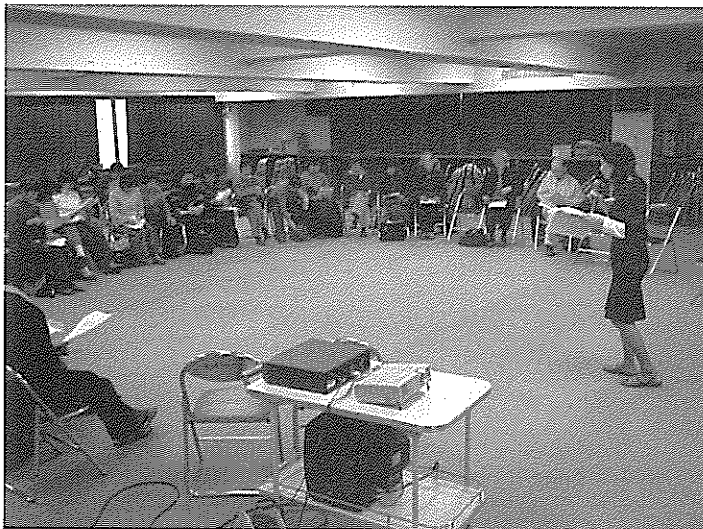
- ・義父母はそれぞれ同じように物忘れ症状・全く違う症状があり二人の話を聞きそれぞれに伝えと言った言わないの喧嘩になることがあり、二人の話を聞くだけにしましたが、それでいいでしょうか？
- ・義父は毎日確認作業のオンパレードで朝から晩まで続くと疲れてしまいます。家族の対処のし方を教えて下さい
- ・間の取り方、出来ないことを学んだ
- ・ロールプレイは私だったらこうするというようなことがあったので、終わりにフリートーキングの場が欲しかった
- ・ロールプレイは大変勉強になった
- ・SPSDの方々の迫真の演技に感心した
- ・SPSDの方が痴呆の方の気持ちを良く知っているのに驚いた
- ・場面、場面で対応の仕方が違い、相手のかかわりも変化するので、回答を求めるのは無理かと思った
- ・チームアプローチをしていく上で情報を共有する事は重要だとわかりながらも、ケアに追われなかなか十分とは言えないと感じた
- ・利用者のしぐさ・心の動きなど記録にたよらない動作大切
- ・SPSD楽しかったが、演じてみてご本人の気持ち分かるのかな？
- ・全く反応がない方のモーニングケアで腕の拘縮が激しく着替えに苦勞し、ご家族からも介護のしがいが無いとの声があり。この方とのコミュニケーションの取り方は？

- ・声のトーンが気になりましたが元気な声で接した方が良いのか?
- ・一人一人対応が違うので考えて編み出す
- ・目線の位置の大切さを再認識しました
- ・向上心を持ちたいです
- ・少しでも寄り添った介護をしたい

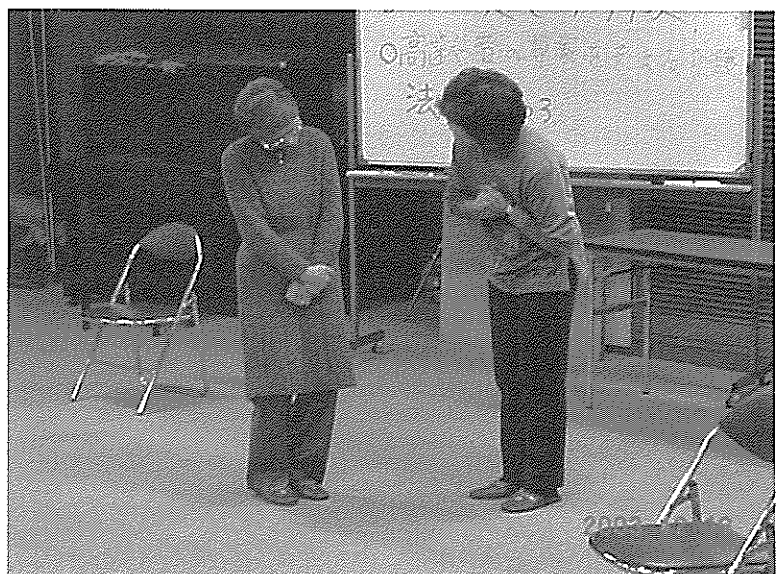
以上、研修アンケートまとめを記載しました。それぞれのケア者が自分自身の課題として捉え取り組んでいます。

<研修風景>

①ロールプレイの背景とねらいを話す



②認知症の人に成りきる SPSDと必死に援助方 法を探るケア者役





③ケア者役の振り返りとSPSDからフィードバック。そして周りの観衆者からも気づきを発表し、お互いのケア技術を指摘しあい、自分自身の課題を発見します

【日常のケアの関わりの中から】

技ありケア(失敗は成功の秘訣)

●近くに住む娘さん宅へ行こうとされるので、後からついていくと「ついて来ないで！」と言われた。こちらから手をつないで「散歩に行きましょう」と誘ったら、につこりされた。

●爪切りを探されていたとき、ケア者はしまっている場所がわかったが、少しいっしょになって探し、「ここにあったわ。気がつかなかった」と言って渡したら、「どうもありがとう」とうれしそうに言ってくれた。

●アルツハイマーのTさんは、突然「会社に行く」、「何もできない!」「死んだほうがいい!」などと言われ、対応がむずかしかった。「会社に行く」と言われたときは、まず「行きましょう」と車いすで外に出て、しばらく歩いているうちに安定され、会社に行きたいという思いは忘れ、そのまま散歩になった。

●私の顔を見て「会いたかったなあ」「怖かったの。私を守ってね」「助けてください」といわれることがある。不安なときに手を握ると「うれしいー、うれしー」と言われた、自分のことを信じてもらっているのかなあと思い、こちらもうれしかった。

●痴呆初期には自転車で徘徊をしていた方が、骨折をして、今は自転車に乗れない。ヘルパーが自転車に乗ってやって来るのがしゃくにさわるようで、「自転車で来るなら、もう来なくていいよ」とたびたび言われる。それで利用者宅から離れた所に自転車を置き、歩きで来たことにした

ら、自転車のことでヘルパーを拒否することがなくなった。ウソをつくことに抵抗はあるが、とりあえずこの件では落ち着いた。

●90歳を過ぎても百人一首をされる方がいた。ヘルパーが上の句を読むと、口から下の句がすらすらと出て来た。娘さんは「母が百人一首を覚えていることは知らなかった」と言われた。痴呆になっても娘時代に覚えたことはより鮮明に記憶されていたようである。

●利用者の方々が子どもの頃のことやいきいきと活躍していたときのことをお話ししてくださることが多いので、自分がタイムトラベルをしたかのように思う。60、70年前の日本の生活の様子や、その方々が生活していた土地の特色などを聞かせていただくたびに、こんなに大きな変化があった時代を懸命に生き抜いていらしたことに尊敬を感じる。

●3時間ケアの方で、散歩を兼ねて買い物や食事をしながらいろいろな話をするが、そんななかで、「歳をとってイヤよね。頼みもしないのに勝手に誕生日がくるんだから」と話をしていました。ちょうどその方の誕生日がケアの日だったので、食事の予約をとり、お店にその旨を話したところ、当日、店のご主人がバースデイソングを歌って、プレゼントをくださった。本人も感激して大変喜んでいました。地域の方々の理解があればやっていけると思った。

●繰り返し、繰り返し話される同じ話を何度も苦もなく聞くことが出来る自分に驚いている。自分の家族だったら出来ないことかもしれない。話される方の思いやそのときの情景が目に見え、楽しかったことは楽しく、悲しかったことは悲しい思いで、まるで古典落語を聞くようである。利用者から人の気持ちを教えてもらっているようで、ヘルパーになる前よりも人の気持ちが少しわかるようになった気がする。

●会話をすることで、気持ちを通じあおうとしたことに失敗したことがある。こちらが話せば話すほど、利用者は何を言っているのかわからなくなり、不安になるばかりだった。あるときは人相が変わって「出ていきなさい」と言われた。先輩のアドバイスによって、その次からはよけいなことは言わないで、必要な言葉かけだけにしたら、着替えの手伝い出来るようになった。うれしかった。

●いっしょに歌を歌い、絵本を読み、スポーツをしている所や車の往来を見に散歩介助するなど、健康だったころに大好きだったことを体験すると喜ばれた。

●鍵盤ハーモニカやおもちゃのピアノで知っている童謡を演奏すると、反応があり、言葉は話せないけれど、感動の声を発しながら涙を流して歓喜の表現をされた。ケアをしているというより、いっしょに遊ばせていただいている。「こちら楽しい」ということが利用者にも伝わる瞬間は、

疲れを忘れる。

●昔から手作業が好きと聞いていたので、編み物をはじめた。かぎ針でまず鎖編みをするので、「鎖をまず50つくってください」というと、数を数えながら、途中で「あといくつ？」と聞かれた。「あと50ですよ」というと、さらに数える。30分くらいその調子を繰り返す。続ければまだまだ続く様子だが・・・。

●ある友人から昔の歌を教えてもらったので、それを歌ったら「知ってました」と言われた。それから古い歌の載っている本を見ながら、次々に歌う。手を叩いたり歌にまつわる話をしたり、そうこうしているうちにお嫁さんがCDを用意してくださり、CDにあわせて歌うようになった。

●利用者の方とある催しに出かけた。そこでボールを蹴るゲームがあって、「誰かやってみませんか？」と声がかかった。利用者の方はスーッと出ていき、勢いよくボールを蹴ってゲームに参加した。ニコニコしながら。簡単な体操なども促すまでもなく、積極的にされるので、この方は身体を動かすことがお好きなのだとわかった。

利用者の人柄に触れました

●ハンバーグとサラダの盛り合わせをつくったが、うっかりしてサラダにもケチャップをかけてしまった。それを召し上がった利用者さんは「人を吸い寄せる味ではないわね」と表現され、感心した。

●お宅にうかがうたびに「今日は〇〇へ行って来たのよ」「ショーを観て来たのよ」と話される。息子さんにも、毎日「どこかへ行って来た」と話をするので、「だんだんと痴呆がひどくなっていくようで、心配だ」と息子さんは連絡ノートに書かれている。

先日、風邪を引き、1か月ほど体調を崩された。JRのビューカードの記録から、実際に頻繁に外出していたことがわかり、その疲れなどから風邪を引かれたようだった。「おひとりでは遠出はしないでくださいね。皆さん心配なさいますから」「はい、よくわかっています」とおっしゃる。その外出も不可解なサークルのお誘いだったらしく、子どもさんたちは成年後見制度の手続きをされたそうである。

●白いセーターを着てお宅にうかがったとき、「そんなにきれいな洋服を汚さないようにくださいね」とエプロンを出してくださった。

●病気のため、通院以外は外出禁止の独居の利用者を、ヘルパーが毎日訪問し、家事全般と安否確認をしている。昼食はヘルパーが同席するため、ヘルパーは弁当を持参するが、必ずその利用者は自分と同じ食事をするようすすめる。それで、焼き魚が一切れのときは半分にしたり、ご飯

が一膳のときも半分ずつわけることにした。ヘルパーは利用者の皿のほうを多めにして盛り付けるが、利用者はすばやく多めの皿をヘルパーのほうへ変えてしまう。そして何事もなかったように「いただきましょ」と、まるでわが子に接する母親のような利用者だった。(持参の弁当を食べた後にすすめられたときは、「食べられないけど、捨てるわけにはいかないし・・・」とたいへんだった)

●ケアに入るといつも笑顔で迎えてくれる。言葉は出ないが、喜びを「あー」といいながら表し、笑ってくれるとほっとする。

お知恵を拝借

●子どもさんが帰ってくると今も思っていて、「今日は子どもが帰って来るの？」と何度も聞かれる。「今日もおひとりですから、ご自分の夕食の用意をするだけでいいですよ」と答えても、子どもさんの分も買い物をするので、冷蔵庫の中がいっぱいになってしまう。ときどきいっしょに古いものを処分するが・・・。

●話をしている途中で、急に私のことをお嫁さんと間違えることがあり、「私はヘルパーの〇〇です」と言うと「あら、うーん、どうしたのかしら」と、とまどった顔をなさる。そういう時、どう対処したらよいか迷うことがある。

●散歩介助のときに「傘はどうしたかしら？」といつも気にするので、天気の良い日でも傘をもっていく。傘を見ると落ち着くようである。

●散歩の付き添いで、時間内に家に帰るようにしてもらうのに毎回困った。よその家のドアをたたいて回ったり、ガラッとあけてしまったり、お店の商品を手にとったり、ひや汗のかきっぱなしだった。でもどれにも理由があり、お話しして納得してもらえることもあった。

●痴呆の方のおっしゃることはわかりやすい。遠慮や思惑がないからである。でも、たまには家族やヘルパーの気持ちもわかって、と思うこともある。

●トイレに行くとき何をする場所か、使い方がまったくわからず、こちらが説明をしながら用を足し、手を洗ってもらおうとした。すると便器の中の水に手を入れて洗おうとする。トイレトペーパーも何をするものかわからず、ポケットにしまおうとする。見過ごすとそれを後で食べたりするので要注意である。

●ある日、お宅にうかがうと、お嫁さんが「ちょっと来て、見て、見て」という。指さすほうを見ると便器が庭に。びっくりした。「どうしたの?」「おばあちゃんがはずしてしまったの。夜中

に何か音がするので行ってみたら、まさにその時便器を持ち上げていたの」それまでにも冷蔵庫の中の棚板類、レンジの五徳をはじめ、配線のたぐいまではずしてしまい、最後には冷蔵庫、茶たんす、整理たんすなど、中身はすべてからっぽに。小さなものはともかく、便器をはずしてしまうとは、何かにとりつかれたように一心に仕事(?)をしてしまう結果なのかと・・・。

●入浴介助のとき、「お風呂に入りましょう」と誘うと「こんな真っ昼間からお風呂に入る人はいないのよ」「みんなが入ってから最後に入りますから」と言われる。1時間のケアだったのでなんとなくせかされているような感じがわかってしまったのか。「じゃもう少したったらゆっくり入りましょうね」と話すと「お客さんが先に入ってください。その後で私が入りますので」とていねいに私たちに言われる。このやりとりを数回してからお風呂にやっと入る。入る前は、自分はどこに連れていかれるのだろうと不安な顔をされていた。安心してもらおうと、「いっしょに入りましょう」「頭は洗わなくていいですよ」などいろいろな言葉をかけるのだが、安心して入っていたかどうかはわからない。

●ケアに行くなり「バカ、あんたなんかキライよ」と言われ、びっくりした。ただ、ちゃんとお話ししているうちに少しずつ落ち着いてくる。こちらがあまり気を遣いすぎて話をしてもいやがられる。平常心でいることはむずかしいが、大切なことだとわかった。痴呆なのだけれど物事がわかっていらっしゃることがあり、とてもこわい表情や態度をされることがある。自分の受け答えや態度はこれでいいのだろうかと思うことがあり、反省させられる。

5. 今後の展開について

【家族支援のプログラムづくり…認知症の人をかかえる家族を支援する…】

認知症でも だいじょうぶ・だいじょうぶ

「私は 心もからだも生きています！」

- 内 容
- ・ 認知症の人の暮らしをビデオでみましょう
 - ・ 認知症の周辺症状の特徴
 - ・ 模擬演技者を通して認知症のケアを学ぼう
 - ・ 家族のお話をきき、会場の参加者がお互いに経験や行き詰っていることを出し合って話をする。

ファシリテーター 1名
認知症模擬演技者 2名
会場参加者 20名程度におさえる

以上のプログラムは、2005年10月より開始したばかりです。実施しながら試行錯誤し、家族間のピアカウンセリングも出来るようになるようなたまり場が、地域ごとにできればと考えています。

【認知症の人を支える地域づくり…ACT安心ネットワーク…】

練馬と町田では、2003年度よりACT安心ネットワークとして活動を開始し始めています。

<開始の方法>

- ①会員を中心に地域の方々に呼びかけ、自分がこのまち（地域）に暮らし続けていくためには、「こんなものがあるといいね」を出し合ってもらおう。ワークショップを行ないます。
- ②ワークショップの中から、実行出来そうなものから取組みます。
- ③ここでのポイントは、地域に住んでいる人の構成で、いかようにも課題が違い、それぞれの安心ネットを形成します。

練馬…Aのテーマ 近所の人が高齢化し始め病院通いやご主人が亡くなったりしている。元気で過ごせているのか気になる。そこで、古いTシャツなど綿の布をきり、自宅で使ったり、地域のたすけあいワーカーズが家事援助や介護の時に使用するのにつくる「古布を切りながら、オシャベリをする。」1ヶ月に1回その会をすることで、安否確認が出来、様子がわかり、お互いに必要なこと

をたすけあうことが出来る。

Bのテーマ 知的障害を持った人の仕事の場をつくりたい。という家族の想いを皆で考えて、空き店舗を借りて、地域のたまり場を目指して話し合っています。ちょっと入りたい、おいしいものが食べられる・・・をキーワードにスワンベーカーリーのようなおしゃれさも目指しています。

町田・・・テーマ たすけあいワーカーズメンバーの夫たちをどうにかしたい、してほしい！
ワークショップで夫たちは、定年退職して家に居るようになったが・・・妻たちは、仕事や地域活動で忙しい。昼食くらい自分でどうにかしてほしい。と妻たちは切実におもっています。男性たちも、地域のことが少しずつ見えて来て、公園や散歩道で見つけた道祖神など気にかかる。地域のことをもっとしりたい。などなど話し合いが進み、月1回の散策と500円以内で食べられるお店のマップづくり。男の料理教室も開始しました。(あいらぶ成瀬)

練馬のAテーマも町田のあいらぶ成瀬も、まだまだ介護保険ではお世話にならないけれど、地域で人の関係をつむぎながら、自分らしく暮らし続けたいとおもった方が、中心になって進めています。

同様に、10月に認知症のミニ公開講座を開くことで、そこに集まった方たちを中心に、認知症をかかえる家族同士のピアカウンセリングや、もし自分が認知症になったらこうして欲しいというメッセージを残せるような活動につなぐことが出来ないかという意見も出ています。今後のACTの安心ネットワーク活動として、認知症をテーマに展開していきます。

資料 1

特定非営利活動法人

アビリティクラブたすけあい（NPO法人ACT）

2005年6月1日現在

1. 団体名

特定非営利活動法人アビリティクラブたすけあい（略称「NPO法人ACT」）

2. 法人格

特定非営利活動法人 2000年1月20日設立

3. 所在地

156-0051 東京都世田谷区宮坂3-13-13

・03-3425-5722 ・03-3425-5788

・Eメール：tokyoact@maple.ocn.ne.jp

・http://www4.ocn.ne.jp/~tokyoact/

4. 設立日

1992年9月21日設立

5. 代表者名

理事長 香丸 眞理子

6. 設立趣旨

身近な地域に生活する市民の立場から、自ら高齢者介護や子育て支援をすすめるために、1992年に任意団体として「アビリティクラブたすけあい」（略称ACT）を設立しました。

その後12年の間に、会員は7,384人に拡大し、赤ちゃんからお年寄りまでの自立援助サービスをになう「たすけあいワーカーズ」は都内29自治体に34団体、実際にサービスに従事する人は1,468人、年間の自立援助サービス活動総時間は77,647時間（2004年度）に達しています。

私たちは、これまでの実績をベースに、今、地域でのたすけあいと介護保険制度、障害者支援費制度子育て支援制度等を重層的に組み合わせ、大きく飛躍することが必要であると考えます。これまでの会員対象のサービスを広く社会一般に開き、社会全体のシステムとしていくために、そして自分たちの住む地域で、自立した個人の生き方を尊重し、多様な価値観を大切にしながら、生きていくことをたすけ、たすけられる社会システムを実現するため、特定非営利活動法人として、地域社会に新しいたすけあいの文化を築いていきます。

7. 設立目的

市民によるたすけあいの理念に基づき、高齢者その他生活の支援を必要とする人々に対し、介護その他の生活支援、これに関する事業ならびに調査研究、および公共政策の提案を行なうことにより、少子高齢社会において市民が相互に自立し、福祉の増進に寄与することを目的とします。

8. 会費

年会費 3, 0 0 0 円

9. 事務局

常勤職員 8 名 (内、介護支援専門員 3 人)、

非常勤職員・協力スタッフ 3 2 名 (内、介護支援専門員 2 7 人)

10. 活動範囲

東京都内

11. 2004年度実績

会員数 7, 3 8 4 人 事業高 1 9 6, 5 6 4, 0 3 5 円

繰越剰余金 3 8, 5 5 1, 6 1 9 円

12. 活動内容

(1) 自立援助サービス事業

NPO法人ACT会員の中から、都内基礎自治体別に結成される「たすけあいワーカーズ・コレクティブ」(略称「たすけあいワーカーズ」)との業務提携により、自立援助サービスを行ないます。

(2) NPO・ACT指定居宅介護支援事業所(5事業所)

市民自治の視点で公的制度である介護保険に非営利市民事業として参画し、公正中立な介護支援事業を行ない、被保険者の自己決定を尊重する自立支援の理念と実践を通してオンブズパーソンの役割を果たします。また、制度改善に向けて提案を行ないます。

(3) 会員の共済を図る事業も含む非常時の経済支援に関する事業

NPO・ACTの独自開発品目アビリティ共済「たすけあいケア・プラン」「きがるっち・プラン」で、日常生活で発生する事故や病気でハンデを持った時、入院や出産等でサポートが必要な時など、(1)と連動して非常時の経済的・日常生活不安に対応します。

(4) 生活自助品供給事業 在宅生活者への自立支援や介護者の負担を軽減するための健康管理用品、自助用品、介護用品等を供給します。

(5) 研修・啓発・相談等人材養成事業

コーディネーター養成講座(初級・中級・上級)年間各4～8回実施、事例検討会年間2回、スキルアップ講習年間11回、ワーカーズ・メンバー新人・中堅・理事研修年間8回、その他必要に応じて実施します。

(6) 公開講座、講師派遣等事業

「転倒骨折予防」「フットケア」「排泄見直し」等健康公開講座の開催。2級ホームヘルパー養成講習、介護者教室、認知症患者の模擬演技者(SPSD)を養成し、研究会、研修会に講師派遣します。

資料 2

NPO法人ACTの痴呆利用者の実態調査

単位:人 2002. 5. 31現在

利用者数		1388	
痴呆の方の人数		200	14.4%
男女の割合	男	54	27.0%
	女	146	73.0%
痴呆の診断について	アルツハイマー	45	22.5%
	脳血管性痴呆症	40	20.0%
	その他	32	16.0%
	診断無し	83	41.5%
介護の家族形態	一人暮らし	45	22.5%
	老ろう介護	38	19.0%
	日中独居	41	20.5%
	家族有り	74	37.0%
	その他(施設)	2	1.0%
介護度	自立	3	1.5%
	要支援	8	4.0%
	介護度1	38	19.0%
	介護度2	42	21.0%
	介護度3	37	18.5%
	介護度4	23	11.5%
	介護度5	49	24.5%
年齢	後期高齢(75歳以上)	170	85.0%
	前期高齢(75歳未満)	30	15.0%
《注》 NPO法人ACTの痴呆利用者=31のたすけあいワーカーズの痴呆利用者の合計			
利用者は、自立援助サービスの利用者ら子育て支援の利用者を除いた人数に介護保険利用者を加えた人数。			

2. 特別賞受賞活動報告2

活動名称	発信「忘れても、しあわせ」の思い
応募者	小菅もと子
連絡先	〒470-1127 愛知県豊明市三崎町ゆたか台 27-24

1. 概 要

「認知症になったら、死んだほうがまし」と、まだまだ思われている世の中です。私たちは、認知症の本人の思い、家族の思いなど在宅生活のすべてをオープンにし、地域と全国に向けて10年間認知症を発信し続けています。「忘れても、しあわせ」をテーマに、主に作品展と講演活動をして来ました。認知症でも残っている能力はあり、周りの理解と協力があれば、生き生きと過ごせることをお伝えしています。「分からんようになった。こんな私はダメな人間。早く死にたい」と苦しむマサ子は、絵画を通じて自信を取り戻し、地域の人に支えられ作品展を開催しました。目的は認知症をオープンにし、知ってもらうことです。楽しく・のんびり・交流することをコンセプトに「忘れても、しあわせ」展と題し、認知症を発信しました。

介護を通じて知り合った地域の人たちの協力のもと、開催しました。受付は地域の大学に通う女子大生。手作りのクッキーや饅頭を作ってくれたのはヤングママやおばさんたち主婦。お客様のおもてなしをしてくれたのは、知的障害を持つ子どもたち。絵画のほかにも、俳句・粘土造形・折り紙・手芸なども飾りました。展示は作品ばかりでなく、小菅家の介護の工夫をコメントつき写真で紹介するコーナーや、福祉関係のチラシ・パンフレット・書籍などを置いた福祉情報コーナーも設けました。認知症よろず相談コーナーも設けました。

マサ子は作品展のまさに主人公でした。マサ子本人が、お客様と交流しキラキラと輝いたことは何よりも大きな収穫でした。そして、お客様がマサ子自身の発する言動を通して、作品とは別の残存能力を受け取る機会にもなったのです。マサ子の役割はとても大きく、存在そのものが認知症の発信になっています。

同居からこの初個展までを、もと子は「忘れても、しあわせ」（日本評論社）という本にして出版しました。介護日記をもとに、本人の苦しみ、家族の思い、地域との関わりなどを書きました。その後、「忘れても、しあわせ」が原作となり、認知症の家族をテーマにした映画「折り梅」（松井久子監督）が出来ました。原作の地、豊明市では、地域の人たちが、行政を巻き込み、映画制作にボランティアとして参加し、全国に文化・芸術・福祉を発信したのです。豊明市のロケーションでは、市民がエキストラをしたり炊き出しをしたりして盛り上がりました。マサ子は絵画を提供し、もと子もボランティアとして撮影に協力しました。この映画は、全国で1,200箇所の地域で上映され、100万人がご覧になっています。日本ばかりでなく世界でも上映され、認知症を知り、自分の事として考えるきっかけとなっています。「忘れても、しあわせ」の思いは、作品展・本・講演・映画と形を変えつつ、全国に広がっています。

私たちばかりでなく、認知症の本人と介護者は大きな大きな力を秘めています。地域の人たちの支えのもと、当事者として、認知症の真実の姿を伝え、啓発出来る力を持っているのです。マサ子の命も残り少なくなってきましたが、いついつまでも、「忘れても、しあわせ」の思いを発信し続け、「認知症でもだいじょうぶ」な町にしたいと思います。

<概要の図版>



東陽展 努力賞受賞 「悲しいひととき」 F20

78歳の時、痴呆症と診断されてから始めた絵画教室。それからの2年余りに描いた水彩画・油絵・粘土作品・自宅での手芸・俳句・折紙等数々の作品を、是非ご覧ください。
年長いて、物忘れがあっても「人生まんざらすてたもんじやない」ということを、作品から感じていただけたらと思います。
マサ子はあやんにとっても、出合いの場であり、自分を発見する場でもあったらと思います。当日はささやかですがお茶とお菓子を用意しております。お気軽にお茶を飲みおしゃべりしておくつろぎ下さい。家族、スタッフ一同心よりお待ちしております。

自宅 〒470-11 豊明市三ツ崎町ゆたか台27-24
☎ FAX 0562-95-0979

小菅マサ子作品展
「忘れても、しあわせ」案内状

折り梅

映画「折り梅」ポスター
監督 松井久子
主演 吉行和子 原田美枝子



「真実」に——
うれしい涙が止まらない

映画「折り梅」ポスター
監督 松井久子
主演 吉行和子 原田美枝子



作品展は出会いと交流の場のにぎわう
子どもからお年寄りまでワイワイガヤガヤ



映画市民ボランティア大奮闘
手作りプラカードで野次馬の整理



豊明市内でのロケーション風景（正福寺）
監督の下、スタッフに囲まれ、俳優さんと共に
エキストラ出演した市民ボランティア

2. 地域の紹介

私たちの住む愛知県豊明市は名古屋市のベッドタウンです。昔ながらの田んぼ、畑やため池が残っている緑豊かなまちです。人口は現在67,000人ほどです。私たちが住む地域はサラリーマン家庭が多い住宅地です。この地に11年前引っ越してきた我が家は、地域に馴染みがありませんでした。一人暮らしのマサ子が骨折し入院し、退院後我が家で同居が始まったのも、引越した後、まもなくでした。小菅家を取り巻く地域の紹介をします。

＜P・P No. 1（p. 112以降参照）＞

● 絵画教室「アトリエ ぶどり」 ＜P・P No. 2＞

同居が始まった頃より、喜怒哀楽が激しく物忘れが目立ち始め、病院で認知症と診断されました。認知症のリハビリとして絵画を始めました。同じ町内にある普通の絵画教室へ、週に一回もと子が付き添い通い始めたのです。先生や生徒さんも、認知症を承知でマサ子を受け入れてくれましたが、はじめマサ子は行くのを嫌がりました。週に二回に増やした頃より馴染んで来ました。製作の合間にティータイムがあり、コーヒーを飲みお菓子を食べながら、マサ子は昔話をするようになり、生まれ育った京都の鞍馬山、青春時代を過ごした東京の話など人生を語り出しました。また、子供たちも通う教室で、最年少は3歳、最高齢はマサ子でした。子供たちとの交流はマサ子を生き生きとさせ、粘土造形も楽しみました。

● ご近所 ＜P・P No. 3＞

引っ越したばかりで、パート勤めのもと子のご近所付き合いがありませんでした。散歩がてらの絵画教室の道すがら、地域の人と挨拶を交わすようにしました。するとマサ子も挨拶をし、ご近所に少しずつ覚えてもらえるようになったのです。認知症を打ち明けるのには勇気が要りました。外面が良いマサ子でしたが、家では物盗られや徘徊が激しく、ご近所の協力を得るため認知症を打ち明けたのです。

隣近所をはじめ、行きつけの美容院や喫茶店などに我が家の連絡先を渡し、「マサ子を見かけたら連絡してください」とお願いしました。いつしかご近所のネットワークが出来、徘徊時の発見や防止につながりました。ご近所では「絵を描く認知症のマサ子おばあちゃん」と、可愛がられるようになり、畑で出来た野菜や果物をご近所から戴くようになりました。戴いた実りものを題材に、故郷の四方山話をしながら筆がすすみ、作品がどんどん増えました。

● ボランティアさん ＜P・P No. 4＞

認知症と診断されてすぐに利用したのは、地域の互助ボランティア組織（くらしのすけあいの会）です。マサ子の話し相手と散歩が主な仕事です。

マサ子の生い立ち・苦労話・人間関係を書いたプロフィールを読んでもらい、マサ子の人生そのものを受け止めてもらいました。散歩、買い物、コンサート、近所の喫茶店でのひととき、絵画教室への付き添い、ショートスティ先への訪問、入院時の訪問など、マサ子と会話し、心を支えてもらう人たちで、10年のお付き合いで、馴染みの間柄です。

● 豊明市・日進市・東郷町における在宅ケアを考える会（現在はNPO地域ケアを考える会）

在宅での介護を話し合ったり、勉強しながら住み良いまちづくりをしていく会です。介護が始まった当初この会にもと子は参加するようになり、豊明市ばかりでなく近隣市町の行政・医療・福祉関係者とのネットワークが出来ました。

● **利用しているサービス関係者**

在宅で利用している福祉サービスの事業所の職員さんとのネットワーク

● **呆け老人をかかえる家族の会・愛知県支部**

豊明市に隣接する東海市に愛知県支部があります。もと子は愛知県支部の会員（現在は世話人）です。この会に参加し、同じ悩みや苦しみを持つ介護者に出会い、励まされ心を受け止めてもらっています。

認知症のマサ子と介護者のもと子は、このような地域の人たちの理解と協力と支援のもと、小菅マサ子作品展を開いたのです。そして、作品展をスタッフとして手伝ってくれた地域の人たちが、「折り梅」の映画化の原動力になりました。

3. 活動の内容

活動の大きなものは小菅マサ子作品展「忘れても、しあわせ」です。

認知症でも出来ることがあることを知っていただくための作品展です。

どうせするなら、楽しく作品を鑑賞し、交流してもらおうと考えた1997年の初作品展は活動の原点です。

● 介護を通じて知り合った地域の人の協力 <P・P No. 5～No. 6>

1 飾り付けは、絵画教室の仲間

絵画教室「アトリエぶどり」のよでん先生と生徒仲間が、作品の展示を担当

2 お客様のおもてなしは地域の知的障害を持つ仲間

知的障害を持つ子どもたちが作品展のお客様の注文を受け、飲み物とお菓子をお出ししておもてなしをしました。サポートするのはその子どもたちを支援するボランティアグループと大学生のボランティアです。

3 受付は地域の大学生

地域にある名古屋短期大学の保育科などの学生さん達が受付を担当しながら、知的障害を持つ子どもたちのサポートも担当しました。受付ではお客様に記帳してもらい、ただ茶券を渡してもらいました。

4 お菓子作りは地域の主婦

マサ子の散歩と話し相手となっているボランティア「くらしたすけあいの会」のメンバーが中心になって、手作りの饅頭・クッキーなどお菓子を作ってもらいました。知的障害を持つ子どもたちのお母さんたちにもクッキーを焼いてもらいました。

5 看板やタイトル書きは書道をたしなむ地域の人たち

会場の文化会館のたて看板やギャラリーの案内板、作品の下のタイトルペーパーを書いてもらいました。

漢字のタイトルには子どもでも読めるようにふりがなをつけてもらいました。

6 認知症よろず相談所は呆け老人をかかえる家族の会や福祉関係者

認知症のこと、介護のこと、悩みや相談を気軽に話せる場所をセッティングしました。もと子が会員の呆け老人をかかえる家族の会・愛知県支部の協力はもちろんのこと、福祉施設で働く職員さん、行政関係者がボランティアとして参加してくださいました。

7 マサ子の絵が入った招待状を1000部作り、地域の人たちが配布してくれました。

● 多彩な展示 <P・P No. 7～No. 8>

1 絵画（水彩・油彩）ばかりでなく俳句、粘土造形、折り紙など多彩な残存能力を形として提示

認知症になって初めて絵筆を握り描いた作品は水彩画・油絵を40点余り展示。若い頃から俳句が好きだったことから、ヘルパーさんと近くの公園へ散歩に出かけ詠んだ句を40点。絵画教室で作った粘土のリースやプレートなどの粘土作品。ボランティアさんと作っ

た牛乳パックのペン立てや折り紙作品。

2 小菅家の介護の工夫を写真で展示

生活の中から生まれた介護の工夫を写真に撮り、コメントをつけたものを展示しました。

- ・テレビの下に貼り付けた「今日は、○年○月○日○曜日 今日○○の日です」の張り紙
- ・洋服タンスや小引き出しに、中に何が入っているか書いたシール
- ・朝昼夜、曜日が分かる薬箱
- ・マサ子の一週間の予定表。利用しているサービスの解説付

3 地域の福祉施設のパンフレット・書籍など福祉情報の具体的提示

特別養護老人ホーム・老人保健施設・在宅介護支援センターなど施設のチラシ・パンフレット。施設のほかに、様々なサービスのチラシ・パンフレットも置きました。

● 交流の場 <P・PN○. 9～N○. 12>

1 第一回「忘れても、しあわせ」小菅マサ子作品展の入場者数は三日間で1, 500人。マスコミで紹介されたこともあり、来場者は豊明市ばかりでなく、名古屋市をはじめとする愛知県の市町村、岐阜県、三重県、長野県にも及びました。ギャラリーの中心に大きなテーブルをセッティングし、テーブルクロスの上に手芸や粘土作品を飾り、お客様に自由に手に取ってもらい、眺めてもらいました。お客様の中には視覚障害者のかたもみえました。

2 椅子に座りお茶を飲み、お菓子を食べながら、ゆったりとした時間を過ごしてもらいました。知らない者同士、作品を眺めながら話がはずみ、笑顔が耐えませんでした。参加者は赤ちゃん連れの若いご夫婦・幼稚園児・小学校や中学校の生徒・高校生・大学生など若い世代から高齢者、障害者まで多種多様の方々でした。「何でも書いてくださいノート」は、6冊にも及び、個々の思いがびっしりと書かれています。

- ・メッセージの中から

*病氣を持つ私です。私も自分なりに生きてゆきたいとおもいます。今日はエネルギーを与えられました。いつまでもお元氣でお過ごしくださいませ。

*マサ子おばあちゃんへ。とてもすてきな作品を見せていただいて感動の思いでいっぱいです。油絵のすばらしさにはまいりました。私も油絵を習ってみたいくなりました。俳句も一つ一つ読んでいるうちに、マサ子おばあちゃんの散歩する姿、風景が思い浮かんで来ました。

3 認知症を身近に感じてもらえました。参加した地域の高齢者の方々から「呆けたばあちゃんでも、こんなきれいな絵が描ける。わしも家でボーとしとらんと、外へ出て、何か始めよう」という声があがりました。認知症を知ることは、認知症を予防することにつながります。外に出て、楽しみや生きがいを持つことが大切と気づいてもらうことが出来ました。

4 地域に住む障害を持つ子どもたちがボランティアとして参加し、お客様のおもてなしを担当しました。家では見せない生き生きとした姿に家族は驚き、喜びました。知的障害を持っていても、内に秘めた能力はたくさんあることを、家族ばかりでなく一般の参加者も発

見しました。

5 地域にある大学の学生がボランティアとして参加しました。保育科の学生は受付を担当したり、お茶やお菓子のおもてなしをする知的障害を持つ子どもたちのサポートをしました。学校の机の上では学べない障害児教育や福祉学習の場になりました。

6 マサ子自身が一番輝きました。会場にすることで、参加者と交流し、認知症を正しく知ってもらう大きな役割もしました。マサ子は、お客様に声をかけられ、まさに主人公でした。

「絵が上手ですね」の声掛けに「70の手習いです」と応えると、「まあ、お話が出来るんですね」「えっ、話が通じるじゃありませんか」と皆さん驚かれました。認知症でもコミュニケーションが取れることを実証し、多くの人の間違った認知症の認識を改める機会になりました。

7 多くの疑問にお答えしたのはもと子です。「本当にマサ子さんが描いたのですか?」「タイトルは誰が付けたのですか?」「どのように描いているのですか?」などの質問に、声かけ・見守り・マサ子流の絵画教室での様子をお話しました。

● 作品はマサ子の心のメッセージ <P・P No. 13~No. 16>

1 ご近所で戴いた柿やサツマイモ・かぼちゃなど実りものを描きながら、生まれ育った京都の鞍馬を思い出し、昔語りをします。「わたしは、じゃじゃ馬で柿の木に登って実を採った。おじいさんは野菜づくりの名人だった。お父さんは早く死んで、おかあさんは働きに出かけ、おじいさんに育てられたんよ・・・」出来上がった作品は「秋の実り」です。

2 蛙のぬいぐるみを描いたときも、やはり故郷に思いをはせ、「鞍馬山にはたくさん蛙がいて、よう遊んだねえ。やんちゃばかりしていたよ。この蛙はわたしだ、やんちゃしているマサ子カエル、今もと子さんにやんちゃしてるね・・・」と語りました。付けたタイトルは「やんちゃぼうずマサ子ガエル」

マサ子は今の自分を自覚しているときもあるのです。絵筆を持っているときは心が開放され、過去と現在が結びつくのです。

3 小さな一つのかぼちゃを描いたときは「私は昔からいつも一人。養女に出され、お針子修行に行かされ、孤独だった・・・」付けたタイトルは「ひとりぼっち」

4 クマのぬいぐるみを描いたときは「大きな熊さんはお父さん、赤い熊さんはお母さん、ちっちゃな熊さんは私・・・」親の愛情薄く育ったマサ子は、求めている家族を絵で実現しました。付けたタイトルは「くまさんの家族」

このように、作品一枚一枚にマサ子のその時の思いが込められています。このほかにも、「憩いのひととき」「はじらいの君」など印象深い作品が多数あります。タイトルはもちろんマサ子自身が付けたものですが、なかなか信じてもらえません。作品展では、どうしてこんなタイトルが付けられるのか不思議がられました。それをお伝えするのがもと子です。答えは、マサ子の人生を紐解くと見つかります。

京都で生まれ育ったマサ子は5歳で父親を山の事故で亡くしました。母は町へ働きに出かけ、祖父に育てられ、鞍馬の山を駆け巡って遊んでいました。13歳の時、東京のおじに子どもがいな

いため、養女に出ました。東京では養父母になつかず、反抗ばかりし、学校では誰一人として友達はなく、唯一の友が「本」だったのです。本を一生の友とし、培った文学の感性はタイトルとなって表れたのです。きれいな色彩感覚は、東京でのお針子修行を経て後、腕の良い和裁の職人として、40年あまり働いた賜物ではないかと思います。

● 作品展は全国のような地域で開催 <No. 17>

例として

1 安城学園高等学校の学園祭で

マサ子の作品展ともと子の講演がセットでした。地域に開かれた学園祭で生徒が企画した「忘れても、しあわせ」展でした。教室の一室を使い、テーブルの回りに生徒さんと地域の方々が座り、その周りに作品が飾られました。ある女子生徒は「認知症の人はみんな施設に入っていると思っていました。遠くにいるおばあちゃんにもっと優しくしたい」と感想を言い、マサ子と握手してくれたのです。核家族が多くなり、三世帯同居が少なく、お年寄りと接する機会がない生徒は、はじめ戸惑いもありました。でも、若い人は心が柔軟なので、すぐに受け入れてくれました。学校が認知症の問題を地域の人と共に考える素晴らしい企画でした。

2 真宗大谷派名古屋別院のお寺の境内で

秋のお彼岸、参拝者でにぎわう境内の一角で「忘れても、しあわせ」展が一週間、開催されました。作品を眺めながらお抹茶とお菓子が戴けるというユニークなお寺（フォーラム女性）の企画でした。絵画のそばには季節の花が楚々として生けられ、心和むものとなり、2,000人を超える来場者があり、作品展での一言メッセージは500を超え、「フォーラム女性 小菅マサ子作品展」という冊子にもなりました。その後別院では二回、三回と催され、真宗大谷派のお寺を巡回する作品展へと発展し、地域交流にも貢献しました。

・冊子のメッセージから

＊とてもえがうまかったです。

わたしは83才がかいたとはとても思えませんでした

わたしはえがへただからいいなと思いました。 (10歳)

＊呆けてらっしゃっても素敵絵ですね。

呆けたら何もかも分からないなんて、ほんと嘘ですね。 (58歳)

＊心の和む絵ばかりで見た私も心豊かになりました。

これからもお元気でたくさんの絵を書いてください。

ありがとうございました。 (29歳 一児の母)

3 社会福祉法人 名古屋市総合リハビリテーション事業団 なごや福祉用具プラザで

プラザのサロンにて、長期にわたり展示されています(2005・11月現在展示中)

そのほかにも、映画「折り梅」の上映と共に、もと子の講演と共になど、作品展が全国各地で開かれています。

もう一つの活動は、講演活動です。＜P・P No. 18～No. 25＞

● 講演内容

もと子は介護する家族の立場から、講演を通じて認知症を発信しています。11年の介護生活を、その時々のエピソードを交えリアルタイムでお伝えしています。

1 認知症の人の苦しみ

＊マサ子の日記から

夜日記を書こうと思ふがぜんぜん思出せない
なさけないかぎり
頭はボツともしてないが何かたしかでない
私自身なさけなく悲しくなる
もう少しはっきりした頭になりたい
もっとはりつめた気持ちでやらなければならないのか
何となくボツとしている

震えて弱々しい日記の文字は、マサ子の不安や苛立ちを表しています。過去の自分と比べ、現在の自分の物忘れに気づいているのです。だから今を嘆き将来を悲嘆し苦しみました。マサ子は「わからんようになった。こんな自分はダメな人間。早く死にたい」とよく泣いて訴えました。でもそれは、わからんようになったことが、ちゃんとわかっていることなのです。苦しみも豊かに残った能力の現われで、それを周りが受け止め、支えると本人は徐々に落ち着いていきます。

2 認知症の人の豊かな能力

地域の普通の絵画教室に通い、ご近所に見守られ、マサ子は8年間絵を描きました。東美展という公募展で努力賞にも輝きました。タイトルも自分で考え、作品を通じて自らの思いを発信しています。認知症になって初めて絵筆を持ち、描いた絵画は、水彩・油彩など100点余りにも及びます。絵画ばかりでなく、粘土のリース・小物入れ・人形などの造形作品も100点あまり作り、随時作品展で発表しました。

認知症の人にも、ゆっくりながら学習能力があるのです。

また、昔好きだった書道、俳句、いろはかるた、百人一首は得意で、施設やボランティアさんと遊び、生き生きとします。これらのことをすることが、認知症の進行予防やリハビリにつながり、安定した生活が続けられたと思います。

体調を崩し絵が描けなくなった後も、習字・いろはかるた・百人一首・童謡など楽しんでいます。年々出来ることが減ってはいますが、まだまだ感性豊かで、出来ることは沢山あります。

3 介護者のこころや家族の思い

介護が始まった頃から、その時々的心模様をお伝えしています。困難な問題も、介護者を受け止める家族・地域・福祉・医療・行政の理解と協力があれば前に進んで行けます。

もう一つ必要なのは仲間です。同じ悩みや苦しみをもつ仲間の存在が大切です。もと子の

介護仲間は呆け老人をかかえる家族の会。励ましあい、慰めあい、情報を共有し、ともに支えあうと介護者のこころは安定します。すると、介護力が増し、自分流の介護方法がみつけれ、虐待防止にもつながると考えています。そして、本人も安定し、認知症の進行予防にもなります。

4 小菅家の介護の工夫や方法

毎日悩まされた日付のこだわりや探し物への対応など、失敗しながら試行錯誤の末、一つずつ見つけた我が家流。良い介護を目指すとは頑張り過ぎてしまいます。作戦として考えると冷静に向き合うことができます。

* うそつきまくり作戦

マサ子の話は過去と現在を行ったり来たりして家族にとっては真実ではありません。しかし、それを否定したり説得したりすると状態が悪くなります。失敗しながら、うそも方便と割り切り、マサ子の思いに添った会話ができるようになりました。あるとき、自分の部屋の入り口でお腹を押さえて倒れているマサ子を発見。「お腹が痛い！赤ちゃんが生まれるううう。」と、マサ子が訴えました。そして、難産の末、たつぷりのお通じがありました。「よかったね、無事に生まれたよ」と声かけすると、安心してベッドでスヤスヤと眠りについたのでした。

* 褒めちぎり作戦

怒ったり叱ったりするとパニックになり、状態が悪くなりました。褒めたり感謝すると、マサ子は落ちつきます。本人を否定するのではなく、出来ることを褒めると喜び輝きました。ご近所の人・ボランティアさん・ヘルパーさん・デイサービスの職員さんなど家族より、外の人に褒められるほうが効果は大きいです。特に玄関に飾った絵を褒められると、ことのほか喜びました。家ではマサ子の役割として、食器洗いや洗濯など出来ることをしてもらい、感謝の言葉をかけました。

* ご近所アンテナ作戦

マサ子の徘徊のときに助けてもらったご近所のネットワークです。「表の通り一人で歩いているおばあちゃん、マサ子さんじゃない？」と電話を下さったり、「お宅のおばあちゃん、うちの前の道で転んで動けなかったから・・・」と抱きかかえて連れてきて下さいました。まさにご近所の底力です。遠くの親戚より近くの他人を実感しました。ご近所のほかにも、行きつけの美容院や喫茶店、八百屋さんなどにも協力してもらいました。

散歩の時や、買い物の時など、折りに触れ声掛けしてもらったり、入院時には「最近姿見ないけど元気？」と気にかけてもらうことは、何より嬉しいことです。地域

の中で、認知症の人や家族が安心して暮らすには、ご近所の理解や協力が不可欠です。

*サービス使いまくり作戦

介護者のもと子は仕事を持っていました。二人の子どもの母親です。夫や子どもの理解や協力があっても家族だけでは介護は出来ません。親戚の協力が得られないことから、外の力を借り、助けてもらいました。一つのサービスを利用するにも、心のハードルを越えなくてはなりません。もと子をはじめ家族の幸せのために使えるサービスは使いまくっています。マサ子もサービスを利用することで、家族には見せない表情や能力を出し、生き生きとしています。

入浴サービスを初めて利用した時、若いお兄さんを見て「あら、あんたイイ男ね」と、乙女のように恥らったのです。これは、外の人によって引き出された能力で家族には出来ないことです。マサ子に女性という部分が残っているということは家族にとって驚きでした。外の人に反応することはまだまだ社会性が残っているということです。内面が悪く、外面が良いことも同じです。

介護保険が始まる前から福祉サービスを利用し、介護保険後も介護度2・3の状態に合ったサービスを使いました。軽い脳梗塞をしてから介護度5になりましたが、使えるサービスを使いまくり、今も穏やかに地域の中で過ごしています。

*ストレス発散作戦

認知症の介護は、心も身体も疲れ、ストレスも溜まります。サービスを使いまくって疲れた身体を休め、心をリフレッシュさせることが必要です。外面が良い反面、内弁慶のマサ子の介護は精神的に疲れます。認知症のマサ子は自分のことであっても、自分で決定することが出来ません。本人に代わりに何事も決め、物事に絶えず向き合っていかななくてはなりません。

介護者も人間です。いつも優しくは出来ません。疲れやストレスが溜まると怒ったり叱ったりしてしまいます。介護者は自分自身を大切に、趣味や楽しみをもって、ストレスを発散することが大切です。介護だけを生きがいにするのではなく、自分自身の生きがいを持つことは、無理の無い介護につながります。

もと子は友人とランチをしたり、夫と映画を観たり、介護仲間とおしゃべりして、ストレスを発散しています。

4. 活動の成果

「忘れても、しあわせ」という本になったことです。＜P・P No. 26～No. 27＞

● 同居から作品展までを綴った介護体験記「忘れても、しあわせ」

1998年に出版（日本評論社）。本の中には認知症のマサ子と介護者もと子の思いがありのままに表現されています。認知症の人の苦しみが、マサ子本人の日記や、会話の中の本人の言葉で表されています。認知症の人や家族の偽らざる思いや生活を、伝えることが出来ました。

市井の主婦が書いた本は、出版後7年を経過していますが、2005年文庫（角川書店）にもなりました。読者は介護家族や福祉関係者にとどまらず、中学生から、高齢者まで幅広く、一般の人たちに長く愛読されています。

豊明市に隣接する安城市の安城学園高等学校では、この本をもとに生徒がお芝居のシナリオを書き、学園祭で上演したばかりか、地域の中へ出かけ上演し、認知症の啓発へと発展しました。

本が原作となって映画「折り梅」（松井久子監督）が出来上がったことです。

＜P・P No. 28～No. 34＞

● 作品展から本へ、本から映画へと「忘れても、しあわせ」は、つながり、発展していったのです。松井久子監督の一作目の映画「ユキエ」（妻が認知症になった夫婦の物語）を、マサ子連れて二人で観に行き、監督と出会い、出版までもない「忘れても、しあわせ」を差し上げました。その後、監督からは是非映画にしたいとお申し出があり、映画化への第一歩を踏み出したのです。映画になって、認知症のことを少しでも知っていただくことになればと、監督に全てをお任せしました。

タイトルは「折り梅」。梅は折れても老木になっても、表皮から養分を吸い、花を咲かせる強い木。監督は「人はたとえ認知症になっても、周りの理解があれば生き生きと生きられる」とタイトルに重ねられました。

● 資金難

映画には莫大な費用が必要で、不景気な世の中多額の資金を提供する企業はありませんでした。監督のご苦勞を知り、何か出来ることはないかと思う日々の中、介護や作品展がきっかけで出会った地域の人たちに、映画化の話を打ち明けました。

「原作の地・豊明から文化を発信しよう！」と、『忘れても、しあわせ』の映画化を支援する豊明市民の会」（代表 近藤弘子）が出来、市民の署名を募り、豊明市に働きかけ、制作費の三分の一の資金援助を受けることが出来ました。豊明市ばかりでなく、支援する団体（折り梅応援団）や企業が全国に広がり映画化が実現しました。

ロケーションは豊明市を中心に犬山市などで、市民参加のもと行われました。

● 市民参加の映画づくり

豊明市では、「豊明市映画製作実行委員会」（代表 近藤弘子）ができ、市民が事務局を運営し、映画づくりをお手伝いする組織を作りました。ボランティアを募集したところ、300名もの登録があり、主に5つのグループに分かれて活躍しました。各グループのリーダーを決め、事務局での全体会議やグループ会議のもとロケーションのお手伝いを進めていきました。

事務局

商工会館の二階にある市役所分室に常駐し、映画製作のスタッフや市民ボランティアさんといっしょに、日程の調整・連絡・事務処理などの活動をしました。事務局の仕事は、陰に隠れた部分でしたが、熱心にされたのは定年退職された男性3名と女性1名の方々でした。地味で大変な仕事を、毎日生き生きとこなし大活躍されました。

1 エキストラ班

映画に出たい方々です。セリフはありませんが、映像に残る為か人気ナンバーワンでした。オーディションの最高齢は97歳のおばあちゃんでした。60代のお嫁さんと一緒に出演しましたが、これがきっかけで、おばあちゃんはデイサービスに出かけたり、生き生きと輝いたそうです。現在103歳でご健在です。

2 炊き出し班

監督・俳優さん・スタッフ総勢50名あまりに手作りのお食事を提供する方々です。お料理が得意で、「郷土料理や、温かい食事を食べてほしい」と大きな鍋を前に、連日腕によりをかけていました。

若い食べ盛りのスタッフの中には、うどんのお替り10杯という記録も出ました。スタッフばかりでなく、俳優さんにも「こんな美味しい食事を食べられる映画は初めて」と大好評でした。

3 ロケ支援班

映画が大好きで、ロケーションを影で支える人たちです。撮影現場に背を向け、野次馬の整理や交通整理など地味なお仕事ばかりです。手作りのプラカードを手に「静かにしてください」「しばらくお待ち下さい」「撮影は禁止です」と、大活躍でした。

4 PR班

のぼり旗を作り、駅や撮影現場に立てPRしたり、映画のポスターを作ったり、ロケーションマップを作ったりしました。のぼり旗の材料はみんなが持ち寄ったものや、いただいたもの。旗は白いシーツをミシンで縫ったもの。立てる竹は竹林を持つ地域のひとの寄付。「折り梅」の文字を書くペンキはペンキ屋さんで戴いたもの。作ったのぼり旗は120本にも及びました。

5 レセプション班

監督はじめ主演の女優さん（吉行和子さん・原田美枝子さん）・映像スタッフ・照明スタッフ・音響スタッフ・美術スタッフ・音楽担当者、総勢50名あまりの映画製作スタッフと、ボランティアや一般市民との歓迎レセプションを企画し運営しました。豊明市長・

助役・議員さんたちも多数参加し、大成功に終わりました。

6 資金班

足りない制作費を集める為、募金や寄付を市民や企業に呼びかけました。

資金班は、ほかの班のメンバーたちが掛け持ちしました。

- マサ子自身は絵画を数点提供し、映画の中に実物が登場し、映画づくりに協力しました。またロケーションを幾度も見学し、主演女優の吉行和子さんたちと交流し、生き生きと輝きました。出来上がった映画を鑑賞し「あのおばあさん、私にそっくりだがね。生い立ちまで、いっしょだね。」と感想を漏らしたのは印象深く、映画を鑑賞出来る豊かな感性には驚きました。

- 市内各所でロケーション

三崎水辺公園・図書館・市役所・前後駅・豊明駅・藤田保健衛生大学病院・花き市場・道路・商店・豊明団地・住宅など、ロケーション現場は毎日時間を追って変化し、ボランティアさんもスタッフの一員となって移動しました。映画の撮影に行政・施設・病院・学校・企業・警察の協力が得られ、影の大きなサポートとなりました。また、映像として豊明のまちの風景が残ったことは、大きな財産になりました。

- 交流の場

初めての映画作りの参加で市民には戸惑いがあり、何をどう手伝ったらよいのか分かりませんでした。映画会社からお揃いの「折り梅Tシャツ」が全員にプレゼントされ、同じネームプレートを胸につけると、互いの名前もだんだんと覚え、映画スタッフと市民ボランティアが仲良くなっていきました。ボランティアさん手作りの梅の花の絵が入ったピンクの腕章をすれば、もう映画製作スタッフの一員です。そして、「監督の下、いい映画をつくっていきいたい!」と、心が一つになっていきました。知らないボランティア同士も仲良くなり、交流の場にもなりました。そして何よりも地域が、お祭りのように盛り上がったのです。

- 豊明市は、行政と市民が協力して映画製作にかかわったことで、映画を豊明市から全国に発信したという自負が生まれ、まちづくりに市民がより意欲を持つようになりました。また、認知症に対する関心は高くなり、ボランティア活動や生涯学習参加の意欲が増し、介護予防につながっています。

出来上がった映画は市内全小中学校で上映され、学校教育に寄与しています。現在も折に触れ上映会が企画され、全市民が鑑賞でき、市民への啓蒙に役立っています。

- 映画の広がり

1 全国で1, 200箇所の地域で上映され、100万人を超える人が観ています。今も自主上映が続いていて、波及効果は継続しています。

2 世界各地でも上映され、テーマは普遍で世界でも通じることが実証されています。

モントリオール国際映画祭2002・香港国際映画祭2003はじめニューヨーク・ロサンゼルス・トロントなど海外にも広がっています。

3 映画を通じ認知症を知り、自分の身に置き換え、自分の事として考えてもらうことが出来

ました。父・母・妻・夫・娘・息子・祖母・祖父に思いをはせ、家族とは何か・夫婦とは何か・親子とは何かを考えながら、世代をこえ、性別をこえ、地域の中の問題として考えてもらうことができました。

4 認知症を通して、家族のあり方・高齢者の尊厳・障害者の人権・男女共同参画など多方面にわたって考えるきっかけになっています。一般の団体ばかりでなく、公的機関の主催が多くなっています。

5 上映会は、高校の文化祭・大学の学園祭・お寺の本堂・公民館・図書館・老人会・婦人会・ライオンズクラブ・ボランティア団体などに広がっています。勿論全国の（社）呆け老人をかかえる家族の会の支部が上映会を持ったことは言うまでもありません。

他にも、医療・福祉大学、専門学校、医療施設、福祉施設、農協でも上映されています。主催者は地域を巻き込んで独自のスタイルで上映会をしています。

6 福祉、医療、行政、学校、民間団体ばかりでなく、企業が地域に向けて社会貢献するという形で上映しています。地域の一員として、共に考え取り組んでいる企業があることは特記すべきことです。

例えば広島では住友生命保険相互会社が、（社）呆け老人をかかえる家族の会・広島県支部と協力して県下各地で幾度も上映し大成功を収めています。

一番の成果は、認知症本人のマサ子が「忘れても、しあわせ」な生活を送っていることです。

＜P. P No. 35～No. 36＞

2005年現在、マサ子は満89歳です。認知症と診断されて11年、骨粗しょう症・腰椎圧迫骨折・糖尿病・便秘症・高血圧・脳梗塞・総胆管結石など加齢と共に一つずつ病気も増え、度々入院もしました。

転倒や病気など体調の変化や老化の進行に伴い苦難があっても、そのつど医療や福祉サービスに支えられ、そのときのマサ子にあった治療やケアを受けることが出来ました。問題が起きた時には、情報をオープンにして、カンファレンスをしながら皆で話し合っただけで対応して来ました。

体ばかりでなく、マサ子やもと子のころも、地域の人たち・呆け老人をかかえる家族の会・医療・福祉サービスに支えられ、「忘れても、しあわせ」な生活を送っています。

マサ子は、2005年夏と秋に体調を崩し2ヶ月ほど入院しました。

この時も病院で、担当の主治医・看護師を中心に、家族・ケアマネージャー・デイサービスやデイケアの相談員・看護師・作業療法士、地域のボランティアさんも集まり、総勢12名のカンファレンスをしました。マサ子の現状と今後について話し合い、在宅での生活をターミナルも視野に入れて、どのように支えていくのか考えました。そして、退院後は往診と訪問看護サービスを新たに加えました。

その後マサ子は、まさかの復活をしました。入院前と同じようにデイサービス・デイケア・ショートステイに出かけ、童謡を歌ったりリクレーションを楽しんでいます。

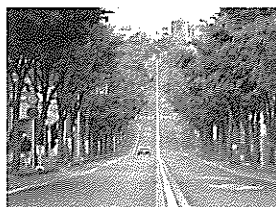
家では、馴染みのボランティアさんと、いろはかるたや百人一首をして、生き生きとした時間を持っています。

「生きる」力の大きさには驚かされます。本人の力もさることながら、医療と福祉の連携や地域のつながり・コミュニケーションの賜物と感じています。

最近の様子は「マサ子通信」を通じて、地域や全国に発信しています。

今後も「忘れても、しあわせ」の思いを、当事者として発信し続けたいと思います。

<P・PN0.1>



緑豊かな豊明市
自宅近くの櫛通り

<P・PN0.2>



歩いて10分のところにある絵画教室

<P・PN0.3>



行きつけの美容院で
べっぴんさんになりました

<P・PN0.4>



ボランティアさんと買い物
品定めする目は主婦のまなざし

<P・PN0.5>



スタッフとして活躍した
知的障害を持つ子どもたち

<P・PN0.6>



スタッフで記念写真

<P・PNo.7>



お茶を飲み、お菓子を食べながら
ゆったりと作品鑑賞

<P・PNo.8>



生活の工夫コーナーと
福祉情報コーナーは連日人だかり

<P・PNo.9>



主人公はマサ子ばあちゃん
お客様に囲まれて輝いていました

<P・PNo.10>



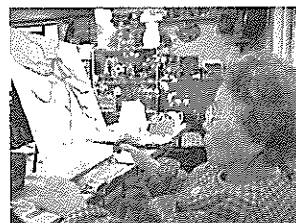
会場は出会いと交流の場
知らない同士もすっかり仲良し

<P・PNo.11>



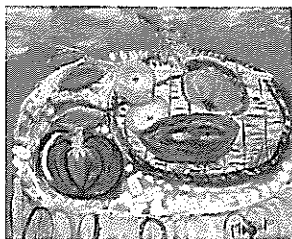
どんな風に描いているのですか？
声かけ・見守りの中ゆっくりと・・・

<P・PNo.12>



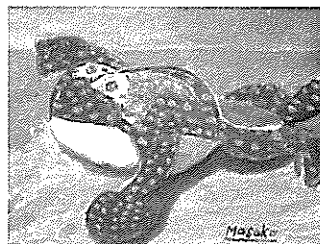
あれっ？キャンパスが逆さま
マサ子流で描きます

<P・PNo.13>



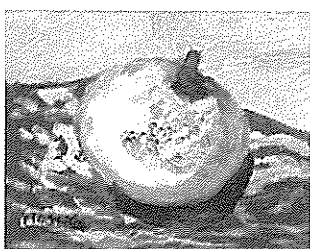
ご近所から戴いたものを絵にする
(秋の実り・油彩)

<P・PNo.14>



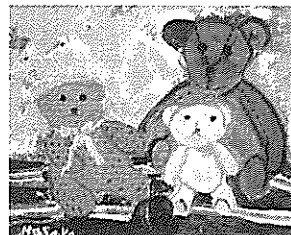
故郷の話をしながら筆が進む
(やんちゃぼうずマサ子ガエル・油彩)

<P・PNo.15>



寂しかった幼少の頃を思い出す
(ひとりぼっち・油彩)

<P・PNo.16>



茶色いくまさんはお父さん、赤いくまさんはお母さん、
小さなくまさんは私
(くまさんの家族・油彩)

<P・PNo.17>



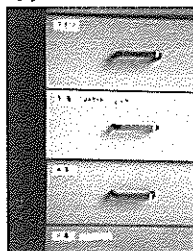
お寺の境内で作品展
お抹茶と御菓子ができました

<P・PNo.18>



今日は何日？

<P・PNo.19>



引き出しにシール
中に何が入っているでしょう？

<P・PNo.20>



入浴サービス
イケメンのお兄さんに「あんた、いい男ねえ」

<P・PNo.21>



長屋のデイサービス
夏には風鈴の音色、窓にはよしず

<P・PNo.22>



ボランティアさんと「いろはかるた」
文学少女の片鱗をみせる

<P.PNo.23>

マサ子ばあちゃんの一週間			
月	火	水	木
朝寝起しは足腰がバネリ (10時～12時)	昼間入浴 (ヘルパーさん) 訪問リハビリ (ヘルパーさん) 訪問リハビリ (ヘルパーさん) 訪問リハビリ	ヘルパーさん 訪問リハビリ (ヘルパーさん) 訪問リハビリ	ヘルパーさん 訪問リハビリ (ヘルパーさん) 訪問リハビリ
火	看護ボランティアさんとおしゃべり (おしゃべりしたいの音) (10時～12時)	通院検査 (13時30分～15時)	通院検査 (13時30分～15時)
水	デイサービス(特別養護老人ホーム内)巡回付 (13時30分～15時30分)		
木	整形外科で足腰のリハビリ (10時～12時)	粘土教室 (13時30分～15時)	訪問リハビリ (ヘルパーさん) 訪問リハビリ
金	デイサービス(特別養護老人ホーム内)巡回付 (13時30分～15時30分)		
土	在宅所 (10時～12時)		
日	在宅所 (10時～12時)		

平成14年6月まで(要介護5) ショートステイ(5～6日)

<P.PNo.24>

マサ子ばあちゃんの一週間			
月	火	水	木
ヘルパーさんとおしゃべり (10時～12時)	訪問入浴 (ヘルパーさん) 訪問リハビリ (ヘルパーさん) 訪問リハビリ	ヘルパーさん 訪問リハビリ (ヘルパーさん) 訪問リハビリ	ヘルパーさん 訪問リハビリ (ヘルパーさん) 訪問リハビリ
火	看護ボランティアさんとおしゃべり (おしゃべりしたいの音) (10時～12時)	通院検査 (13時30分～15時)	通院検査 (13時30分～15時)
水	デイケア(診療所内)巡回付 (13時30分～15時30分)		
木	デイサービス(特別養護老人ホーム内)巡回付 (13時30分～15時30分)		
金	在宅所 巡回付 (10時～12時)		
土	在宅所 巡回付 (10時～12時)		
日	在宅所 巡回付 (10時～12時)		

平成14年7月から(要介護5) ショートステイ(7日前後)

<P・PN0.25>

マサ子ばあちゃんの一週間

	本	日	本	注
月	ディヴァ・老人保健施設(近郊村) 12月～12月			
火	有馬村ランディアさん(近郊村)「あしあし」 12月～12月		江 島	
水	ディヴァ(老人保健施設)金沢行 12月～12月			
木	訪問看護		自宅でのんびり	
金	ディヴァ・ビス(ディヴァの)遠征行 12月～12月			
土	ディヴァ・ビス(ディヴァの)遠征行 12月～12月			
日	自宅でのんびり			

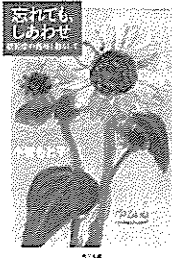
平成17年11月分(第4巻) 2ヶ月入院し退院後の生活 ショートストーリー(19日掲載)

<P・PN0.26>



単行本「忘れても、しあわせ」日本評論社刊

<P・PN0.27>



文庫本「忘れても、しあわせ」角川書店刊

<P・PN0.28>



映画「折り梅」の監督・俳優・スタッフ・市民ボランティアと記念写真

<P・PN0.29>



ある日の事務局
美術スタッフとのロケーションの打ち合わせ

<P・PN0.30>



花き市場でのロケーション
エキストラのおばさんたちにも演技指導！

<P.PNo.31>



腕によりをかけて作りました
若いスタッフは、うどんを10杯もお替りしました

<P.PNo.32>



持ち寄ったシーツで作ったのぼり旗は
なんと120本！

<P. PNo.33>



すっかりうち溶けて・・・
スタッフとボランティアと市民とハイポーズ

<P・PNo.34>



ロケーションを楽しむ
完成した「折り梅」を観て
「あのおばあさん、私にそっくりだね」

<P.PNo.35>



マサ子通信で近況報告

<P.PNo.36>



発信！「忘れても、しあわせ」の思い

3. 特別賞受賞活動報告3

活動名称	認知症こそマイケアプラン「あたまの整理箱」「マイライフプランの玉手箱」の作成
応募者	島村 八重子
連絡先	〒183-0003 東京都府中市朝日町 2-6-11

1. 概 要

全国マイケアプラン・ネットワークは、介護保険のケアプランを自己作成している利用者を中心に、趣旨に賛同する人たちのネットワークです。会員は、自己作成者あるいは経験者が50人ほど、その他に自分や身近な人の今後のためにという人、ケアマネジャーなどの専門職、研究者、行政職員など合わせて、全国に約160人です。

それぞれが介護を自分のこととして捉え、情報交換や知識の共有を図りながら、どんな状態になっても自分が自分らしく暮せる自分や社会をめざして活動しています。

2001年9月に発足。以来、要介護者の人生や性格、嗜好などに理解のある人（本人でも身近な人でも）が、要介護者がその人らしい生活を継続させるために適切なかつ適正な介護保険給付を受けるに資するケアプランを立てるためにはどのようにしていけばいいかを模索、方法論を確立してきました。

その成果として、2003年にはワークシート式マニュアル「マイケアプランのための『あたまの整理箱』」を制作しました。

私たちは、書類の作成までのすべてを行うことにはこだわっていません。マイケアプランとは、ケアプランをケアマネジャーに丸投げせず、当事者がしっかりと主体的にかかわって立てることです。

私たちはこの4年間の活動を通して、要介護者の生活歴や特性をよく理解している人がケアプランの作成に主体的にかかわることの大切さを実感しています。特に、認知症の要介護者に関しては、その人のそれまでの人生、嗜好などを知っている人が中心となってケアプランを立てることで、その人らしい人生を継続させるための、本当にオリジナルなその人だけのケアのあり方を提案することがいかに有効かを感じています。

認知症のケアプランにこそ、マイケアプランの視点が必要だと確信しています。

『あたまの整理箱』は、その人オリジナルなケアプランを立てるためのさまざまな情報を整理し過程を明らかにして、その根拠を誰にも分かりやすく伝えるためのツールです。

また、認知症は誰にとっても他人の疾病ではありません。誰でも、認知症になっても大丈夫な「自分」や「周りの環境」を整えておくことが大切だと感じています。そのために役立つツールとして、2005年には『マイライフプランの玉手箱』を制作しました。

自分を振り返り、今を分析し、将来の展望を考えるためのツールです。もしも認知症を含めた要介護状態になったときには、そのままケアプランの土台となります。

誰もが認知症を「他人事」の「不運」と捉えたり、認知症の介護を「貧乏くじ」だと考えたりせずに、誰にも人生の一コマとしてあり得る、自分自身の問題として考えるきっかけになればと思っています。市民一人ひとりが、自分が認知症になっても自分らしい生活が送れるように自分自身や周りの環境を整備し、準備しておくことは、そのまま認知症になっても大丈夫なまちづくりにつながると確信しています。

2. 地域の紹介

全国マイケアプラン・ネットワークのメンバーは北海道から九州まで全国にわたっています。それぞれのメンバーがそれぞれの地域の特性に合わせて、ツールを役立てながら実践、活動しています。

3. 活動の内容

● 全国マイケアプラン・ネットワークとは

- ・ 2001年9月に発足。
- ・ 介護保険のケアプランを自己作成している人と、趣旨に賛同する人たちのネットワーク。
- ・ 発足の事情
 - * ケアプランの自己作成という選択をしたものの、自己作成については道がなく、マニュアルも書類の書き方にとどまるものしか整備されておらず、各地でそれぞれが孤軍奮闘していた
 - * 多くの自治体では自己作成に否定的であった
 - * でも、自分でケアプランを立てることで①介護保険がよく理解できる、②介護、要介護者に対し客観的な目が芽生える、③介護者も要介護者も前向きな生き方になる、③事業者との意思疎通がうまくいく、などのメリットを実感
 - * 一方で、このケアプランは適切か、との疑問や、相談場所の未整備などによる孤立感
 - * ネットワークを組んで相互支援、情報交換をしながら、やっていこう

● 発足の経緯

- ・ 2000年10月…代表が朝日新聞「論壇」(当時)に「ケアプランを自分で立てよう」を投稿
- ・ 記事を読んで趣旨に賛同する人、自己作成者の輪が生まれる
- ・ 2001年6月…メーリングリスト立ち上げ
- ・ 同年9月…顔合わせの会→そのまま「団体」として立ち上がることが決定
- ・ 同年10月…コミュニティケア活動支援センターの助成金が決定→実際に足を踏み出す

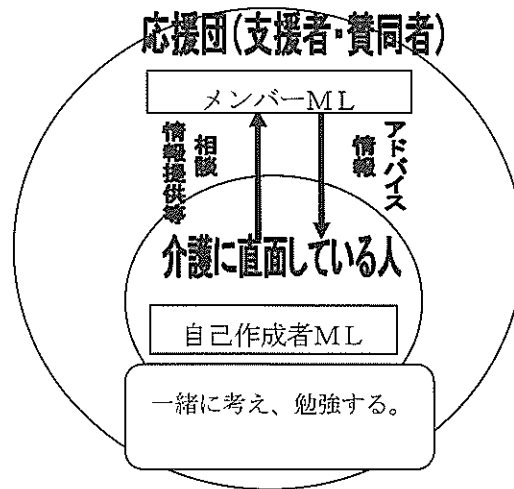
● 活動の内容

① 日常的な情報交換

発足に先駆けて立ち上げたメーリングリストは、現在も継続しています。

メール環境にある会員にはメーリングリストに登録してもらい、情報交換をしています。中心は実際に介護に直面している人のメーリングリスト、それを囲んで、それ以外の応援団を含めた大きなメーリングリストという構造にしました。

そのほか、第一回のオフ会を続ける形で、月1回の自己作成者の例会、隔月1回の全体会を開催しています。全体会合では、自己作成をしている人の事例報告、講師を招いての勉強会などを行います。



② ツールの開発

★あたまの整理箱

情報交換や学び会を通じて私たちは、ケアプランに主体的にかかわるためのノウハウを身につけてきました。しかし、「素人の立てたケアプラン」には客観性と専門性に問題があるのではないかと、ニーズとデマンドが混同してしまうのではないかと、という疑問も主に有識者の方からいただきました。そこで勉強会の一環として、ケアマネジメントの専門家であり、自身も母親のケアプランを自己作成した経験を持つ立正大学助教授の國光登志子氏に、「自分らしいケアプランを手に入れる方法」と題して、ケアマネジャーがケアプランを立てる方法について講義をお願いしました。

講義を聴いて分かったことは、自己作成者は、ケアマネジャーと同じ過程をきちんと踏んでいたということでした。ただ、それがすべてケアプランを立てている人の頭の中と本人やスタッフとの口頭の相談だけで行われていたため、第三者には見えないことが問題だったのです。そこで作ったのがワークシート式マニュアル「マイケアプランのための『あたまの整理箱』」です。

土台はケアマネジャーが作成を義務付けられている書類です。そこに使われていた用語を一般の人にもわかるような表現に翻訳し、表を書き込みやすい形式にし、さらに独自にあったほうがいいと思うシートを追加し、11枚のシートとしました。さまざまな情報や思いを順に書き落としていくことで、ニーズや問題が明らかになり、サービスにつながります。ケアプランに至るまでの過程を11段の引き出しに整理して入れていくというイメージなので、『整理箱』と名づけました。

『あたまの整理箱』により、①頭の中に雑多に放り込まれていた情報を整理することができ、②たくさんの人の知恵と手を借りることができ、③誰にもケアプランの根拠が分かってもらえるようになり、④何らかのトラブルが起きたときの資料とすることができます。また、すべてを自分でやらなくても、ケアマネジャーに依頼するときにも情報提供のツールとして役に立ちます。

ケアプランを立てる際にケアマネジャーに丸投げではなく、利用者が主体的にかかわることが大切であることはよく言われます。『あたまの整理箱』は、その際に何を考えたらいいのか、ケアマネジャーに何を伝えたらいいのか、利用者にとってのヒントになるツールとして好評をいただ

いています。

自己作成をしているのは、自分で自分のケアプランを立てる人、身近な人のケアプランを立てる人など、さまざまです。

どのケースもそうですが、要介護者の人生は百人百様で、介護が必要になってもその人生はそのまま続きます。その生活を続けるためのケアプランなのですが、特に認知症の場合は徹底してケアの中身をその人に合わせる事が大切だと思います。

認知症の人のケアプランを立てるケースでは、家族がその人を理解し、丸ごと受け止めて、寄り添ったケアプランを立てることは、本人にとっても家族にとっても安定した状態を導き出すことにつながっています。

★マイライフプランの玉手箱

現在自己作成者のほとんどは、身近な人のケアプランを立てている介護者がほとんどです。また会員には、自己作成はしていなくても介護家族やケアスタッフなど介護の現場を経験している人が多数います。

こうした会員の共通の思いは、「要介護状態は他人事ではない」と言うことです。要介護になることは誰にでも起こりうることであることです。自分がその立場になったら、そのときには自分らしいケアを受けたい…、と皆思っています。そのためのツールが『マイライフプランの玉手箱』です。

マイケアプランの基本は、「自分」です。自分を振り返り、自分を知る、ということが土台にあります。『あたまの整理箱』は、要介護になった段階で書き込むものですが、「自分」を考えることは、要介護者でなくても誰にでも大切なことです。

むしろ要介護になってから急に考えられるものではありません。

そこで、要介護になる前から作っておくものとして『玉手箱』を考えました。作成にあたっては、京都大学大学院工学研究科外山研究室及び社会福祉法人ならのは大谷秀之氏が共同制作した「グループホーム従事者の知りたい利用者情報の記録用アセスメントシート」を、了解を得て参考にさせていただき、会員からの意見を聞き、知恵を出し合いながら項目を考えました。もしも認知症を含む要介護状態になったときに、ここだけは抑えておいてもらいたい、これは知ってもらいたい、などなど現場を体験したたくさんの人の思いがこめられています。

『玉手箱』ではまず、自分が生まれてから今日までの人生を振り返ります。どんなところで生まれてどんな人に囲まれて暮していたのか、なんと呼ばれていたのか、そのころはどんな時代背景だったのか、など、自分がどんな時代にどのような人とかかわりながらどのように過ごしてきたのかを回想します。自分の人生をちょっと客観的に眺め、歩んできた道のりで起こったどんな小さな出来事も、今の自分のエッセンスになっている、そんなことに思いをはせることができればと思います。

次に、今の自分と周りの環境を分析します。自分はどんなことが好きでどんなところに暮しているのか、どんな人に囲まれているのか、どんな毎日を送っているのか、どんなこだわりがある

のか、などなどです。他人や地域との関係など、自分を取り囲む周りの環境にも目を向けます。これらを知ることは、自分が今持っている資源を知ることにもなります。もしも、今の自分の資源が足りないと思ったら、これから掘り起こしても遅くはありません。そうして、それぞれが「今の自分」をどんどん進化させていってほしいと思っています。

そして、最後にこれから自分がどんな風に生きていきたいかを考えます。どんな状態になったとしても、認知症になったとしても、その方向性があればその生き方を応援するケアを受けることができるはずです。

介護予防、認知症予防ということが言われます。ならないようにがんばることも大切ですが、そういう状態になったとしても、自分らしい生き方ができるように自分や周りの環境を整えておくことも大切な予防だと思います。

また、身近な人が認知症になったときにこうしたものがあつたら、周りはどうなにか助かるでしょうか。『玉手箱』は自分を知るというだけではなく、もしも認知症などになったときには周りの人に自分を伝えるための資料となり、そのままケアプランの土台となります。

③ マイケアプランの啓発活動

★出前講座

こうして作成したツールを使いながら、出前講座を行っています。『あたまの整理箱』を使って実際にケアプランを立てる方法などのほか、要介護になっても自分らしい人生を送ることができること、そのためには利用者が賢くなり、かかわるケアスタッフ等にきちんと伝えることを整理することが必要であること、さらにそうなる前に準備しておくことが大切であること、などを伝えています。

『玉手箱』を使った講座も近々始まる予定です。

★シンポジウムの開催

- * 2003年「ケアプランを自分で立てること」
- * 2004年「自分らしいケアプランを立てよう」
- * 2005年「ケアプランを自分で立てよう」

これまでに3回のシンポジウムを行い、それぞれ多数の方にお越しいただきその都度好評をいただいています。

4. 活動の成果

- 認知症の患者のケアは、その人のペースに沿ってなされることが望めます。見守り介護は、認知症高齢者にとっては必要で大変有効なケアですが、ケアマネジャーは後に問題になることを懸念して導入には慎重です。しかし、行政に直接きちんと必要性の根拠を示し、納得できる資料がそろっていれば導入は可能です。家族がその手順を踏むことで、本当に必要で有効なケアが受けられるケースが生まれています。
- 『あたまの整理箱』は、実際に介護保険をこれから使う方、今のケアプランを見直したい方、などに活用してもらっています。退院を控えて、あるいは一人暮らしが少し生活に不安が生じた段階に、親子で『あたまの整理箱』をはさんでケアプランを立てている、という報告もいただいています。間にこうしたものをはさむことで、互いのクッションになっているという効果もあるようです。また、現場のケアマネジャーからも、利用者との意思疎通に大変有効との感想を受けています。アセスメントの大切さを利用者に伝えるためのツールとして、あるいは、前もって利用者に手渡ししておき、記入しておいてもらうなど、利用者の力や主体性を引き出すためのツールとして、使ってくださいしています。
- 認知症のケアプラン作成に利用者が積極的にかかわることは、介護や福祉について一般的な知識を持つ専門職と、その当高齢者についての情報を有する家族等が、互いの強みを出し合ってチームを作ることです。その人を理解しその人らしいケアにつながる最強のチーム作りへつながるものと信じています。
- 『玉手箱』は、現在は介護保険を利用していない高齢者が自分の将来のために購入するケースがやはり多くなっています。2人で購入して互いに書き込んでおくというご夫婦もいます。また、子世代が親世代にプレゼントをするケースも大変多くなっています。たとえ家族でも、知らないことはたくさんあります。夫婦でも子どもでも、身近な人が認知症になってから、その人について知らなかった部分が多いことに気づいたりするものです。たとえば、どのような状態になっても自分らしい生活を送りたい、その人らしい生活を支援したい…。そのためのツールとして大変有効だと自負しています。
- 最後に、グループホームで仕事をしている25歳のケアスタッフから寄せられた感想をご紹介します。

「現場からの意見ですが、認知症のお爺ちゃんお婆ちゃんを介護していてつくづく思うのは、この人は今まで何を生きがいにしてきたのか、何を楽しみに生きていきたいのか、そのことがあらかじめ分かっていたら、もっとこの人自身の立場にたった介護ができるだろうにと、残念に感じるものがよくあるということです。たまにポロっと漏らす言葉の端々から、その人の生きがいとしてきたものがようやく分かってくるまで、時間がかかります。これは一例ですが、将来のために自分の半生とこれからの希望をきちんと言葉に残しておくことは非常に重要。その意味で玉手箱は画期的、まさにノーベル賞ものの人生創造ノートブックです」。

2. 全国の地域活動報告

1) 全国地域活動一覧目次

No	報告する活動名称	応募者名称	頁
1	支えあって活き活きづくり	グループホーム レインボー2	128
2	各種療法を通じてナチュラルゼーションを育む	小規模多機能福祉施設 イーケア三田	129
3	ふれあいの家 長住	協栄興産株式会社 ふれあいの家 長住	130
4	有限会社 託老所あんき	有限会社 託老所あんき	131
5	グループホームささゆり「ふれあいの場」	グループホームささゆり	132
7	南砺市における認知症診療のネットワーク作り	砺波地域リハビリテーション支援センター南砺市民病院	133
8	「オアシス」に集う介護者たち	介護者の集い「オアシス」	134
9	音楽の力で一つの輪	社会福祉法人ふるさと自然村	135
10	まごころ生き生きデイサービス	(株)札幌ケアシステム	136
11	フィーリングアーツ	フィーリングアーツボランティア委員会	137
12	地域に根ざしてなりたい自分になる花風下宿	特定非営利活動法人 在宅生活支援サービスホーム 花風	138
13	待賢学区認知症研修会	・待賢住民福祉連合協議会 ・小川在宅介護支援センター ・京都市上京区社会福祉協議会 ・上京福祉事務所	139
14	「もの忘れ散歩のできるまちほんべつ」をめざして	北海道本別町 本別町在宅介護支援センター	140
15	認知症の人の視点にたったまちづくりを学校教育の中で子どもと一緒に考える	社会福祉法人 恵仁会 特別養護老人ホーム 鹿屋長寿園	141
16	認知症サポーター100万人キャラバン 一職域ごとの認知症サポーター講座	近江八幡市健康福祉部健康福祉課	142
17	小規模多機能の可能性と井原ラーゴムの取り組み	小規模多機能施設 井原ラーゴム	143
19	一人一人の笑顔のために	(株)スルガケアサービス AMBIKおやま	144
20	介護者同士の「ほっとできる場」づくり	認知症高齢者を支える家族の会「きさらぎ会」	145
22	わくわく家族ソアーズの取り組み(バリアフリー旅行)	株式会社メッセージ 介護付有料老人ホーム「アミーユ」	146
23	徘徊から防犯パトロールへ ～地域を犯罪から守る認知症のパトロール隊による安心の町づくり～	社会福祉法人 自立共生会	147
24	認知症専用デイサービス「第二藍ちゃんの家」の実践	特定非営利活動法人 ときわ会 藍ちゃんの家 第二藍ちゃんの家	148
25	認知症にやさしい地域づくりネットワーク形成事業	沼田市・沼田市社会福祉協議会・在宅介護支援センター 協議会	149
26	東京都北区での戦略的認知症予防啓発活動について	東京都北区戦略的介護予防推進チーム(認知症グループ)	150
27	成年後見制度利用促進のためのビデオ製作とそれを使用した啓発事業	(財)シニアルネサンス財団	151
29	認知症になってもだいじょうぶ！いつまでもその人らしい暮らしを！	グループホーム六甲・わーらいふ灘	152
30	地域の力による田尻町「元気ふれあい塾」	宮城県田尻町(スキップセンター)	153
31	在宅介護支援センター うらら	在宅介護支援センター うらら	154
32	認知症高齢者の社会性の形成	社会福祉法人 櫻灯会 特別養護老人ホーム日の出紫苑	155

No	報告する活動名称	応募者名称	
33	認知症のあるひとり暮らしの高齢者への危機介入を考える	神鋼ケアライフ 岡本ステーション	156
34	デイケアハウスにぎやか	デイケアハウスにぎやか	157
35	グループホーム入居者作品展覧会(美術館にて)	東京都町田市グループホーム連絡会	158
36	地域住民への認知症の知識普及とボランティアの育成活動	石川県立看護大学附属地域ケア総合センター研究事業 認知症予防グループ	159
37	横須賀市における成年後見制度(認知症高齢者)の取り組みについて	横須賀市 健康福祉部 長寿社会課	160
39	地域に根ざしたデイサービスひつじ雲を作り上げる過程で	特定非営利活動法人 楽	161
41	学び舎方式によるもの忘れ専門デイケアの取り組み	平林クリニック	162
42	認知症サポーター	WACあいネットワーク NPO法人福祉振興会	163
43	地域に向けての認知症への取り組みについて	山手医院	164
44	グループホームひまわり アートセラピーの試み	社会福祉法人浴風会 グループホームひまわり	165
45	認知症の人による造形活動	社会福祉法人浴風会 南陽園	166
46	全国のガソリンスタンドによる地域貢献の取り組み	全国石油商業組合連合会	167
47	暮らしたいところで、良いケアを受けつつ生きるために —「ここで暮らしたい」と言っていただけのこと願って—	特別養護老人ホーム返里苑	168
48	要介助三人と歩む	中林 重祐	169
49	何も無い施設から	田村 雄次	170
50	若年期認知症の人と家族支援の取り組み	認知症の人と家族の会(旧 呆け老人をかかえる家族の会 (定款変更手続き中))	171
51	純正律音楽の効果	特定非営利活動法人純正律音楽研究会	172
52	家族の会に支えられて一歩あーいふれあーい高めあーい	阿部 政男	173
53	脱・上履き！特養の中で家庭生活の実現。日本人の生活を取り戻そう	社会福祉法人マグノリアニセン 特別養護老人ホームシェステとの花	174
54	NPO 法人パオッコの活動	NPO 法人パオッコ	175
55	「Journey into the Time」プログラム—社会福祉法人 東京有隣会第2有隣ホーム—	特別養護老人ホーム 第2有隣ホーム	176
56	もの忘れ検診から始まる認知症にやさしい地域づくり	岩手県盛岡市医師会	177
57	「認知症でもだいじょうぶ！！」『デイホーム ちゃのま』での取り組み	(有)ケアサポートあい デイホーム「ちゃのま」	178
58	福寿の家	(社福)ふるさと会 中追の里	179
60	出会いとしてのグループホーム：異界に開かれた窓	社会福祉法人 悠和会 認知症高齢者グループホーム 「銀河の里」	180
61	昔の話をうかがい隊・回想法トレーナー養成講座の実践	よこはま・回想法ライフレビュー研究会	181
62	ヘルパーステーション有明の里	有限会社 有明の里	182
63	認知症になっても安心して暮らせるまちづくりを目指して	鳥取県琴浦町役場	183
64	社会とつながって	医療法人社団 聖仁会	184
65	認知症介護予防デイサービスを開設して	スリーA予防デイサービス 折り梅	185

No	報告する活動名称	応募者名称	
66	認知症ケアのためのネットワーク形成事業	行田市役所 高齢者福祉課	186
68	小地域ネットワーク活動を推進していく	池田町在宅介護支援センター	187
69	グループホーム入居者によるファッションショー	東京都町田市グループホーム連絡会	188
70	その人らしい生活をめざして	社会福祉法人 正吉福祉会 府中市立 よつや苑	189
71	ライフサポートセンター 桜	NPO 法人ワーカーズコープ	190
72	ボランティア劇団「気仙ボケー座」	ボランティア劇団「気仙ボケー座」	191
73	地域支援の輪・和—高齢者・認知症にやさしいまちづくり—	長崎市在宅介護支援センターにしきの里	192
74	NPO 法人 校舎のない学校	NPO 法人 校舎のない学校	193
75	参加型写真展の実践から回想法へ	写真で見る昭和30年代の地域を研究する会	194
76	若返りリトミックの実践活動	国立音楽院	195
77	映画「明日の記憶」	東映(株)映画宣伝部	196

※奨励賞・特別賞受賞者分を除く

2)各地域活動概要

1

活動名称	支えあって生き生きづくり
活動要旨	グループホームで月に1回、調理から接客・食器洗いまで利用者主体で行う喫茶店を開店。地域住民も訪れ、この日のホームは最高の賑わいを見せる。
応募者	グループホーム レインボー2 ホーム長 高橋 和子
連絡先	〒921-8011 石川県金沢市入江2-210

(概 要)

開所時から近隣保育園との交流をはじめた。秋の運動会には園児の手を借りながらお年寄り紅白玉入れなど2種目に出場している。外でのお年寄りは最高の笑顔と児へ送る拍手動作に熱くなり、それを見守るご家族の笑顔はもっと素敵で輝いていた。

もう一つ15年1月から奇数月毎に発行している手作り新聞、レインボー2だよりがある。若手編集職員が手書きした新聞内のイラストに、各ユニットの利用者が思い思いの色塗りをし、同じ色がない世界に唯一つのレインボー2だよりだと外からも評価を得ている。発行当初は職員が近郊の家々のポストへ配っていた物が、現在は校下18町会に回覧して頂けるようになった。

着実に地域での存在感を得、16年4月から利用者主体の喫茶店（和み）を開店させた。毎月第4水曜日11:00～16:00まで、各ユニット持ち回りで担当している。客に出す飲み物、ケーキ類は利用者と職員での手作りである。喫茶店は各ユニット間の交流は勿論、ご家族や近隣の会社やその他外部の人たち、約5～80名が訪れ、その日のホームは最高の賑わいを見せる。外からのお客様の中に毎月必ず顔を見せてくださる数人のグループも生まれ利用者やスタッフとのなじみの関係も深まっている。

<取り組みの実践と結果>

接客係を好む人、食器洗いの裏方に入る人、来客者と楽しく談笑する人、不思議そうに来客を眺めている人、連れてこられた赤ちゃんに最高の笑顔を見せる人。さまざまであるが私たちが心配していた利用者の不穏、興奮は全くなく、どちらかと言えば大勢の人と一緒に居ることを喜ぶ顔があった。また見知らぬ人達の来訪により利用者が自室に入り込む状況も無かった。この事は喫茶店開店を発案した私に新鮮な驚きをくれた。私達はその人らしさを大切にする生活の場で利用者に精神的負担をかけないよう黒子的役割を担うこととし、利用者その人にあった役割を振った。役を依頼するときは以下の条件を守った。1：かつてその人がしていたことか、またはそれに近いこと、2：現在の身体能力、精神能力で出来ること、3：その役割を果たすことで周りの人から認められること

喫茶店当日接客行為をする92歳の女性「私は耳が遠いのはっきり注文を言ってください。」と自分のハンディを伝え恥ずかしさはあるものの確かな注文取りをしていた。「白い割烹着姿とてもお似合いよ。」と客から言われ、うれしそうに頬を赤らめている利用者もいた。入浴、洗髪を嫌っていた90歳の女性にも行動変化を観たり、適度の疲労からか睡眠導入剤を不要にした利用者もあった。

<考 察>

利用者の自己選択、自己決定を尊重しての取り組みは、認知症高齢者に人としての尊厳と自信を取り戻すことになるを考える。1：認知症高齢者は何より仲間を求めている。2：生活の場であるホームで開く喫茶店で役割を通し、生活が維持・再建され人間関係が創られる。3：利用者とその人らしく生きていただき、出来るだけ自立の方向へ支援する。そのために介護職員の力量が問われる。

活動名称	各種療法を通じてナチュラリゼーションを育む
活動要旨	小規模多機能の施設で園芸療法・音楽療法・絵画療法を行い、潜在能力や認知症になったことで新たに生まれた能力を見出す。
応募者	小規模多機能福祉施設 イーケア三田 施設長 中山 順仁
連絡先	〒669-1322 兵庫県三田市すずかけ台4丁目12-1

(概 要)

当施設は、兵庫県三田市に平成16年3月1日に開所しました社歴の浅い施設です。

当施設は、デイサービス・ショートステイ・ホームヘルプ・居宅介護支援の介護保険を取り扱い、デイサービスの定員は30人で県の指定ですが、ショートステイの定員は6人で三田市の基準該当です。

当施設の特長は、毎週、園芸療法・音楽療法・絵画療法を催していることです。ショートステイもこの各療法に参加してもらったり、また個別外出により買い物、ドライブ、公園の散策、また蛍や花火、夜景の鑑賞にも出かけます。

設備では、免疫力低下の抑制、自然治癒力の向上をはかるために、活性水素水と「場の力」を蘇生して良い波動を生むフィールド変換装置を設置していることです。この水と場の活性化によって精神の安定や良眠効果、免疫力と自然治癒力を向上させることで病気や認知症の予防・抑制にその効果を発揮させ、心休まる癒しの場を提供しています

当施設での各療法ですが、療法そのものがもたらす効果と、療法によって見いだされる効果との両側面があります。絵画療法では、グループワーク（4・5人）をすることで、その中から自然にリーダー役が出て指示する人ができ、指示によって几帳面に仕上げていく人ができ、何もしないで見ている人ができ、手は遅いけれど楽しんでムードメーカーになってくれる人ができます。それぞれに役割が生まれていく中でコミュニケーションがとりやすくなります。

音楽療法では、楽器そのものを作るところからはじまります。その楽器を使って身体的なりハビリをしたり、歌を歌うことで遠い記憶の中に埋もれていた情感が目覚めて脳を刺激します。

園芸療法では、種をまき、水をやり、育てて、花を咲かせ、花をモチーフに絵を描いたり、花を摘んで押し花にします。園芸療法では継続的に一つのプロセスを進めていくことで、自分が育てている実感を持ちながら花と向き合うことができます。

こうした療法を通じて、本来もっている潜在能力や、認知症になったことで新たに生まれた能力が見いだされるようになりました。たとえば持久力があると言うことが解れば、簡単なジグソーパズルを用意して自身で組み立てることができるか体験してもらい、できればピースを増やしていきます。想像力がある人は枯れ枝の絵に花を咲かせることができるか体験してもらいます。できれば色使いを説明してバランスをはかります。中には動体視力が優れた人もあります。瞬間に見た物の絵やかかれた文字を認識できます。こうして療法では療法そのものから得られる能力以外の別の側面をスタッフが発見し、次に結びつけていくことが重要と考えています。何よりも療法を通じて共通の場が提供でき談話談笑しやすい環境も整います。こうして認知症の方に各種療法を継続して線でつなげていくようにしますと、短期記憶を失ってもまた前の時点から始めていくことができます。認知症の方は難しいのではなくその人のヒストリーの中に必ずキーワードがあり、それを見つけたしながら療法と併せて実施することで関わっています。

活動名称	ふれあいの家 長住
活動要旨	地域とのふれあいとは何か。商店街に出掛け入居者のペースで買い物してもらう等、暮らしの中の関わりが地域の人の暖かな理解につながっている。
応募者	協栄興産株式会社 ふれあいの家 長住 ホーム長 岩寄 ゆりえ
連絡先	〒811-1362 福岡市南区長住1丁目7-8

(概 要)

地域との関わりって実際どんなことすればいいと思う？とスタッフに投げかけてみました。そしてできることはやってみよう！という事でやってみました。福祉系の学校の生徒さんに向けてボランティア募集のチラシを貼って募集しました。バンドの演奏やエステにきてもらったり手芸を教えにきてもらったり。グループホームの横に桜が綺麗な公園があるので、そこで大掛かりなお花見を開催し、多くの近所の方が参加してくれました。近所の小・中学生の体験学習の受け入れを行い、それをきっかけに、たまにですが子どもたちも遊びにくるようになりました。

でも、なにか足りない気がする…いろんな人が出入りするけれど、これが地域とのふれあいっていうのかなあ…きてもらうのではなく、ここには認知症の人が暮らすグループホームがありますよ。そして、彼女達は普通と何も変わらない暮らしを送っているのですよ。ただ、彼女達が困っていたら手を差し伸べてください。これを伝えるためには…

そうだ！私たちが出て行けばいいのだと考えました。公園の掃除を皆で行う。(ほとんど、すぐ飽きちゃいますけれど)そして、何よりグループホームの1日の流れを変えた取り組みの一環でもある買い物。毎日行く。多いときで1日2回。彼女達に、選んでもらい支払いも彼女達にやってもらう。ちんぷんかんぷんであろうが、スタッフは見守るのみ。最初は『大丈夫なんですか？？分かってるんですか？』と眉をひそめてスタッフに言い寄るレジの方もいました。なんだ、この人は？と後をつける店員さんもいました。また、長住の商店街は露天のお店が立ち並び、目移りする入居者。選んで、お金を支払うのに時間がかかるためか、あんまり喜ばしいお客ではない感じ。食べ物も、触りまくるし、ひどい時は支払いまだなのに、お口にボン…でも、それが毎日毎日続くと『はい、分かってますよ～』というあうんの呼吸で商品の場所を教えてくれたり、支払いを手伝ってくれたり。『今日は、よっていかないの？』と声を掛けてくれるお店もできました。

これが、地域との交流なのかは疑問ですが、買い物に行けば行きつけの店がある。日帰り旅行をすればお土産を両隣に持っていく。なにか、おいしい食べ物があれば、おすそ分けをする。お正月は、新年の挨拶をする。隣のおじさんが入院したと聞けば、お見舞いに行く。まさに昭和の世界です《笑》。まだまだ、地域との交流はできていませんが、ご近所に暖かく見守っていただけている。それは、確かな手ごたえがあります。ご近所の暖かな理解があったからこそ、私たちも外へ、外へと目を向けられたのかもしれません。

こういう繋がりが、広がって町全体が暖かな町ならば、グループホームなんていらないのかもしれませんが(職を失いますけれど)。認知症になっても、住み慣れた家で最後まで過ごせる環境が、全ての人とは限らなくてもほとんどは、そうありたいと願っておられるのではと思います。

町全体がサポートできれば、難しい話ではないのかもしれません。

活動名称	有限会社 託老所あんき
活動要旨	グループホームの一角に地域のお年寄りや子供たち、あんきの利用者さん誰もが利用できる交流の場としての「いまづの縁側」がある。
応募者	有限会社 託老所あんき 代表 中矢 暁美
連絡先	〒791-8044 愛媛県松山市西垣生町 1497

(概 要)

少人数で一人ひとりに合わせたきめ細かいケアを行うことを目的に、宅老所あんきを立ち上げた。開設当初は「通う（デイサービス）」から始まり、臨機応変に「泊まる」「住む」ことも可能としてきた。

認知症の高齢者の方々の介護を通して、その人、一人ひとりに寄り添うには、家族、地域の連携が不可欠であるということに気づく。

<地域の中の「縁側」づくり>

グループホーム こんまい「あんき」の一角の倉庫を使って地域のお年寄りや子供たち、あんきの利用者さん誰もが利用出来る交流の場を目的に「いまづの縁側」がスタートすることになった。その機能として、

- ①異世代交流の出来る場所ー一つの空間にお年寄りと子供が、ありのままで集うことが出来る。
- ②地域住民の埋もれた能力が発揮される場所ーお年寄りが得意なことを子供たちに教えたり、年上の子供が年下の子供に勉強を教えたりなど、誰もが誰かの必要とされる人になる事ができる。
- ③ネットワークが広がる場所ー地域の人が一層、顔馴染みになり信頼関係を深める事が出来る。
- ④地域の情報が集まる場所ー一人暮らしのお年寄りの情報や子供の活動の情報が集まり、地域に再発信する事が出来る。

<これまでの活動「いまづの縁側」が出来るまで>

- ①「むかし地図の作製」ーむかし地図作りを通した異世代の交流を目的とした企画。小学生、老人クラブ、青年委員会、女性委員会のメンバー等が参加。
- ②フリーマーケットーあんきの庭で実施。
- ③ミニミニチャレンジクラブ活動ー子供たちが異世代間の交流を継続しながら、昔の伝統や文化などを学んだり、宅老所あんきでボランティアを行っていくことを目的に結成。
- ④「心のテーブル」の実施ー地域の方やボランティアの方々、ご家族の皆様への感謝と交流を目的とし、地産地消を含め、郷土料理の良さを知る事を共感し、交流する。

<今後の課題>

- ①グループホームこんまい「あんき」（いまづの縁側）が、地域福祉の拠点としての役割を担えるようにしていきたい。
 - ②障害や認知症があっても、いち住民として地域の中で暮らし続けられるよう地域福祉の充実を図る。
 - ③見えないもの（心）を見ていく力を養っていきたい。
 - ④形のないものを形にしていく。（地域のネットワーク）
- 一つひとつはちいさくともすこしづつ、根強いものにしていきたいと思い、今後も活動をしていきたいと思う。

活動名称	グループホームささゆり「ふれあいの場」
活動要旨	入居者の琴線に触れる接遇を心懸け、地域との交流等行うことで、入居者や家族の信頼を得ることが出来、認知症の症状の緩和が見られた。
応募者	グループホームささゆり 安藤 典子
連絡先	〒509-6116 岐阜県瑞浪市南小田町 3-292

(概 要)

当グループホームは、「生活の質を高める」ことを目的として、

- ・地域の子供たちにグループホームに遊びに来てもらう（正確な会話と考え方の醸成を図る）
- ・当施設独自の花火大会の開催と盆踊りの参加（協調性と集団行動の醸成を図る）
- ・市主催の福祉祭りへの参加（入居者が書かれた「書」や「絵画」を出展することにより、自信とやる気の醸成を図る）
- ・公園の清掃（清掃やボール遊びをすることで、地域の子供たちおよび住民との交流を図る）
- ・食事の準備（朴の木の葉を取り入居者と共に朴葉ずしを作り、自主性を図る）

などを推進しております。

<活動の成果>

- ・入居時より要介護状態区分がそれぞれ低くなったこと

（要介護4→要介護2：4名。うち2名は退居。要介護3のまま：2名が退居。

要介護2→要支援：1名。退居）

- ・入居者と入居者の家族に信頼を得たこと
- ・入居者の言語態度から認知症の症状が少し緩和された様な気がしたこと

<事 例>

Hさん・女性・85歳

入居当時、毎日々々、「家に帰りたい」「家に帰る」の連続でした。夕方になると、玄関に行き外に出られるので、それを引き止めるために、玄関でスタッフが座り込みをして世間話をしながら、午前3時頃まで座り込む目々が続きました。家族の訪問がある休日以外は、スタッフが、買い物、散歩、ドライブに極力連れ出すこと、居室で世間話や過去の生活状況の話を根気良く聞いて共感するなど、各種の活動を試みました。特に、入居者の気持ちを和らげる家庭的な生活の再現と、居場所に対する正しい認識の醸成に努めました。

すると、徐々にではありますが、自分が若い頃に行って来た生活パターンに近づいたのか、スタッフが食事の準備に取り掛かると、その場に来て、もやしのひげや豆の皮を取り除いたり、グリンピースの筋を取り除いて下さるようになりました。最近では、「買い物に行こう。」と声を掛けると、自分から進んで出発準備が出来るようになりました。商店に行きますと、自分のほしいものは自分で購入され入居のために買い物をされるようになりました。また、自分のお洒落に気を回され、家族にかつらの購入を依頼されます。かつらを買ってもらおうと、夜にはははずし、朝には取り付けるなど、自分ひとりで言うようになられました。入居当初の帰宅願望が全く見られなくなり、逆に外泊をされても「ささゆりに帰りたい。」と希望されるまでに変わられました。

活動名称	南砺市における認知症診療のネットワーク作り
活動要旨	南砺市民病院は認知症ケアモデル分科会や地域リハビリテーション研修会等を行い、認知症診療のネットワーク作りに取り組んでいる。
応募者	砺波地域リハビリテーション支援センター南砺市民病院
連絡先	T932-0211 富山県南砺市井波 938

(概 要)

砺波地域リハビリテーション支援センター南砺市民病院が行ってきた約3年半の認知症診療のネットワーク作り「可能な限り、住み慣れた自宅で家族の出来る範囲の協力のもと地域社会の支援を得て生活する」に関わる活動内容を紹介します。

地域リハビリテーション推進のため国の施策で各都道府県の2次診療圏毎に地域リハビリテーション広域支援センターが設置されました。富山県では平成14年1月に砺波医療圏で当院（当時の「公立井波総合病院」に砺波地域リハビリテーション支援センター公立井波総合病院）が指定されました。指定前から地域での保健・医療・福祉活動に積極的に関わってきましたが、指定後からは地域における包括医療のネットワーク作りと人材育成に一層努力しています。平成15年より高齢化が進む当地域で認知症への取り組みが重要と認識し、一層活動を拡大しています。

平成16年11月、井波町を含め近隣4町4村が合併し人口約6万人の南砺市の誕生に伴い、病院も「南砺市民病院」と改名し、地域リハビリテーション広域支援センターも「砺波地域リハビリテーション支援センター南砺市民病院（以下、支援センター）」に変更されました。年2回開催する「地域リハビリテーション運営会議（以下、運営会議）」で、これまでの実績の報告と今後の活動方針の提案を行い、各関係機関や専門職からの意見や提案を加味し基本方針を計画作成し実行に移しています。

平成17年は南砺市における保健・医療・福祉・リハビリテーションの総合的構想と基盤整備のための実態調査と認知症診療体制整備に重点をおく事になりました。この方針のもと総合的構想と方針立案や調査などは「南砺市地域リハビリテーション推進委員会（以下、推進委員会）」で行い、各分科会で南砺市での実態調査と課題の洗い出しや具体的対応の策定を通してネットワーク作りと人材育成が図られています。

認知症診療体制整備の基本的な確認事項として支援センターで、①なぜ南砺市に認知症診療体制が必要か、②認知症診療の目指す目標、③認知症診療ネットワーク作りの必要性、④認知症診療ネットワークに必要な機能の現状分析と展望等の確認を行いました。

南砺市における認知症診療体制で、①現在行なわれている事、②今回取り組むべき事、③今後の課題に分類し、平成17年より取り組むべき事への活動を開始しました。活動の主体は支援センターが行っていますが、特に推進委員会の「その他在宅支援」認知症ケアモデル分科会や「地域リハビリテーション研修会」の幹事会が中心となり活動し、南砺市福祉課長寿係や南砺市基幹型在宅介護支援センター等の協力も得て現在まで作り上げてきています。

活動名称	「オアシス」に集う介護者たち
活動要旨	介護者の集い「オアシス」は、集いや勉強会、通信の発行、リフレッシュツアー等行う。介護者はカウンセリングを互いにしあう関係ができています。
応募者	介護者の集い「オアシス」 村松 治子
連絡先	〒340-0022 埼玉県草加市瀬崎町 445-6

(概 要)

介護保険の導入により、介護は社会化されてきた。それでも、介護はまず家庭でやるという、常識の域を出てはいない。そのような社会の規範と家庭内の暗黙の常識に、多くの介護者は縛られている。介護する側の家族のこころの不安や疲れには、社会から忘れられているものがある。特に認知症の世話は次々起こる変化に驚きととまどいの連続で、周囲はケアマネジャーやヘルパーという専門職の人達に囲まれているはずなのに、なかなか介護者の心のサポートまでは行き届かないものが現実である。

平成14年の6月、財団法人さいしん福祉財団主催の介護者リフレッシュ旅行で一緒になった6人が、介護をする家族の集いを持つということになり、月一回ファミリーレストランで食事をしながら情報交換や日ごろの思いを話すようになった。家族介護ゆえの苦しさを分かり合える人達に話せる安心感は、なによりも代えがたい貴重な時間となり、その後平成塾（小学校の一教室を和室に変えて地域に解放している）に場を移し、『オアシス』と名付けて、現在まで続いている。年間で延べ113人が集いにやってくる。現在地は市の南に位置しているので、北部、西部の介護者のことも今後考えていきたいと思う。

介護者の集いであっても、『オアシス』にやってくる人はまさにそれぞれである。認知症の人と生活している人のほとんどが、最初は認知症とは認識できず、否定していることが多い。そのようなボケといわれていた認知症の初期の段階の人から、たいへん深刻な介護生活で心とからだが壊れかかっている人までが、一カ月間のそれぞれの思いを持って『オアシス』に集まってくる。何よりも介護のたいへんさを誰かに分かってもらえる場であり、癒され勇気がもらえる場であると感じているからである。

月一回の集いの他に、認知症の知識を得るための講座や講演会、心と体の専門家を囲む勉強会などを社会福祉協議会との共催で行ってきた。昨年からは、草加市まちづくり応援基金に応募し、助成金をもらうことができたので、通信の発行、オアシス老年学講座、リフレッシュバスツアー（旅行業者の便乗ツアーではあるが）をすることができた。

在宅で介護される人にとっても、介護者の気持ちの安定はなににより大事である。地域で一日でも長く生活するために、介護者を支えていくことはますます求められる。

『オアシス』は、どのような人も安心して話すことができる場であり続けるために、どのような話も、まず否定しないことを、共通の認識としている。また、その人が何を選択しどのように進んでいくのかを、その人が決めるまで、共につきあって待つやさしさを持ちたいと心がけている。つまり、カウンセリングを互いにしあう関係ができてるといってもいい。『オアシス』ができて、4年目になった今、ようやくこの関係が定着してきた。支えられてきた人が、今度は誰かを支えるという、当たり前のことを自然にしている『オアシス』はまさに「小さな町づくり」と言ってもいいのではないだろうか。

活動名称	音楽の力で一つの輪
活動要旨	更生施設の子ども達が、太鼓の演奏を授業の一環として、本格的に取り組んでおり、当施設で音楽療法に取り組んでいるお年寄りの方々と交流の場をもっている。
応募者	社会福祉法人ふるさと自然村 山本 恵子
連絡先	〒783-0049 高知県南国市岡豊町中島 1535 陽だまりの里

(概 要)

私共の介護老人福祉施設、陽だまりの里は、平成10年1月に開設した。

当施設では、日々の生活については、認知症の方と、一般の方に分かれ生活しているが、行事や活動については、全てのお年寄りが共に行動している。その中に職員が入り、お年寄りが困ることの無いよう傍に寄り添っている。

施設を利用しているお年寄りは、色んなものに興味のある方、又、全く興味を示さない方等、様々である。

当施設では、系列施設と共に、当初より、療育音楽に取り組んでおり、現在も活動を続けている。利用者の中には、歌声や楽器の音で立腹したり、室に帰ったりする方がいたが、音楽の魅力は不思議なもので、その方も根本的には嫌いではないという事もあったのかも知れないが、徐々に心を開き、歌の思ひ出話をしたり、歌を聴きながら涙ぐんだりするような事があった。

落ち着いて座っていられなかった認知症の方も徐々に、療育音楽の1時間という時間を椅子から立ち上がる事もなく、音楽を楽しみながら過ごせるようになった。そして、療育音楽が定着し、週1回実施する中から、音楽が本当に好きで、「やってみよう」と言う人達で、あっぱれ楽団という楽団を結成した。

あっぱれ楽団の平均年齢は82.9歳(2005年、7月)、外へ出かける事、人の前で演奏する事で、緊張感も持て、身だしなみにも気をつけ、又、達成感も得られているように思う。この活動の中の1つとして、更生施設の子ども達との交流を始めており、定期的に、交流の機会を持つ事で、お年寄りにも、子ども達にも色々な変化があったので報告する。

活動名称	まごころ生き生きデイサービス
活動要旨	認知症の改善と予防のため、心・身と伴ったケアを目指し、脳の活性化の活動他、運動療法や温熱療法も取り入れている。
応募者	(株) 札幌ケアシステム 施設長 伊藤 千鶴子
連絡先	〒063-0869 札幌市西区八軒9条東5丁目1番28号

(概 要)

私達の認知症への取り組みの始まりは、平成12年介護保険制度施行時に新規参入からスタートしたものです。在宅訪問介護では他事業所と異なるものと考え、準備段階で「心身機能活性療法」の指導士認定講習を受けました。在宅介護での運動不足の解消と認知症の予防に役立つと考え取り入れ、同時に能力向上にと定期的に通所や特養施設へも出向き、さまざまな状態の利用者にて効果状況を調査し患者の状況に合った活性療法に取り組んで来ました。

介護利用者の為にもっと身近で実施出来たらと、目に見えた効果を期待して、通所介護サービスにて運動療法から温熱療法による血行促進をして、体の機能回復を重点にと実施しました。今から5年前に共同経営の通所介護で利用者の改善に取り組み、本格的に認知症に正面から向き合う事が出来るようになりました。なんと言っても家族の感謝が自信につながり、もっと心の中へのケアも取り入れたら良い結果が出て来るのではと思いました。一昨年7月から現在地に(株)札幌ケアシステムの設立と、更なる恵まれた環境を最大限に活用した通所介護サービス施設として「脱医療」「脱薬」にしていともいきいきとした人生を考え、認知症の改善と予防に一層の取り組みと前進しました。認知症の改善には運動のほかに簡単な計算、声を出しての読み書きにて高齢者の脳を活性化する事により、心身機能活性に向けより良い改善を実施していきます。

私は高額な運動器具や専門員を多くそろえても認知症はなかなか改善されないと思います。これには心・身と伴ったケアが最も効果のある改善方法と考え、従業員にも伝え接するように心がけています。今月からは子供たちとの交流も施設内で出来、又英会話による利用者の脳の刺激になればと特訓中です。

活動名称	フィーリングアーツ
活動要旨	フィーリングアーツ（音楽と光と絵画による体感型の総合芸術）の公演活動の特養や老健でも行い、認知症のケアとして高い評価を得ている。
応募者	フィーリングアーツボランティア委員会 北村 義博
連絡先	〒565-0847 大阪府吹田市千里山月ヶ丘 45-1-101

（概 要）

フィーリングアーツは音楽と光と絵画による体感型の総合芸術で、1981年に現代美術作家の北村義博が独自の感性と技法で創作したアートです。「地球」「宇宙」「生命」「天上の世界」などをテーマとして、土と墨汁と金色の絵の具で描いた抽象絵画に、作家自らが多彩な色調の照明を投射し、色調を変えていくことで作品に動画的な微妙な陰影の変化を生み、そこにシンセサイザー、雅楽の笙、中国の古箏、フルオーケストラなど様々な美しい音楽が流れる中、幻想的な美の世界へいざないます。体感者は「感動」「やすらぎ」「希望」などの様々なフィーリングを伴って、自由に自分なりのイメージを作品に投影して膨らますことができます。いわば体感者と共同して作りあげるアートで、体感者自身がこのころの筆でここに描く自由なアートです。

北村は、1989年、自身の家族が大病を患ったことを機に、病院で「痛みや苦しみ」をもつ患者やその家族の人たちに接していくなかで、ここにこそフィーリングアーツが必要であることを悟り、以来、積極的に保健・医療・福祉施設や阪神淡路大震災後の避難所・仮設住宅・復興住宅等で草の根的な公演活動を行っています。また、児童福祉施設、児童養護施設や教育施設等でも公演を行い、体感後に感じたことを自由に絵に表現する「キッズ・フィーリングアーツ」の活動も行っています。

このフィーリングアーツ公演活動の一環で、1997年頃から主に大阪府下、兵庫県下の特別養護老人ホームや介護老人保健施設などでも公演活動を行ってきました。その折、認知症の方々も数多く参加され、様々な効果が報告され、日頃ケアを行っている家族の方や施設職員の方からも認知症のケアとして高い評価を得ています。2001年にカナダのバンクーバーで行われた第17回国際老年学会でフィーリングアーツの成果を発表した折には、「芸術を通じた創造的老年生活」というセッションに参加していたカナダ、イギリス、オーストラリアの認知症の専門家から、フィーリングアーツは認知症のケアにすばらしい効果を発揮するであろうと絶賛を受けました。2002年には大阪市内の特別養護老人ホームがフィーリングアーツの常設公演システムを導入し、定期的に公演活動を行っています。

活動名称	地域に根ざしてなりたい自分になる花風下宿
活動要旨	高齢者下宿花風には、「バリアフリー居酒屋」「フリーマーケット」、様々な年代の交流の場となる「ミニデイサービス」など、地域の人が気楽に足を運べる機能がたくさんある。
応募者	特定非営利活動法人 在宅生活支援サービスホーム 花風 理事長 木村 美和子
連絡先	〒063-0021 札幌市西区平和2条4丁目 11-47

(概 要)

生きていく中で歳をとったり、病気になったり、障害をもったり、今の自分とは違う状態になったとしても、それまで築いて来た人とのつながりや空間などの自分を表現できる環境の中において、「なりたい自分になる」を基本理念として活動しているNPO法人です。

活動の拠点は、札幌市西区平和にある「高齢者下宿花風2号館」です。ここは現在認知症の男性1名、女性10名、計11名の住居であると共に「バリアフリー居酒屋花風」であり、「ミニライブハウス」、「地域のたまり場」などでもあります。

2001年に理事長の自宅を開放して、4人の認知症の高齢者と理事長の家族3人が共同生活を始めたのがスタートでした。どの人も転居せざるを得ない状況の中で、下宿人となった人でした。転居などで環境が変わったら認知症が進むなどという話もありますが、周囲との良好な関係を作ることによって危機的状況が回避されるだけでなく、状態も良い方向に向かうのだという考えで1年半の間、血はつながらなくても家族のように暮らしました。その中で確信したのが、安定した人との関係の中で自分の存在が認められることが人を孤独から救うということと、まだまだできるという実感が人に生きる力を与えてくれるということでした。

当初は、1軒の下宿の中での人間関係でしたが、認知症の下宿人達が安心して地域で生活して行くためには地域の環境を整えなければならないということを強く思うようになりました。想定したのは、近隣の人間関係が密であった昭和30年～40年代の人と人が往き来する地域でした。

地域の人が気楽に足を運べるように、「高齢者下宿花風2号館」にたくさんの機能を持たせました。先に書いた「バリアフリー居酒屋花風」などの他に、2号館前で天気の良い日には毎日開かれる「フリーマーケット花風屋」。顔見知りの方がヘルパーだったら安心ではないかとの発想で生まれた「地域密着型ヘルパー養成講座」。地域の幼児、障がい児や高齢者まで様々な年代の人が交流できる「ミニデイサービス」。11月には4号館である4人だけの認知症の方の下宿「こ花館」もオープンしますが、ここは2号館の下宿人達が気軽に遊びに行けたり、親戚の家のように泊まれる場所としても機能する予定です。

小さな歩みではありますが、認知症の方が気持ちよく、安心して暮らすために必要な地域づくりを続けて行きたいと思っています。

活動名称	待賢学区認知症研修会
活動要旨	地域全体に認知症の正しい知識を伝え、地域はどうあるべきかの意識を喚起することが、介護家族の孤立化を救うには必須であると、研修会を企画。
応募者	・待賢住民福祉連合協議会・小川在宅介護支援センター ・京都市上京区社会福祉協議会・上京福祉事務所 待賢住民福祉連合協議会 理事 原 吉則
連絡先	〒602-8247 京都市上京区葭屋町通中立売下ル北俵町317 京都市上京区社会福祉協議会 気付

(概 要)

待賢学区認知症研修会実施報告 ～地域ネットワークの構築をめざして～

1. 趣旨及び概要 ～点の援助から面の援助へ～

住み慣れた地域に住み続ける…この事が認知症にかかった独居高齢者及び介護家族には当たり前の願いとして通用しなくなりつつあり、深刻な問題として立ち現れて来る。

当地域に於いても、認知症に苦しむ本人、家族が散見されるが、彼らが苦しんでいるのは認知症そのものに止まらない。むしろ、彼らに提供されるべきサービス、地域的援助から疎外されている状況、周囲の無理解が、更なる苦痛を与えているのである。

介護保険が実施されて以後地域福祉の担い手である民生委員、老人福祉員はかえって状況が見えにくくなって来た。外聞が悪いと思われるのか、介護家族から相談があるのは状況がかなり悪化した時、又は、介護保険事業所との間で問題の発生した時であり、その時点で、民生委員が相談を受けてもほとんどが力になり得ないのである。認知症に関しては、初期に於ける対応が決定的に重要なものであるが、その最初期に相談を受けることはほとんどない。強い守秘義務を持ち、プライバシー問題を重要視する民生委員は、こと認知症に関しては個別援助では最初期の情報は(相談という形で)伝わらずいかなる知識を持っていようと無力である。

認知症に関しては従来の“点”への援助(個別支援)は有効とは思えない。地域全体を一つの“面”として捉え、その面全体に対する援助を行う。つまり地域全体に認知症に対する正しい知識を伝え、地域としてどのような援助を介護家族に与えることができるのか、地域はどうあるべきかの意識を喚起することがプライバシー問題を乗り越えて、介護家族を孤立から救う上で必須のものとなるのではない。

以下のとおり、本来省いて差し支えない準備段階を含めたのは、認知症に対する対応は、専門機関の関与なしには不可能であり、又、専門機関も専門機関間の連携、相互理解に加え、介護家族、地域の声、実情をよく理解することなしには機能しないであろうということ、つまり地域や他機関との相互理解を進める話し合いそれ自体が認知症対策の一環をなすと考えてのことである。

2. 活動の内容

(1) 準備 2回の企画・準備会議と家族の会との打ち合わせ

(2) 研修会 3グループ計6回開催 参加者合計213名

活動名称	「もの忘れ散歩のできるまちほんべつ」をめざして
活動要旨	年ごとに重点課題を設定、「認知症の啓発活動」「相談から医療機関への連携」「地域住民が担う支援活動」等取り組んで来て、住民の意識の変化が見られる。
応募者	北海道本別町 本別町在宅介護支援センター 飯山 明美
連絡先	〒089-3325 北海道中川郡本別町西美里別6-15 本別町在宅介護支援センター

(概 要)

認知症は初期段階での対応が重要ですが、これまでの本町の状況としては、認知症の相談は中度、重度になり在宅生活が困難となってからの相談が多く、効果的な支援に至っていませんでした。「もう少し早い段階で相談に来てくれたら…」といった思いから、平成11年度に保健医療福祉の行政職員、介護経験者、介護サービス事業者、地域住民等による地域ケア研究会を発足し、支援体制の整備に取り組むこととしました。

平成11年度に、家族介護者の実態を把握するためにアンケート調査を実施した結果、「同じことを言う」など様子がおかしいと感じていても「年のせい」ととらえ、約半数が相談に結びつくまでに1年以上経過しているなど、認知症の初期段階での対応に関する課題が明らかになりました。そこで、年度ごとに重点課題を設定し検討や事業化を図ることとし、平成12年度は認知症の啓蒙・啓発活動、理解づくりを重点課題とし、その方策として、初期認知症の症状の整理と目安づくり、地域住民や関係職員による介護劇の上演、モデル地区において地域住民と協働した認知症予防教室の開催、相談窓口の開設を行いました。平成13年度は相談から医療機関への連携方法として、初期診断システムの整備を行い、医療支援の充実を図っています。平成14年度は認知症高齢者が暮らす地域において、地域住民が担う支援活動についての検討を行うとともに、地域住民が主体的に担う事業として、介護者の負担軽減を目的とした長時間見守りサービスである、認知症高齢者家族やすらぎ支援事業に着手しています。

認知症に対する住民の意識は当初、「介護、医療の問題」というものでしたが、介護劇、認知症予防教室等の協働事業を通し、「地域の問題」に変わりつつあります。また、協働事業を推進することで、関係者のネットワーク化が図られています。

これまでの6年間の取り組みを通し、認知症高齢者支援の方向性がようやく見えて来たところです。今後は行政や介護サービスでは対応できない、「近隣ならでは」の支援活動について、高齢者に身近な自治会等と共に考え、個々の認知症高齢者の状況に合わせた、個別性のある支援体制を作っていきたいと考えています。

また、新たな課題としては、認知症高齢者の意志を尊重し権利を守るための仕組みづくり、地域に開かれた施設づくり等があげられています。「認知症になっても住み慣れた地域で暮らしたい」という高齢者の思いを受け止め、「もの忘れ散歩のできるまちほんべつ」を目指し、今後も地域住民、関係機関とともに取り組んでいきたいと思っています。

活動名称	認知症の人の視点にたったまちづくりを学校教育の中で子どもと一緒に考える
活動要旨	小学校の年間の「ゆとりの時間」から24時間が施設での体験学習として提供され、認知症の人を理解する上で一つのモデルとなる方向性が見出だされた。
応募者	社会福祉法人 恵仁会 特別養護老人ホーム 鹿屋長寿園 林田 貴久
連絡先	〒893-0024 鹿児島県鹿屋市下祓川町 1800

(概 要)

「痴呆」が「認知症」へ変わり、世に認知症を知ってもらう機会になった。しかし、その本来のねらいは単に呼称の変更にあるわけではない。事実、認知症の理解は専門職の間でも不十分だといえる。だとすれば「認知症の人」についての理解は、私たちが考える以上に一般化されていないことが容易に想像される。

この状況を考えた時に、一つのキーワードとして「教育」という言葉が浮かんできた。この教育という言葉の持つ意味やその実際のあり方は、今回の取組みを進めていく中で「教育」から、「教育」「協育」「共育」という3つのキーワードへと広がりを見せた。上から下を見て行う教育ではなく、同じ目線で共に考える中から生まれる言葉や発想を大切に、一つひとつ積み上げていくという作業を大切に積み重ね、ここに学校と施設が協働して実践した認知症の人の視点に立つ一つの試みを報告する。

今回報告する取組みはまだ途中経過であるが、認知症の人が安心して生活していけるまちづくりのために何が必要なのかを、近隣の笠野原小学校5年生48名と認知症の人自身、そして先生方や私たちスタッフが共に考え、模索している現状をお伝えしたい。

事の発端は小・中・高を問わず、年間をとおして実施される体験学習である。目的意識が希薄な学校側と何を体験してもらえばよいのか正直分からない施設側の間で、子どもや高齢者は犠牲者のように映っていた。特に認知症の高齢者は子どもの来園を喜ばれる方も多い反面、状況がつかめずに混乱を深める方も少なくなかった。そんな状況とは裏腹に、福祉教育やボランティア活動等の目的で「体験学習」等の施設への学習訪問は年々増えている。1日の体験で伝えることの困難さを痛感し、継続した学習の場があればと考えていた。

そんな折、笠野原小学校の校長先生との出会いがあった。この現実と私たちの困難に耳を傾けられ、年間のゆとりの時間から24時間を提供してくださった。この決定は私たちには驚きの一言だった。いい加減なこととはできない。この機会に認知症の人について子どもと一緒に考えてみよう。子どもから学ぼう。多くのことが頭をよぎり、スタッフ有志で話し合いを重ねながら交流学習の1ページが開いた。あせらず、楽しく、ゆっくりと学ぶ。子どもから学ぶ。認知症の人から学ぶ。困難と感じていた体験学習が「教育」「協育」「共育」という新たな展開を生んだ。構想から2年の取組みと、そこから生まれた成果と課題は、学校や施設がいかにより素晴らしい社会資源として、また教育の場としての可能性を秘めているということを教えてくれた。このことが新たな体験学習のあり方と、認知症の人を理解する上で一つのモデルとしての方向性を見出した。取組みをとおして今感じることは、将来この地域で生活する子ども達が認知症の人が安心して生活していけるまちづくりの一翼を担ってくれるということである。

活動名称	認知症サポーター100万人キャラバンー職域ごとの認知症サポーター講座ー
活動要旨	認知症について多くの人に知ってもらうため、一般企業、警察、銀行、学校等に出向き、職域ごとに特徴のある内容も入れて講演会を開催。
応募者	近江八幡市健康福祉部健康福祉課 副主幹 森村 敬子
連絡先	〒523-0894 滋賀県近江八幡市中村町25 近江八幡市立市民保健センター

(概 要)

それなりに一定（自治会単位・老人クラブ等）の啓発活動はしてきたが、参加者は同じ顔ぶれ、認知症の知識が無く混乱を招いている相談が後をたたない、介護サービスだけでは支えきれない状況が多いといった状況。もっともっと多くの人に知ってもらうために、商工会議所やコネクションを利用して啓発先の開拓。学校には取り組み意向のアンケートを実施し感触の良かったところ。昨年は企業や団体、学校等で合計10回開催。

<講演内容の構成>

まず啓発ではどの職域での講座でも必ず、認知症についての基本的な知識を学んでもらう時間を持つ。職域ごとに特徴のある内容も入れる。事前に聞きたいと思っていることがあるか聞いておく場合もある。

ポイントは、自分たちにも関係あることを意識してもらうこと、関心のある内容で展開すること、明日から役に立つこと。

<実際の講演内容>

【一般企業】の場合

参加者を見渡すと両親がそろそろ心配といった年代の社員が多い。「もし親が認知症になったらどうしますか」と尋ねると「さっぱり予測がつかない」「たぶん仕事は続けられないかな（女性）」「妻が看てくれるとは思いますが、テレビドラマのようにひどい状態だとどうかな（男性）」といった調子で、全く無関係とは思っていないが、漠然としている方が多い。

そこで、初期対応が天下分け目といていいほど大切なことをお話する。確定診断、病態に応じた適切なかわり、介護サービスの具体的な使い方をしていただければ、ご本人の安定はもとより、家族も仕事を止めて介護といった悲観的な構図は生じない。このような話を話す。

【消防署・警察】の場合

「救急対応の要請があった方が認知症だったら上手く対応できますか。」「パトロール中に徘徊している認知症高齢者を発見した時、問題なく保護できますか。」と尋ねると困った経験がある方が結構いる。

そこで、どうすればいいかということだが、安心できる雰囲気、対応するものの声のトーン、話を合やすといったコミュニケーションのとり方を学んでいただく。これだけでも、認知症の高齢者の方とはとても落ち着かれる。

【銀行・郵便局】の場合

年金の振込み等で金融機関と高齢者というのは結構関係がある。金銭にかかわることなので結構デリケートである。実際に通帳を失くしたと連日窓口に来る人や、手続きを忘れて年金支給がストップしてしまっているのに私のお金がなくなったと騒ぐ人、実は認知症だった。でも、会話しているとしっかりしておられるように見受けられるので、認知症とわからず、事務的に対応しているととんでもないトラブルになる場合があり、職員も無駄な労力を費やすことになる。権利擁護の観点と個人情報保護等複雑な絡み合いもあるので、どこと連携していくかということも重要な課題である。

活動名称	小規模多機能の可能性と井原ラーゴムの取り組み
活動要旨	日課がなく利用者が日常生活の延長として過ごせるデイサービス。臨機応変に「泊まり」にも対応、家族や地域を含めた奥の深いケアを目指している。
応募者	小規模多機能施設 井原ラーゴム 泉 啓司
連絡先	〒715-0015 岡山県井原市西方町 1425-1

(概 要)

井原ラーゴムの特色は、通常のデイサービスが非日常の提供であることに対し、日常の生活の延長であることだと考える。グループホーム的要素が強く、利用者にとって安心できる「居場所」作りを重視している。例えば、スタッフと一緒に食事作りをしたり、洗濯物をたたんだり、買い物に行ったりする。おしゃべりが好きな方には側でその話を傾聴し、外出が好きな方は散歩に誘って出かけたり、歌が好きな方にはカラオケをしていただいたり、「団らん」「憩い」の時間を大切にしている。また、当事業所にはタイムスケジュールがないため、日常生活のリズムを崩さない程度で、自由に時間を過ごしていただいている。認知症の利用者は、騒がしい環境が苦手であることが多いため、私たちはゆっくりと流れる時間の中で、利用者の心に寄り添うケアを行なえるよう尽力している。

また、枠にとらわれないその人に合わせた個別サービスの提供と、利用者だけのケアにとどまらず、家族や地域を含めた奥の深いケアを目指している。

活動名称	一人一人の笑顔のために
活動要旨	デイサービスで学習活動、仕事の活動等行い、認知症の人が自信を取り戻し、また社会の中で交流を図れるようにサポートしている。
応募者	(株) スルガケアサービス AMBIK おやま 木村 理絵・川村 美穂
連絡先	〒410-1325 静岡県駿東郡小山町一色 280-4

・(概 要)

デイサービス「AMBIKおやま」では、さまざまな活動を行うことにより、認知症の方に、一人の大人としての落ち着きを取り戻し、個々の持てる力・今まで気づかなかった力を社会の中で発揮し、自信を取り戻していただきます。

また、デイサービスの場を社会参加と明確にとらえ、認知症の方もそうでない方も、様々な機会を通じて子供たちや、家族、地域の方との交流を図りお互いを助け合いながら、認めあう事を大切にしております。

そして、職員の役割の一つとして、認知症の方が無防備に地域に飛び出して行くのではなく、その方の状況に合わせて必要なだけ、地域の側が寄り添っていけるよう、サポートしていくことを重要と考えております。

当社で行う活動(アクティビティ)は、下記の4つです。 その時、必要になるのが、認知症を正しく理解した我々スタッフが、ご本人・同世代の仲間・ご家族・地域の方々の、誤解を招かないような、働きかけ・振る舞い・サポートであると考えます。

更には、デイサービスには不可欠なレクリエーションも、単なる遊びや余暇活動と捉えるのではなく、日常生活そのものを楽しんでいく為、更には生活の質の向上をさせる為の活動として捉え、毎日の暮らしの中に明確に位置づけ、日常的に楽しまれるようにすることを重要と考え取り組んでいます。

■趣味活動 余暇時間の充実を目的とした、習い事感覚で行えるような活動です。自宅でも継続し人生の趣味となるような物を提案、支援していきます。完成品は、ご家族・ご友人に見せたいと思えるような、満足いく作品を目指します。

■学習活動 認知症予防を目的とした、脳の活性化を第一に考える活動です。

■仕事の活動 認知症の方を対象とした、周辺症状に働きかける事を目的とした活動です。その方の生活史・生活背景に合わせた活動を行うことにより、ご自分が社会から、必要とされていたこと、まだこんなに色々なことができるということを確認し、自信と心の落ち着きを、取り戻して頂けるよう支援していきます。

■日常生活活動 看護師による機能訓練と、介護職員による現在その方が行っている生活活動について、向上を目指して働きかけを行います。

また、日常生活活動を行う際には、活動全体にレクリエーションとしての働きかけを、必ず加えるようにします。具体的には、季節の花を手の届くところに飾る、心地よい音楽で心の落ち着きや、気分の良さを感じ取る等、五感を刺激して心・気持ちを豊かにする為の働きかけをします。

活動名称	介護者同士の「ほっとできる場」づくり
活動要旨	自主グループとしてスタートし、様々な壁を乗り越えながら、介護者が日頃の介護疲れから解放されほっとできる場を目指して、活動を続けている。
応募者	認知症高齢者を支える家族の会「きさらぎ会」 西原 恵子
連絡先	〒185-0004 東京都国分寺市新町 1-13-29

(概 要)

東京都国分寺市で活動している「きさらぎ会」は、認知症の家族を毎日介護している介護者の方々の「月に一度でも、ほっとできる場がほしい・・・」という要望から、平成8年2月に発足した。

平成14年までは多摩立川保健所の事業で開催されていたが、事業終了の宣告を受け平成15年1月に自主グループとしてスタートした。定例会については平成16年4月から国分寺市の事業に参加して活動を続けている。

体験者でなければ理解されにくい日頃の介護疲れから解放され、介護者同士の「ほっとできる場」をめざしている。

現在の活動スタイルに落ち着くまで、様々な壁にぶち当たった。でも「この会を無くしてはいけない」との熱い思いが、会員を奮い立たせ、自主グループ「きさらぎ会」立ち上げに向けて頑張った。当時の会員全員が、介護真っ只中、要介護者のお世話で自分自身も疲れ果てているのに、ほんの少しでも時間をつくり、話し合いに参加する状況だった。

自主グループとして動き出したとき、会場確保に奔走したとき、そして多摩立川保健所との話し合い、国分寺市長との話し合い等々どの段階でも、今その時できる人が、できる事をして頑張った。

国分寺市の事業となり、行政と市民との協働で現在は活動している。今でも、活動スタイルに変化はない。できる人が、できる事をしている。

また、定例会開催日程が、国分寺市報に掲載されるようになってから、毎月の定例会に新規参加者が必ずいる。きっと、まだまだ孤軍奮闘でへとへとになるまで頑張っている人も多いと思う。一人で抱え込まないで、経験者に相談し、共感しあい、情報を交換する事が大きな支えとなる。

介護者が「ほっとできる場」でリフレッシュし、元気であることが、要介護者にも優しく接する事ができると思う。その思いで、今もこれからも活動を続けていきたい。

活動名称	わくわく家族ツアーズの取り組み（バリアフリー旅行）
活動要旨	介護付有料老人ホームで、家族やなじみの職員と一緒に気軽に参加できるバリアフリー旅行を毎月4～5コース企画、催行。
応募者	株式会社メッセージ 介護付有料老人ホーム「アミーユ」 わくわく家族ツアーズ責任者 栗崎 治代
連絡先	〒530-0043 大阪府北区天満 2-1-10 DoDo ビル4 F

（概 要）

<わくわく家族ツアーズ>

人は、生きるうえで必要な、喜び、勇気、潤い、愛... そうした感動をより多く体験することで、今という現在を実り多いものとする事が出来ます。旅をとおして、新しい景色や人との出会い、語らいなどから、「わくわく」するような感動をより多く体験して頂きたい。高齢になり、障害を持って周りのことが分からなくなられた方にも、価値ある人生をお届けしたい。それが『わくわく家族ツアーズ』の願いです。介護付有料老人ホーム「アミーユ」では、ご家族と共に、またなじみの職員と一緒に気軽に参加できるバリアフリー旅行を実施しています。

実施主体：介護付有料老人ホーム「アミーユ」（H17年10月現在、全国100施設）

実施目的：高齢になり、障害を持つことで施設での暮らしを余儀なくされた状況にあるご入居者の方に、日々の生活を安心して過ごすことだけでなく、旅することで地域社会にふれ、自由な時間を感じることで、生きる喜びを引き出せることを伝えていくために外出支援への取り組みを継続して行っています。

実施方法：旅行の企画、手配、募集、催行までを、「アミーユ」わくわく家族ツアーズ担当者が行い、「アミーユ」のご入居者様、ご家族様に毎月ご案内をし、行きたいと思う旅行を選択し、参加いただけるよう呼びかけを行っています。

実施内容：2001年9月から取り組みを初め、2005年9月までに、280コース8,000名の方が参加されました。半日～1日の日帰旅行を中心に、宿泊を伴う国内旅行まで、また2004年秋には初の海外旅行となる台湾旅行を実施、2005年春には、ハワイ旅行を実施するなど、さまざまな種類の旅行を毎月4～5コース企画し、催行しています。

検討課題：認知症をもつ高齢者は、記憶障害、見当識障害等、様々な精神面の問題を抱えているため、ご家族の参加への理解が最大の課題です。旅をすることの大切さを受け入れてもらえるよう、お一人お一人の日常の観察から要望を引き出し、過去の生活から嗜好を知り、時間をかけて参加のお誘いをしていくことが必要なため、各施設の管理者はじめ、全職員のチームアプローチに重点を置いています。

活動名称	徘徊から防犯パトロールへ ～地域を犯罪から守る認知症のパトロール隊による安心の町づくり～
活動要旨	グループホーム・デイケアの老人たちと事業所内保育、地域の学童の子ども達とがウォーキングパトロールを開始、町ぐるみで防犯に努めるようになってきている。
応募者	社会福祉法人 自立共生会 多湖 光宗
連絡先	〒511-0863 三重県桑名市新西方3丁目187

(概 要)

近年、外国人や青少年の犯罪及び高齢者をねらった詐欺事件が増える一方、警察の捜査は追いつかず検挙率は低下、日本の安全がおびやかされている。

私たちの住む桑名市大山田団地東の新西方地区も例外ではなく、高速道路の桑名ICに近いこともあり、自動車の車上荒らし、自販機荒らし、空き巣などの被害は後を絶たない。

平成15年1月20日未明スーパーで金庫破りがあった早朝には、私どものデイケアの送迎用車両も連続放火されたりした。また、入院患者さんの車が駐車場から消えたり、職員の車からカーナビ、オーディオセット、ガソリンなどが抜き取られたりした。そこで、平成15年度より職員や法人の車に防犯装置を装着し、夜間も駐車場の照明をつけ続けるなどの自己防衛をするようになった。

自治会や桑名市も対応を迫られ、平成15年3月2日には、新西方自治会協議会、桑名市役所環境安全課、桑名警察署とで、『防犯対策協議会』が開かれたりした。しかしながら、提案された防犯カメラの設置は費用とプライバシーの面から見送られ、自治会有志によるパトロールは参加者がなく、『防犯パトロール重点地区』という看板のみの地域住民による自衛策では効果がほとんどなかった。

そこで、平成16年度、正義感の強い元徘徊名人（徘徊し近隣の家に入りこみ、自治会長より「迷惑だ。施設に行け!」と某町から排除されたグループホーム入居者）に、「散歩のついでに防犯パトロールをすること」を私が提案したところ、「それは良いことだ」と賛成してくれた。自治会より、『ウォーキングパトロール新西方3丁目自治会』の腕章をいただき、平成16年度冬より、散歩のついでに防犯活動が続けている。

グループホーム「ひかりの里」建設時には、「近隣を徘徊させるべきではない。」と、認知症高齢者を町から排除すべき存在のように言っていた住民からも、「ごころうさん!」と声をかけられるようになった。現在、新西方3丁目南自治会では、昼間にひかりの里・デイケアの老人たちと事業所内保育、地域の学童の子ども達とが世代間交流を兼ねてウォーキングパトロールをする他に、住民の有志が防犯パトロールを夜8時半より月2回行なうなど、町ぐるみで防犯に努めるようになってきている。

その結果、まだ犯罪の現場をおさえたりはしていないものの、新西方地区を含めた大山田地区の犯罪件数は、ピーク時（平成14年、15年）の約半分に激減する一方、他のICに近い長島地区では犯罪が増えてきているなど、犯罪者のターゲットは自衛力が弱い地域で逃げやすい所に移ってきている。これらの犯罪が増えて困っている地域でも認知症高齢者の能力を生かした地域ぐるみの防犯活動による安心できる安全な町づくりが望まれる。

活動名称	認知症専用デイサービス「第二藍ちゃんの家」の実践
活動要旨	デイサービスで利用者の話を聞くこと、思い出話を引き出すことを積極的に行うことで、利用者の精神的安定が見られている。
応募者	特定非営利活動法人 ときわ会 藍ちゃんの家 第二藍ちゃんの家 理事長 藤田 慶子
連絡先	T516-0041 三重県伊勢市常盤 2-10-12

(概 要)

<立ち上げと経過>

平成12年5月特定非営利活動法人ときわ会藍ちゃんの家として認証を受けました。定款には事業として「赤ちゃんからお年寄りまで」のキャッチフレーズで世代間交流を大切にと、まず、地域老人交流事業、子育て支援事業、家事援助、介護援助及び送迎等の在宅福祉サービスに関する事業、デイサービスに関する事業、居宅介護支援サービスをスタートさせました。

デイサービス18名の定員の中で、認知症の利用者様も増え、個別対応の必要を実感し、2年後の平成14年5月に認知症専用デイサービス「第二藍ちゃんの家」定員10名を開設しました。平成15年9月より配食サービスを開始。「生き生きごはん」と名づけ、高齢者・病気の方々の、個別の食事のご希望にも対応した配食サービスを開始しました。

<第二藍ちゃんの家成果>

「話しかけ」や「聞いてもらえる安心」といった信頼から、利用者様とスタッフ間の会話のキャッチボールが少しずつ可能になり、不穏や無表情だった利用者様からも、だんだん笑顔が見られるようになりました。

「思い出を大切に」・「思い出話をする」・「思い出の歌を口ずさむ」ことを大切にしています。デイサービスの多くの場面で積極的に行っています。その結果利用者様の不穏・不安な表情が消え、精神状態が安定し、周囲とのコミュニケーションが豊かになります。自分の昔のことを思い出すことで懐かしさや幸福感を感じたり、自分への自信を取り戻せます。また、自分の話を真剣に聞いてもらうことで、満足感が得られる、といった効果もあります。こういう思い出話をする事で連帯感や親近感を覚え、孤独ではないということが感じられます。

また、利用者様を尊重するということは、その方の生きてきた時間を尊重する、ということにつながります。利用者様から昔の経験や話を聞くことは、我々にも得るものが多くあります。利用者様が自分の足跡を我々に伝えてくれることで、お互いにとってより良く過ごすことのできる、かけがえのない時間を共有しています。コミュニケーションは利用者様の心のケアや、認知症の予防の効果があるだけでなく、ケアをする側の人間的成長も得られます。

開設当初は、利用者様も落ち着かず、不穏になった利用者様に対応して、スタッフともども慌しい場面も見られましたが、現在は「なじみの環境」「なじみのスタッフ」となりつつあります。帰宅願望は出るものの、スタッフの声掛けや利用者様同士の会話でそれも和らぎ、帰宅時間まで穏やかに笑顔で過ごすことが可能となってきました。

近隣の「坂社（さかのやしろ）神社」や「上座蛭子神社」で行われる毎年恒例の神事への参加や、近所の郵便局のロビーを借りて、年に一度作品展を開催。一年かけて作った作品を郵便局を訪れる方々に見ていただいています。また、昨年より参加している高柳商店街の行事にも、手作りの根付やコースターなどの作品を出展しています。

活動名称	認知症にやさしい地域づくりネットワーク形成事業
活動要旨	認知症にやさしい地域づくりを目指して、様々な団体から構成されるネットワークを築き、啓発活動や徘徊高齢者へのきめ細かい対応等を行っていく。
応募者	沼田市・沼田市社会福祉協議会・在宅介護支援センター協議会 沼田市社会福祉協議会 木村 敬史
連絡先	〒378-0053 沼田市東原新町 1801-72

(概 要)

認知症にやさしい地域づくりネットワーク事業要綱

＜目 的＞地域社会において一人暮らし高齢者や認知症高齢者の自立生活の支援、低年齢者の事件・事故を未然に防ぐ活動を展開するには幅広い分野においての支援が必要であるほか、近隣の住民の見守り活動が重要となっている。このため、市内の関係機関や福祉関係団体・者、また多彩な協力団体が参画し、地域社会において支援を必要とする方々に対し、きめの細かい対応と継続的なアフターケアを提供し、要支援者や高齢者が住み慣れた地域で安心して生活が営める社会づくりを推進することを目的とする。

＜運営主体＞沼田市・沼田市社会福祉協議会・沼田市在宅介護支援センター協議会

＜構成団体＞沼田市・沼田市社会福祉協議会・沼田市在宅介護支援センター協議会ほか33団体

＜事業内容＞

(事業実施方法)

1) 運営委員会等ネットワーク体制の整備

①運営委員会（構成団体メンバーによる）の開催

- ・ネットワークの具体的な検討と見直し・拡大を図るための協議

2) ネットワーク活動

①地域住民に対して痴呆性高齢者等に関する正しい理解のための広報・啓発活動

- ・パンフレット等の作成・配布
- ・認知症高齢者等の家族に対する相談会の開催
- ・一般住民向けの説明会の開催

②徘徊高齢者の捜索活動の協力、保護・引き取りにおけるきめ細かな対応の実施

- ・徘徊等の行動障害のある高齢者の所在が不明となった場合には、警察との所要の連携の下で早期発見への協力を行う
- ・認知症高齢者への正しい接し方（声かけ等）についての学習
- ・上記活動のマニュアル等の作成

③再発防止のためのフォローアップ対策

- ・徘徊等の行動傷害の要因に家族が気づかないで所在不明が再発する。ケースも見られることから在宅介護支援センター等を中心としたケースカンファレンスの開催などを通じて、家族等へのアフターケアや、事例検証を踏まえたネットワークの点検・見直しなどを行う。

④地域住民組織・見守り推進員等による高齢者の生活支援活動

活動名称	東京都北区での戦略的認知症予防啓発活動について
活動要旨	北区版認知症予防啓発プログラムを作成し、老人会への出前講座のマネジメントや「認知症予防ナース」の育成、派遣等を行う。
応募者	東京都北区戦略的介護予防推進チーム（認知症グループ） 東京都北区 福祉サービス課 福祉相談係 森 光
連絡先	〒114-8508 東京都北区王子本町 1-15-22

（概 要）

東京都北区は平成18年2月1日現在、高齢化率22.7%の超高齢地域となっている。北区では介護予防に総合的に取り組むため、関係職員からなる戦略的介護予防推進チームを設置し、平成18年度から開始する介護予防事業の本格的実施に向け、介護予防システムの構築を目指している。要介護状態に陥る3大原因疾患のひとつである認知症についても予防・啓発活動、ケアシステムづくりに戦略的に取り組んでいる。

「認知症を知る1年」に合わせ、平成17年2月にプロジェクトを立ち上げ、北区版認知症予防啓発プログラムを作成した。プログラム作成時に配慮したことは、①分かりやすいということ、②楽しく学べるということ、③話だけではなく具体的な予防の体操を一緒におこなうということ、④「認知症かも？」と思ったときの相談窓口をきちんと伝えるということ、⑤体験型プログラムにすることで受講者自身の気づきを大切にすること、である。このプログラムを地域の中の老人会で出前講座として行ない、積極的に認知症についての予防・啓発をしようというのが大きなねらいである。

北区の老人クラブは138ヶ所。老人会に所属している人の総数は16,752人である。北区の高齢人口は平成18年2月1日現在、71,895人。老人会を出前講座で回することで、人との関わりのある元気な高齢者に効率的に出会え、地域の要望を肌で感じることができ、効果的な予防活動が展開できると考えた。出前講座は行政のマネジメントのもと、行政が作成した認知症予防プログラムの講座を委託することにより、昼夜を問わず、また土日でも地域の要望にタイムリーにこたえることができる。

また、提供されるサービスの質も担保される。現在、北区で在宅療養者訪問保健指導事業に係わっている看護師5名を「認知症予防ナース」として育成し、老人会からの予約が入ると無償で区から派遣している。

出前講座のお知らせは区ニュース等で掲載している。平成17年7月から認知症予防講座が開始され、平成18年3月末現在で予約の入っている見込み受講者数も含めると参加老人会は25ヶ所、受講者は890人である。まだまだ走り出したばかりではあるが、今後も継続して認知症予防講座を展開していく、認知症に関する地域の関心を高め、ご近所の方の変化に「あれっ？」と気づけるアンテナの高いまちづくりを目指していく。

また、認知症予防講座を地域個別対応型の活動とすると、全体向けの活動としては一般区民向けの講演会を2月・3月に計3回開催し、参加者は約600人であった。多くの人に広く普及する活動と小グループで密度の濃い関わりから普及する活動、この2つの活動を並行しておこなうことで、それぞれの活動からの相乗効果もうまれ、より効果的な認知症予防啓発活動になるのではないかと考えている。「認知症を予防し、認知症になっても安心して住み続けられるまち北区」の実現に向けて、今後も活動を展開していく。

活動名称	成年後見制度利用促進のためのビデオ製作とそれを使用した啓発事業
活動要旨	高連協が、成年後見制度に関する幅広い知識を学ぶ場を作ることと、制度利用をサポートできるマンパワーの養成を目的に、研修会を全国で開催した。
応募者	(財) シニアルネサンス財団 事務局長 河合 和
連絡先	〒102-0074 東京都千代田区九段南 3-5-10 九段菊江ビル3F

(概 要)

<「成年後見制度 説明会」開催>

①開催目的及び内容

介護保険制度を利用しようとする場合、本人が契約主となり、介護サービス提供会社と契約をする必要がある。また、福祉施設へ入居する場合も同様である。しかし、本人が認知症であれば契約の当人にはなれない。この場合、後見人をたてる必要がある。しかし、後見人をたてずに、例えば子どもが代理人と称してサインをしているケースを多々見受ける。これは明らかに違法である。法治国家でありながら、この違法がまかり通っている現状を何とか打破しなければならない。その根拠は、100万人の認知症高齢者が介護保険制度を利用しているにもかかわらず、成年後見制度の利用が5万3千人しかないことにある。この現状を正常な状態へ戻す必要がある。そのためには、成年後見制度の普及に努めなければならない。そこで、当高連協は、制度の利用促進を目的とした「成年後見制度 説明会」を、全国47カ所で開催した。

説明会の内容は「ビデオ上映」と「講師による解説書を使つての講義」の2部で構成した。

47カ所で開催した説明会参加者は総勢3,008名であった。

<「成年後見制度 研修会」開催>

①開催目的

後見人になる人の約87%は親族である。この場合、後見人の役割を理解せず選任を受けている人が大半である。しかしこの現状は、制度について研修を受ける場がないゆえ、やむを得ないともいえる。

また、現在、およそ160万人にもものぼるとみられる認知症高齢者に対する、後見活動のマンパワーは、5千人にも満たないと言われている。最も、人材豊富な「リーガルサポート」でさえ、その人材は3千人である。一人が後見事務を行う人数は15人が限界だと言われている。この状況では、160万人の後見は不可能に近い。これらの問題を解決するためには、二つのことを行う必要がある。その一つは、成年後見制度に関する幅広い知識を学ぶ場を作ることである。もう一つは、成年後見制度の利用をサポートできるマンパワーを養成することである。

当研修会開催は、この二つを実践することが目的である。

②「研修会」の開催

「成年後見制度 研修会」は、二日間の日程で開講し、「成年後見制度解説用ビデオ」と、今回新たに制作した「成年後見制度研修テキスト」を使用して全国47カ所にて開催された。カリキュラムは、10科目で構成した。受講者は総勢1,551人であった。

活動名称	認知症になってもだいじょうぶ！いつまでもその人らしい暮らしを！
活動要旨	グループホーム六甲の入居者が主体のボランティア団体「ほほえみ・くらぶ」は、地域の学校や老人会に出向き、酒饅頭作りや雑巾作り等も行う。
応募者	グループホーム六甲・わーらいふ灘 今城 ゆり
連絡先	〒657-0826 兵庫県神戸市灘区倉石通2-2-22

（概 要）

グループホーム六甲は民家改造型のグループホームである。六甲山の麓の静かな環境の中で9名の認知症高齢者が地域の方達と共に暮らしている。認知症高齢者が限られた空間であるグループホームでの生活だけではなく、地域の人の理解と支援を受け、地域で普通に暮らしていくために、縮小しがちな社会性を拡大し維持した生活を送ってもらうために、開設当初から外出の機会を工夫し、地域とのつながりを積極的に積み重ねて来た。

自治会活動には出来るだけ参加する。そうすれば隣近所の人と顔を合わせて会話を交わす機会が出来る。また、周辺の道路の清掃を行う事で、利用者に地域社会と一体で歩んでいるという意識を育て、また何らかの社会貢献が出来ているといった自負心を芽生えさせる。地域の学校や老人会との交流にも出向いている。その際に手土産として持参するために思いついたのが酒饅頭作りだった。地元神戸の名産である灘の酒から作られた酒粕を使った饅頭である。地域の祭りに出店したところ、すぐに売り切れるほど好評だった。以来、饅頭を作っては、それをご近所に配ったり、地域の老人会の集会で配ったりしている。この饅頭、形は不揃いだが、味わいが良く食べやすいので喜ばれている。また、雑巾作りにも取り組んだ。これは近所の六甲学院に提供し使ってもらう事にした。六甲学院の学生とは開設当初から協力関係を築き、グループホームの利用者との交流を続けている。

こうした利用者の活動を「ほほえみ・くらぶ」と名づけた。これはグループホーム六甲の入居者が主体となって活動するボランティア団体である。「自分たちが出来ることを地域社会に奉仕していく」という考えのもと、認知症高齢者が自分の役割を持ちながら地域で地域住民と共に普通に生活を送っている。

また、「ほほえみ・くらぶ」で中心的な役割を果たしていた2名は小規模多機能ホーム「わーらいふ」へ移り住んだ。小規模多機能ホームには通所機能、泊まり機能、居住機能がある。認知症である人、そうでない人、さまざまな人との交流があり活気のある暮らしである。ボランティア活動を通して社会性が拡大されていたためか小規模多機能ホームでの環境にも順応し、以前にも増して元気に生活されている。

陽気なKさんは婦人会主催のデイサービスにもスタッフの付き添いなしで参加し、友達がたくさん出来た。友達と連れ添って冗談を言いながら帰って来る姿は微笑ましい。この様に認知症になっても普通に暮らしていける生活（私達にとっては当たり前の生活なのだが）を送る事は地域の人達の協力があってこそ成り立つ。認知症になっても住み慣れた町で大切な人達に囲まれて今まで通り自分らしく生きていく事の出来る町づくり。私達はこれからもあらゆる可能性を模索し、取り組みを続けていきたいと思う。

活動名称	地域の力による田尻町「元気ふれあい塾」
活動要旨	住民、社協、町との協働で始めたミニデイサービス「元気ふれあい塾」は、回想法を取り入れ、現在では42町内会全てで行う取り組みとなっている。
応募者	宮城県田尻町（スキップセンター）保健福祉課 技術補佐 大谷 みち子
連絡先	〒989-4413 宮城県遠田郡田尻町通木中崎東10-1

（概 要）

田尻町は、昭和61年頃から町助役を中心に、21世紀におけるこれまで経験したことのない高齢社会の到来を前提に、各種調査研究をもとに人生80年時代のシステムのあり方を探り、町の地域性に合致した新しい文化の創造に向けた自己実現、健康づくり、生きがい活動などの実践につながるしくみづくりをすすめていく必要があると考えました。

平成10年に2ヵ年をかけて、東北大学医学部高次機能障害学教室の協力を得て、無作為抽出により町内の65歳以上高齢者の約半数にあたる1,654人のご協力をいただき有病率調査を行いました。

その結果、脳卒中に起因する内科的疾患の有病率が高いという他に、CDR（臨床的認知症重症度）を用いて、認知症の有病率も把握したところ、CDR0の健常は60.4%、CDR1以上の認知症は8.5%、CDR0.5の認知症疑いは31.1%いらっしやることがわかりました。

これらのことから、田尻町における保健・医療・福祉に関する課題は、一つ目としては、血管性認知症の原因となる脳卒中及びそれを引き起こす疾病構造への対応、二つ目としては、65歳以上の30%を占める認知症疑いのかたへの早期対応及び認知症になっても安心して暮らせる地域づくりと考え、「脳卒中・認知症・寝たきり予防」を目標に掲げ、取り組みをしているところです。

調査を行った際に、介護保険サービスの利用までではないけど家の中でポツンとしている高齢者のかたが気になり、地域の民生委員さんの話も伺い、地域のみなさんと社会福祉協議会と町との協働で、ミニデイサービス「元気ふれあい塾」を試行的に始めました。手押し車を押しながらも、何とか自分の足でゆっくりと歩いていける身近な公会堂を会場に、小物づくりが苦手なかたや物忘れのおありになる高齢者のかたでも参加しやすいようにと平成16年度から回想法を取り入れながら実施しています。「元気ふれあい塾」は、今では42町内会すべてで行われる取り組みとなりました。また、回想法を他の地域へも拡大していくために社会福祉協議会スタッフに対して勉強会を実施しました。回想法実施後、参加者の全体的健康感・活力（健康関連QOL尺度）で改善が見られました。さらに、回想法の勉強会に対する社協スタッフの意見は、全員が「役立った」と答えており、参加者・社協スタッフともに、回想法を楽しんで参加あるいは実施したと捉えました。今回、地域の多くの高齢者が参加しているこの事業に回想法を取り入れていった経過や評価、そして感じていることについて報告をさせていただきます。

活動名称	在宅介護支援センター うらら
活動要旨	認知症になっても支え合える地域づくりが必要と伝えるため、グループホームと一緒に、地域の公民館に出向いて、自作の寸劇を通して啓蒙活動を実施。
応募者	在宅介護支援センター うらら 堀 千秋
連絡先	〒999-8134 山形県酒田市本楯字前田127-2

(概 要)

在宅介護支援センターとして、地域への情報発信の企画を今年度実行しました。そのパート1として認知症になっても地域で支え合うことができるということ、生活し続けることができること、そしてそんな地域作りが必要になっていることの情報を私たちに伝えるために、分かりやすい寸劇を作成し、同法人にあるグループホームと一緒に活動しました。支援センター担当地区の4カ所の公民館に出向き、参加者を民生委員の方々からの協力を得ながら募りました。多くはない参加人数でしたが、分かりやすかった、グループホームを初めて知った、介護のしかたに気が付いたなどの感想をいただき、手応えを実感しました。私たちができる情報を色んな形で地域に発信できればと考えて日々活動しております、自作のシナリオと教室での次第を添付いたします。

<シナリオ一部>

ある日、おとらばあさんがウロウロと道路を歩いている。

民生委員 「おとらばあさん、どこさ行く？」

おとら 「ちょっとそこまで。」

民生委員 「んだが、気いつけてのそんま日暮れつがらの、太郎さん達会社から帰ってくるから家でまっ
ててくれっと、安心するがもの。」

おとら 「んだの、そんま帰る。」

おつね 「おとらばあさん、お茶飲んでいけ、今日紫蘇巻きつくたがらんべみてくんねがの。おとら
さん上手だがらの紫蘇巻きつくんな、なかなかおとらさんの様にはならねぐで。」

おとら 「ありがど、へばちょっとの、そんま息子帰ってくつがしの、それまでの。」

活動名称	認知症高齢者の社会性の形成
活動要旨	特養を町と見立て、失敗行動が許される非日常のインパクトとして月2回屋台を設置。対面調理を行い、利用者がお客として自主的に動ける場を創出。
応募者	社会福祉法人 櫻灯会 特別養護老人ホーム日の出紫苑 理事・施設長 櫻井 眞里
連絡先	〒190-0181 東京都西多摩郡日の出町大久野231-1

(概 要)

町とそこに生きる人々の生活を考えた時、人は瞬間瞬間に他人に影響を与え、同時に自らも影響を受け、その影響が社会すなわち町の変化を創り出すのであり、人にとっても町にとっても同じ瞬間は二度とは来ない。

認知症は医学的な意味においては中核症状としての記憶障害や見当識障害が問題となるが、社会的な意味においては周辺症状が重要な意味を持つ。社会的な生活や規則を守ることが困難となり社会性への適応能力が働かなくなる、いわゆる不全状態を表出するこの周辺症状のゆえに、認知症高齢者は社会的孤立を引き起こす。社会的バックグラウンドが異なる人との交わりを恐れる古来よりの日本の文化風土が、意識的にせよ無意識的にせよ「村八分」としての対応をすることとなる。

私たちは2つの新しい試みを提唱している。一つは、町を構成するのは「人と人との瞬間的な関わりの連続である」という町そのものに対する新しい概念である。

第二に、認知症高齢者の社会的不全状態の原因を、記憶障害による失敗行動、それに基づく不安状態と考え、これを取り除くことを試みることにより、一瞬でも社会的不全状態が解消されることを実証してみる。

町としては、100人の利用者が生活する特別養護老人ホームを設定した。特別養護老人ホームを町とすることに異論もあろうが、ホームで生活する利用者が全員認知症という訳でもなく、100人もの人が話をする機会がある・かかわりあうということも一般の地域社会よりは余程関係が密接であり、あえて一つのモデルとして特別養護老人ホームを設定した。

認知症高齢者の不安を除去し失敗行動も許されるものとして、非日常インパクトを考えた。日常生活は連続しているので、前の失敗が次に波及するが、非日常は連続せず、その場の失敗はその場で終わると同時に、非日常は誰に対してでもはじめての体験であり、誰でも失敗する可能性があるため、失敗行動を責める人間はおらず、必然的に失敗が許される環境が創り出される。

非日常インパクトについて説明すると、対面調理を行える屋台を設置し、月に2回、時間を決めて対面調理を行った。厨房職員がハッピーを着て、目の前でお菓子を調理してお客である利用者に渡す。誰にでも平等に分配する訳ではなく、本人が要求した場合に提供する。介護員には介入しないように協力を求め、お客として利用者が自主的に動ける場を創出した。

予め利用者が行うであろう反応を予想して第三者の記録者に観察を依頼していたが、当初の予想をはるかに超える社会的行動が観察された。自発的に動き、たとえ失敗しても責められない状況を作れば、認知症高齢者も町の一員として社会的行動ができ、未来に向かつての希望をもつことが確認された。

そんな楽しいところがあるなら、認知症になったら引っ越したい・・・

活動名称	認知症のあるひとり暮らしの高齢者への危機介入を考える
活動要旨	住み慣れた地域でひとり暮らしを続ける高齢者を、さまざまなネットワークを通して支え、本人の自己決定を尊重する支援を行う。
応募者	神鋼ケアライフ 岡本ステーション 松田 順子
連絡先	〒658-0072 兵庫県神戸市東灘区岡本2丁目7番13号

(概 要)

「認知症のあるひとり暮らしの高齢者への危機介入を考える

ー突然のキーパーソンの失踪で経済困窮に陥ったJ Sさんへの援助についてー」

様々な問題を抱えながらも住み慣れた地域での生活を望み、ひとり暮らしを続けている高齢者は多い。そのような本人の思いを受けて可能な限り住み慣れた環境の中で、本人の自己決定を尊重し私たちはネットワークを通して在宅生活を支援している。

神戸市は平成7年の阪神淡路大地震で高齢者が多数住む市街地が直撃を受けた。平成9年に震災後、復興住宅のひとり暮らしの高齢者・障害者を対象に高齢世帯支援員が訪問する独自の支援システムを作り、L S A（生活相談員）や高齢世帯支援員と一緒に在宅生活を支援している。さらに地域見守りの担い手として平成13年に地域型在宅介護支援センターに見守り推進員も配置している。65歳以上の高齢者の3割は認知症予備軍・その中の2～3発症するといわれる中、早期発見・関連機関との連携のために訪問・安否確認を業務としている。

自宅からゴミを持ち出すことが困難な高齢者には神戸市環境局が民生委員の確認のもと玄関先でゴミの収集（ひまわり収集）を行っている。認知症高齢者の在宅生活の安定をはかるために週1回5時間程度の話し相手・散歩など継続的に行うことで「なじみの関係」をつくり、落ち着いた在宅生活支援を図る「認知症高齢者訪問支援員派遣事業（ほっとヘルパーサービス）」も実施している。

対象となるJ Sさんは平成12年8月、L S Aの照会で関わりが始まった。当初身体状況から住民を往診している医師に依頼し診察をうけ糖尿病や高血圧症がわかり、ずっと経過を診てもらっている。収集日以外に本人がゴミ出しして住民から苦情がでたためひまわり収集制度発足と同時に申し込んだ。現在、隣接するデイサービスセンターに週2回、ヘルパーは毎日訪問している。介護保険のヘルプサービスは掃除・洗濯・日用品や惣菜の買い物、夕方は室温調整と弁当を届けてもらっている。今年4月からほっとヘルパーサービスを利用して一緒に買い物に行き調理の下ごしらえをしたり、散歩したりとなじみの関係ができつつある。平成16年8月、息子の失踪したあと、生活を継続するために基幹型在宅介護支援センター・保護課ケースワーカーと連携をとった。日常の金銭管理は福祉サービス利用援助事業（りんりんネット）を利用し、今後予測される問題のために成年後見制度の申し立てを行い、平成17年11月10日代理権付きで保佐人が選任された。

活動名称	デイケアハウスにぎやか
活動要旨	あかちゃんからお年寄りまで大家族のように共に暮らす「にぎやか」。共生や世代を超えた交流など、現代の地域では失われてしまった役割を担う。
応募者	デイケアハウスにぎやか 阪井 由佳子
連絡先	〒930-0845 富山市綾田町 1-10-18

(概 要)

<地域とは？>

先日宮城県知事の浅野史郎氏の講演を聞いた。いかなる障害があろうと、施設でなく地域で暮らすことが当たり前の社会である。と宮城県では「施設解体宣言」を打ち出した。

もちろん県民全てが賛成する訳でなく、自分の家の近くに障害者がウロウロするようになったら、やはり「怖い」「気味が悪い」といった反対の意見も多く聞かれるそうだ。

福祉施設や病院に働いているとか、身内に障害者がいる人達以外、一般の住民は、障害者や認知症をもったお年寄り、自閉症の子供達と触れ合ったことのないのではないだろうか。知らない。見たことがない。わからない。だから、自分の理解を超えた言動や行動に恐怖を覚える。人種や障害の有無、年齢などの差異を受け入れる教育や地域がない。その基盤がもうすでに失われてしまっているのではないだろうか？ 障害があれば障害者施設。高齢になって介護が必要になれば高齢者施設。障害を持つ子は養護学校と地域から差異を削除し、施設で特別に保護することが福祉とされてきた結果ではないだろうか？

昔は地域が存在した。地域で助け合い。住民が協力しあい地域社会を形成していた。しかし、今や24時間のスーパーがある。子供は保育所があり高齢者は施設を利用する。隣近所は互いに隣接しているだけで、「迷惑をかけないこと」それが地域のルールになっているようだ。したがって、迷惑になるような人々は地域から排除する。人里離れた施設に送り込む。そんな流れが住民の潜在意識として根付いていることを実感した。

<デイサービスの役割>

デイサービスは日中の介護を家族の代わりに提供する場所である。しかし、介護事業所は単に介護を提供するだけの場所ではなかった。

赤ちゃんからお年寄りまで、大家族のように共に過ごすにぎやか。それは、昔はどこの地域にもあった光景。年老いたばーちゃんの居る暮らしには、自然にいたわりや優しさの心配りが生活の中にあった。地域には必ずと言って良いほど、風変わりな人が存在した。それでも排除せず、地域の中でそれを共通認識として理解し、共存していた。しかし、今では、核家族化が進み、地域社会のつながりも希薄になっている。介護事業所は地域から失われてしまった共生や世代を越えた交流など、そんな地域の中での役割を担っているのではないだろうか？

活動名称	グループホーム入居者作品展示会（美術館にて）
活動要旨	市民ギャラリーで町田市の7つのグループホームの作品展示会を行った。入居者が受付を担当、地域にPRし、3日間で400人以上の閲覧者が訪れた。
応募者	東京都町田市グループホーム連絡会 濱田 秋子
連絡先	〒194-0004 東京都町田市鶴間 544 グループホームあおぞら

（概 要）

地域の方々に認知症の人であってもこんなに活動できる豊かな生活があることを知っていただくことを目的に、町田市の協力を得て、町田市の7つのグループホーム（認知症対応型共同生活介護）で作品展示会を行いました。今まで高齢者の方の作品、特に施設での作品はその施設だけにしか展示されなかったこともあり、閲覧できるのは、家族と職員、一部の外来者のみでした。そこでもっと多くの人に見てもらいたい、スタッフとしては他のグループホームではどのようなものを作ったり活動しているのかを知りたい、グループホーム同士の交流もできればよいと思い催しました。展示会場は市民の方がよく利用する国際版画美術館市民ギャラリーを使用し、グループホームそれぞれの作品を各自のブースで展示しました。お年寄りの思い出の作品や、みんなで協力して作った作品などいろいろ展示できました。1×2mの大きな貼り絵、手作りのコサージュ、12ヶ月の思い出のカレンダー、絵画、日常の活動や思い出の写真集、パッチワーク、門松、ポプリ、ろうけつ染め、貼り絵、手作り雛人形、手作りすくろく、生け花、習字、等多くの作品が展示されました。

入居のお年寄りができる日は受付を担当しました。地域の住民の方、入居者の家族や地域の高齢者の方、近所の方、通所施設など多くの方への声かけ。市の広報に載せてのPRを行ったことで、3日間で400人以上の閲覧者が訪れました。

活動名称	地域住民への認知症の知識普及とボランティアの育成活動
活動要旨	認知症予防プログラムの体系化を目指し、認知症予防ボランティアの会を立ち上げた。認知症の学習やクラブ活動、住民向けの講演会の企画等を行っている。
応募者	石川県立看護大学附属地域ケア総合センター研究事業 認知症予防グループ 細川 淳子
連絡先	T929-1212 石川県かほく市中沼ツ7-1

(概 要)

私たちは、石川県立看護大学附属地域ケア総合センターのある旧高松町の在宅高齢者を主たる対象に、認知症の早期発見から早期介入を意図した認知症予防プログラムの体系化を目指している。平成13年7月に「ものわすれ早期発見標」を作成し、旧高松町の開業医での健康診断時にスクリーニングテストを実施したが、実施後の受け皿がまだ整っていなかった。そこで、まず、地域で認知症予防活動の拠点を立ち上げ、認知症予防の具体的な活動にかかわる人材を地域から発掘・育成し、一次予防が必要な高齢者に対し、適切な認知症予防活動を継続・定着させて行くことが重要であると考えた。地域住民が認知症とその予防方法に関する学習を広め、認知症に対する偏見を克服し、相互に助け合う認知症予防のシステムを構築して行く活動を開始した。

まず、地域住民が認知症とその予防方法に関する知識を持つために、平成15年11月に旧高松町産業文化センターにおいて、第1回痴呆予防講演会を実施した。約150人の参加者の中から、痴呆予防ボランティアとして14名の希望者があり、同年12月に痴呆予防ボランティアの会を立ち上げた。この会は平成15年に設立し、今後ずっと継続し、根づかせることを願い「いち(1)・ご(5)会」と名付けられた。活動は基本的には地域ケア総合センターで毎月第2土曜日に実施し、平成17年10月で合計22回実施した。活動内容は、①認知症の学習、②クラブ毎の話し合い、③クラブ活動の3つで構成されている。認知症の学習は、第2～17回は室伏君士著「痴呆性高齢者への介護とケア」、第18回からは高齢者痴呆介護研究・研修東京センター編集「新しい痴呆ケア」を教材にしている。加えて各回の担当者がオリジナルの資料を用意し、わかりやすい具体例を挙げるなど工夫して実施してきた。立ち上げたクラブは、パソコン・絵ががみ・童謡の3つである。クラブ毎に「今の私は認知症をこんな風に思う」「ボランティアってどんな活動?」「どんなクラブにして行こうか」の3点について話し合いを重ねている。クラブ活動では、パソコンクラブはワープロソフトや電子メールの使い方を学習し、現在はホームページ作成に取り組んでいる。絵手紙クラブは、毎回季節の花や果物、野菜などの絵とそれに合わせた言葉を書いている。童謡クラブも、毎回季節の歌を思い出話をしながら歌っている。メンバーの一部がグループホームに出向き、懐かしい歌を入居者と共に歌う活動を行いはじめた。このようにクラブ活動を行いながら、認知症について学び続け、認知症予防が必要な方の受け皿としての力をつけて行く過程で、自らの認知症予防への意欲も高まり、同時にいちご会への参加運営にも主体的な発言姿勢へと変化してきている。平成17年12月には地域住民に向け第3回認知症予防講演会をいちご会の企画で開催予定である。

活動名称	横須賀市における成年後見制度（認知症高齢者）の取り組みについて
活動要旨	成年後見制度の円滑な利用のため、弁護士、家裁調査官等関係者の情報交換会を重ね、事件発生時も速やかに対処できた。
応募者	横須賀市 健康福祉部 長寿社会課 三守 進
連絡先	〒238-0550 神奈川県横須賀市小川町 11

（概 要）

■ 成年後見制度に関する要綱等の制定

平成13年11月 「認知症高齢者に係る成年後見制度に基づく市長の申立てに関する事務取扱要領」を制定

成年後見制度利用支援事業のスタート

平成14年4月 「成年後見制度に基づく市長の申立てに関する要綱」を制定

平成15年4月 「成年後見人等に係る報酬等助成要綱」を制定し、資力のない者への後見人報酬等の助成も可能とした。

■ 成年後見制度に関する組織（申立ての実務担当課）

認知症高齢者 → 長寿社会課 総合相談担当

知的障害者 → 障害福祉課 知的・精神障害者担当

精神障害者 → 保健所健康づくり課 精神保健福祉担当

「第三者後見の受け皿を充実させる」ということは、当然ながら行政だけでは進めることができません。そこで、平成16年7月から、制度に携わる各機関にご参加いただき、「成年後見制度情報交換会」を始めました。弁護士、司法書士、社会福祉士、行政書士、弁護士、社会福祉協議会、家庭裁判所調査官、そして市役所の各担当課といった15人程度の会議から始めました。「各機関が抱える課題」としては、この3点に整理することができます。

①資力のない人に対する後見の受け皿をどうするか ②後見人等における身上監護のあり方

③制度の持つ「本人の能力を制限する」という側面を認識した上での利用

2回目の会議は、1回目の会議で抽出された課題を受け、「後見人等の身上監護」について意見交換を行い、話し合いが抽象的にならないように、実際の事例をもとに議論を進めました。

このように、事例検討や成年後見業務を担うNPO法人の活動状況の紹介、認知症高齢者に限らず知的障害者を対象とした場合の課題についても情報交換を行い、今まで8回の会議を重ねてきて、成年後見業務以外での日常業務のなかでも連絡するようになり、それぞれの業務を円滑に実施することができております。

<成 果>

95歳と87歳の姉妹に成年後見制度の利用支援を進めていて、消費生活センターや成年後見制度情報交換でいつも顔馴染みの、家庭裁判所や弁護士と検討しており、何回か老姉妹宅にも伺って、親族調査等の申し立て準備を進めていたさなかに事件が発生しました。事件発生後、行政と裁判所、弁護士と連携を密にし、迅速な申立てと後見人候補者を同弁護士に推薦することによりわずか1ヶ月で、老姉妹の権利を保護することができました。

活動名称	地域に根ざしたデイサービスひつじ雲を作り上げる過程で
活動要旨	デイサービスから毎日近隣に外出。必要に応じ泊まりも可能。また、地域の人も大勢参加できる研修事業を実施し、地域の人の悩みを聞く体制もある。
応募者	特定非営利活動法人 楽 理事長 柴田 範子
連絡先	〒212-0011 神奈川県川崎市幸区 2-697

(概 要)

柴田はこれまで現場経験と介護教育の実務をしている者である。学生を実習先に送り、実習巡回をする度に、介護職員、学生、地域に、認知症高齢者を理解していただく必要性を感じた。期間が長引くにつれて、認知症の方々にかかわれる実践現場を持たなければと思い実行に移した。

特定非営利活動法人「楽」を2004年4月に立ち上げ、政令指定都市川崎の川崎駅に近いところを拠点に6月1日、「ひつじ雲」を開所した。

開設に当たり、職員と一緒に基本理念を作り、目指すべき方向性の共有化を図った。目指すことは、この地域で認知症の方々がこれまでの暮らしが継続できること。それを支援する介護力・地域力を作ることである。この家の持ち主の奥様と一緒に、地域の町内会の役員の方々や民生委員の方々、そして、近隣の商店を廻り、「ひつじ雲」の説明をさせてもらった。「自分達のことでもあるから」といって理解を示してくれた。

◆この地域で「ひつじ雲」が取り組めること。実践していること。

- ・ 365日開いていること
- ・ 家族が疲れたり、用事で必要なときに慣れ親しんだ所で宿泊ができること
- ・ 地域全体の介護力を高めるために、大勢の方が参加できるように時期や時間を考慮し、研修事業を進めていること
- ・ 地域の方に運転や調理補助として活動していただいていること
- ・ 家族は勿論、地域の方々の介護の悩みを聞く体制があること
- ・ 将来介護にかかわる若い学生たちに、認知症の方とともにいる初めての場として「ひつじ雲」を提供している。近隣の行事に参加していること
- ・ 近隣の食堂に「ひつじ雲」のパンフレットを置いていただき、地域に認知症の方が見えている場があることを理解していただいていること
- ・ デイサービスの活動に「毎日外出する」ことを入れて、近隣とのかかわりを強め、挨拶などができていること

◆今後の挑戦課題

- ・ 近隣には大手企業が多く、サラリーマンが町を往来している。企業に勤めている方々にも、知っていただく必要があると考えている
- ・ 近隣の子供たちとの交流を更に深めたいと考えている

活動名称	学び舎方式によるもの忘れ専門デイケアの取り組み
活動要旨	重度認知症デイケアで学び舎方式を取り入れ、脳リハビリ活動等を行い、BPSDの改善及び軽快が広く見られている。
応募者	平林クリニック 平林 幹司、平林 聡一郎
連絡先	〒500-8345 岐阜県岐阜市菊地町2丁目41 TEL: 058-274-9600

(概 要)

もの忘れ専門デイケア（重度認知症デイケア）は、医療保険による精神科専門療法に位置づけられ、BPSD（認知症に伴う行動異常及び精神症状）が著しい認知症患者の精神症状の軽減及び生活機能の回復を目的としたデイケアである。2004年5月当クリニックに併設して重度認知症デイケア施設分教場24の瞳（以下分教場と言う）を開設した。分教場デイケアのコンセプトは、分教場という名称から理解できるように、「学」、「遊」、「楽」、「コミュニケーションカ」をキーワードとした学び舎方式である。利用者（以下メンバー）は生徒でありスタッフは教員であるが、誰が生徒か先生かわからないほどに同じ目線で付き合う同窓仲間の実践を実践している。教員は精神科医1人、看護師3人、作業療法士1人、臨床心理士1人、音楽療法士1人、精神保健福祉士2人及びアドバイザーとして元校長1人からなり、10人の専門職が分教場活動を行っている。

ハード面では施設そのものを懐かしい学び舎とし木目をふんだんに使ったデイルーム、教室、調理作業室、裁縫室兼静養室、舞台兼静養室、浴室、職員室からなる。

ソフト面では、既に送迎車の中で現実見当識訓練などの脳リハビリを行い、朝の会、午前1時間の授業（脳リハビリプログラム）、昼食、昼休み、午後1時間の授業そして帰りの会へと進む。特徴的なことは学期制をしいている事で、学期末には終業式を行い終業証書や通知表をメンバーに渡している。脳リハビリ活動にはディレクター方式を採用し、学習療法、回想法、音楽療法、造形・芸術療法、体操、遊びリテーションなど多種多彩である。

メンタルケアの実践はメンバーの語りや自己表現を引き出すことにある。朝の会の自己紹介をはじめできる限りメンバーが語る機会を多く持たせ、自ら語るという主役体験を通して自信回復を図っている。

学び舎方式によるデイケアの最大の効果はBPSDの改善及び軽快にあり、分教場データによれば軽快率は90%であり、BPSDを軽快させることはQOLを高めることにつながることを指摘した。加えてデイケア活動を通してメンバー間に、自然発生的に同窓意識、仲間意識が生まれ、メンバー同士が助け合い励まし合い支え合う姿が生まれてきたことが大きな収穫であった。

心理検査や家族へのアンケート調査から、デイケア活動は認知症の中核症状を十分に改善するには至っていない結果であった。今後スキルアップした脳リハビリプログラム特に学習療法と薬物療法との統合によりその活路を見出していきたい。

認知症が進行するという現実があっても、学び舎方式によるデイケアによって認知症患者が学び、遊び、楽しく暮らすことが出来ることを地域に情報発信し、認知症患者による生涯学習の場が点から線そして面へと広がることを願って止まない。

活動名称	認知症サポーター
活動要旨	地域ごとに認知症に対してサポートできる組織づくりをめざし、「認知症サポートセンター」を設立・活動している。
応募者	WACあいネットワーク NPO法人福祉振興会 佐藤 正之
連絡先	〒211-0001 川崎市中原区上丸子八幡町 816

(概 要)

当グループは、認知症に取り組んで8年、WAC（(社)長寿社会文化協会）会員12年、平成9年認知症グループホーム「バナナ園」を開設、現在7ヶ所にてグループホームを運営、準備中2ヶ所を含め、認知症に対する介護、予防に取り組んでおります。

「認知症でもだいじょうぶ」まちづくりキャンペーンに賛同し、「認知症安心して暮らせる町づくり」を目指してWACあいネットワークとNPO法人福祉振興会を中心に『認知症サポートセンター』を設立し地域ごとに認知症に対してサポートできる組織づくりを目指しています。

新予防介護が取り入れられることとなり、今後ますます行政、福祉事業者、福祉団体、地域住民が一体となりこの問題に対処していかなければならないと考えます。

まず、福祉業者同士が統一的な目標を持ち、「地域づくり」に欠かせない強力な組織を確立しなければなりません。ボランティア的に片手間に取り組むには限界があります。具体的な目標を定め、明確な実践活動、手法を示す必要があります。

我々は、この様な活動を通じて地域住民と一緒に活動し「認知症でもだいじょうぶ」町づくりを目標に活動範囲を広げていく所存です。

1. 責任ある組織の育成（地域ごとの認知症サポートセンターの設立のお手伝い）
2. 各地域のサポートセンターのリーダーシップの強化（マニュアルの提供）
3. 地域医療との連携
4. 家族へのサポートの確立（認知症の理解と予防・疑似体験訓練）
5. 介護サービス計画書と自立支援のプログラム化
6. 行政と支援策の強化
7. 徘徊搜索訓練
8. 「ヘルパーさん物語」の編集と発行

<目 的>

1. 介護事業所のサービスと質の向上 社内研修の指導と教育
2. 介護事業所の社会的貢献 事業所の目標と質の向上による業績のアップ
3. 地域の高齢者と家族へのサポート 無料相談、予防と介護訓練（地域・企業等）
4. ネットワーク団体間の情報交換 綿密な情報の交換による最適なケア
5. 介護の悩み相談 介護相談窓口による実践的な活動と支援

活動名称	地域に向けての認知症への取り組みについて
活動要旨	院内に「地域連携室」を立ち上げ、地域住民に対する知識提供の場として座談会や勉強会を開催している。
応募者	山手医院 医師 三輪谷 博史
連絡先	〒300-0814 茨城県土浦市国分町7-6

(概 要)

<地域連携室の取り組みについて>

1. 当院周辺地域の住民の方々が何に悩み、何を考えて生活をされているかを理解し、ともに住みやすい街づくりを目指す事が出来ればと考え、今年度より当院に「地域連携室」を立ち上げました。

その一環として、「認知症」に取り組んでおります。認知症問題は、支える家族の方々だけの問題ではなく、地域での問題として対応し、住民一人一人が支えあうことが必要ではないかと考えます。

2. 私たちの地域で、認知症がどのように考えられているのか、またどういったアプローチから開始するのが良いのかを、確かめるところから始める事が必要であると考え、医院に併設している通所リハビリテーションセンターの利用者及びご家族の方々、その他地域の方々に対し、こちらで用意させていただいた認知症に対する、簡単なアンケートに協力していただくことから始めました。

さらに、地域住民の方々に対する知識提供の場が必要であると考え、座談会・勉強会等の、企画・実施・評価を行っております。これらを通して認知症に対する正しい知識を持っていただき、認知症患者に対する、恐怖・不安・悩み等に関して少しでも軽減していただける事が大切であると考え活動しております。

<まとめ>

今年度より活動を始めて、まだ日は浅いかも知れませんが、地域の方と関わり、「アンケート」を通して正しい認知症のケアを学習する機会が乏しい現状を感じ、「座談会」では真剣に受け止めていただける受け皿（地域）があることを実感しました。そして「祭り」を通して、私達のやろうとしていることが、間違いではないと感じる事が出来ました。

認知症は未だ確かな原因も、確かな治療方法もわかっていない不確かなものです。そのことが、地域に間違った憶測やうわさを蔓延させ、現在のような環境を作ってしまう事になったのです。地域が正しい認知症の知識を得られ、認知症ケアに取り組む為の環境が整えば、これほど認知症の方だけでなく、住民にとって住みやすい地域は無いと私達は考えます。

今後は座談会や勉強会の開催はもちろんですが、地域の方が気軽に相談や、参加が出来るものを企画・開催し、地域で支える認知症ケア作りを実施し、住みやすい地域作りが出来ればと考えております。

活動名称	グループホームひまわり アートセラピーの試み
活動要旨	コミュニケーションを丁寧に取り、また五感を刺激しながら、利用者と職員が一緒に楽しんで、アートセラピー（芸術療法）を行っている。
応募者	社会福祉法人浴風会 グループホームひまわり ホーム長 島村 淑子
連絡先	〒168-0071 東京都杉並区高井戸西 1-12-1

（概 要）

東京都の杉並区にある社会福祉法人浴風会 グループホーム ひまわりは、1丁目、2丁目に分かれています。それぞれの場所に各8名の方が生活を送っています。利用者の方の要介護度は1から4の幅があり、平均は2.9となっています。

<きっかけ>

わたしたちは、同じ法人内にある特別養護老人ホーム南陽園を見学した際に、認知症の方が描いた絵を見せてもらいました。そのときに見た絵は本当にすばらしいもので、鳥肌が立つ思いをしました。聞けば、(株)芸術造形研究所の方のご協力を得て、アートセラピー（芸術療法）の試みを行っているとのことでした。そのなかでは、たとえば、ハワイの海を描こうとすると、背景にはハワイアン音楽が流れ講師の皆さんはアロハやムームーのいでたちでまず雰囲気を作り上げて、「ハワイに行った人も行っていない人も、江ノ島でも鎌倉の海でもいいですから自分の今までに見たもっとも美しい海の情景を思い描いてください。そして感動した気持ちを出してください」と語りかけて、自然に利用者の方に絵を描く行為へと案内して行くとのことでした。そこで、私たちのグループホームでもこのようなことが出来ないだろうかと考えました。

<進め方>

まず、グループホーム ひまわりの家族会が行われる機会に、利用者の家族の皆さんに説明をしていかがでしようかと相談したところ、みなさんはぜひお願いしたいとのことでした。

そこで、2005年の9月から11月にかけて1丁目と2丁目それぞれで3回、合計6回の作品作りの会を行いました。講師の先生はそれぞれの会に4名が来てくださって、コミュニケーションを丁寧にとりながら進められて行きます。秋になって、たとえばイモを書く場合には、それを実際に触ってもらって手に刺激を感じるところからスタートします。また、魚を書く場合でも実際に匂いを感じ、また尾びれの感触を感じながら書き始めてもらいます。ただ「書いてください」とお願いするようなことはありません。利用者の方は「そんなのやったことないよ」とおっしゃりながら作品作りに入り込んで行きます。

出来あがった作品については、言葉で表現するよりもまず実物を見ていただきたいと思います。質感が際立っている作品がつぎつぎに生まれています。

<考えたこと>

まだ始めたばかりの試みで、成果をはっきりと評価する段階ではありませんが、みなさんが本当に楽しみながら描いている様子や、描き上げたあとで「自分でも信じられないけれど、わたし描いたのよね」と、出来上がった感動を持っていただいている様子ははっきりと伝わって来ます。約2時間にわたって教室が開かれますが途中で立っていく人はほとんどいません。

職員も夢中になって一緒に描いています。「わたし、はまっちゃいました」といいながら。職員と利用者が本当に一緒にになっている姿も大きな成果といえるかもしれません。

活動名称	認知症の人による造形活動
活動要旨	特別養護老人ホームで、心が穏やかになることと脳の活性化につながることをめざし、一人ひとりの感性を大切にしたい造形活動を行っている。
応募者	社会福祉法人浴風会 南陽園 副園長 山本 里美
連絡先	〒168-0071 東京都杉並区高井戸西 1-12-1

(概 要)

1. 生きがい活動として

指定介護老人福祉施設南陽園では、昨年度より地域との交流、生きがい活動の活性化の推進に力を入れています。たとえば、芸術造形研究所のご協力により、「アートセラピー」を始めています。

これは、造形活動により五感（視覚、聴覚、臭覚、味覚、触覚）を使って楽しみながら一人ひとりの感性を大切にしたい絵画や彫刻作品を創作するものです。その結果として、心が穏やかとなり、脳の活性化につながることをめざしています。昨年秋から20回開催され、1回あたりの参加者は10名です。

2. 制作のプロセス

「サツマイモの量感画」を例にします（オイルパステル）。

■じっくりと観察する：

- ・サツマイモを眺めるだけではなく、その味や香り、手にしたときの肌触り、重さや張りをじっくりと感じてみます
- ・サツマイモは独特の凸凹間に特徴があり、また手に持ってみるとザラザラしています
- ・色も部分部分で微妙な変化があります
- ・試食してもよいでしょう

■制作プロセス：

- ・輪郭線は描かずに量感を描きます

その重さや張りをもう一度感じ、中心線を一本の線で描きます。その後、タッチを重ねて全体の量をとらえていきます。そしてサツマイモの中身の色に混色していきます

- ・皮の色をかぶせる

サツマイモの外側にあると感じる色を、形にそって重ねていきます。下の色の効果で、重厚な色になっていきます。上から指で混ぜ、さまざまな表情を組み合わせます。サツマイモのヒゲやくぼみ、皮の表情も加えます。

■仕立て：

- ・オイルパステルを定着させ、輪郭に沿ってはさみで切り抜きます
- ・台紙を選び、不定形にちぎった和紙とともに構成します

3. 参加された方の表情

Aさん…マイペースに取り組み、楽しんでおられた。落ち着いて作業される

Bさん…スタッフの方々と話しながら進められる。後半はとても集中される

Cさん…作業の説明段階で眠られることあり。「できないねえ」と言われつつ、声かけにより次第に取り組まれる

Dさん…途中、室内を歩いて回られ、ほかの方の作品を見られ手をたたかれて喜ばれる

Eさん…途中まで作業されておられるも、途中退出される

活動名称	全国のガソリンスタンドによる地域貢献の取り組み
活動要旨	地域住民に身近で夜間も明るくスタッフがいる等のガソリンスタンドの強みを活かし、徘徊する人の保護も行っている。
応募者	全国石油商業組合連合会 業務部業務課課長 高橋 浩二
連絡先	〒100-0014 東京都千代田区永田町2丁目17-14 石油会館

(概 要)

1. 高まる地域社会のニーズ

わが国では近年、凶悪犯罪の増加や犯罪者の低年齢化が目立つようになりました。中でも小学生などの子どもや女性に対する連れ去りや暴力行為等の発生件数は年々増加の一途をたどり、大きな社会問題となっています。

一方で、高齢化社会を背景として、徘徊などの増加も問題として挙げられ、これまで以上に地域住民の相互協力の必要性が指摘されています。

私たちは、危険にさらされている地域の人々を守るためにガソリンスタンドの持つ優れた特性を役立てることができると考えています。

ガソリンスタンドの持つ優れた特性：

- ・市街地に程よい間隔で点在している
- ・日ごろから地域住民と密接なコミュニケーションを行っている
- ・人の往来が多い公道に面し、夜間でも明るい場所にある
- ・スタッフが早朝から深夜まで常駐している
- ・災害に強い建物の構造を持ち、防災設備も整っている

地域貢献事業：

- ・防犯協力事業（かけこみ110番、救命講習）
- ・防災協力事業（各自治体との防災協定、災害時帰宅困難者支援、災害対応型給油所）
- ・安全走行等協力事業（安全点検、不正改造車ガソリン不売運動）
- ・環境保全協力事業等（環境美化運動、献血運動、地域情報発信）

2. かけこみ110番の概要

地域の人々の日常生活ともっとも密接にかかわっているのが「かけこみ110番」です。これまでも、徘徊、迷子、いじめ、不審者、誘拐事件、バイクの盗難などまで多種多様な例が生まれ、成果をあげています。

ガソリンスタンドが取る具体的な対応は、被害の状況を確認した上で、被害者を保護し、必要に応じて警察・消防・学校・保護者に連絡することです。

「かけこみ」のケース：

- ・保護の必要のあるもの（徘徊、けが、体調不良、迷子、交通事故）
- ・被害の訴えのあるもの（ストーカー被害、痴漢、連れ去り、暴力行為）
- ・事件性のあるもの（子どもの虐待、家庭内暴力、いじめ、ひったくり、ひき逃げ）

活動名称	暮らしたいところで、良いケアを受けつつ生きるために―「ここで暮らしたい」と言っていただけをお願い―
活動要旨	一時も目を離せず特養対応は限界かと思われた A さん。でも職員の専従、細かい観察等により、どんなことも見逃せないと職員が気付くことで変わった。
応募者	特別養護老人ホーム近里苑 施設長 松木 香代子
連絡先	T761-0111 香川県高松市屋島東町 408-1

(概 要)

「Aさんの家族と会ってくれますか」と職員に声をかけられたのがAさんとの出会いの始まりである。在宅サービス利用を断られ、Aさん・夫、共に疲れた表情をしていた。在宅サービスを自由に使えることを説明すると安心の表情に変わった。

数ヶ月経った日、私的理由により二日間休んだ。二日間の間にAさんはパニックになり精神科入院となった。Aさんとの面会が許されたのは七日後、Aさんは別人のようだった。退院まで二週間かかり、退院と同時にショート利用となる。医院のベッドが恐くて裂傷治療ができない。出会う人全てを突き飛ばす、一時も目が離せない日々が続いた。職員全員が疲れ、限界なのではとの思いが心をよぎった。このままではいけないと思い、宮崎・出雲に職員を派遣することにした。宮崎では「介護はセンス。小人数だからといって良いケアができるものではない」出雲では「貴方たちは私達より恵まれている。入所、泊まる施設をもっているではないか。気が付いた時には入院、2ヶ月後には亡くなられるというケースはよくある」と限られた時間の中での的確な言葉はいい尽くせないほど多くの意味を含んでいた。その方たちの気持ちに伝える為にもやり直そうと決心した。職員の専従、行動・言動を細かく毎日報告、十人前後の職員で分析・考察、係わり方の統一を図った。意味が無いと思われがちなことであっても全て意味があることが分かった。報告の中で今まで見えなかった事が多く見えてきた。どのようなことであっても見逃してはいけないことに職員が気付くようになった頃からAさんは変わってきた。階段の昇降ができなかったAさんも、職員が何度も繰り返し示すとできるようになった、周りがスプーンを使うとAさんも使おうとした等、今まで生活で使っていたことは忘れても新しい出会いとしてAさんに伝えて行くと認知してくれるようになった。

「退院しても近里苑では見られないと言われればもう一度入院しなければいけない。断られないか。」
「私が行くと興奮するので職員に迷惑では。気にはなっているが施設に行けない。」
「私が行くと迷惑をかけるからもう行くのは止めようと思っていても、施設を出ると又行きたいと思うようになった。」不安、遠慮、期待とAさんの夫の気持ちの遍歴である。「興奮と聞けばマイナスと捉えがちだが、ご主人という人は忘れてしまっているが、懐かしい人として心のどこかに残っているから興奮するのでは、Aさんなりの嬉しい表現では。」と話す夫は笑ってくれた。現象面の捉え方によって人は変わって行く。Aさん・夫・職員全ての入に通じることではないか。

活動名称	要介助三人と歩む
活動要旨	知的障害がある2人の子供とアルツハイマー病を宣告された妻の3人の介護を通して今思うこと
応募者	中林 重祐
連絡先	〒791-0000 愛媛県

(概 要)

■ 二人の知的障害児と妻の発病…要介助三人に。

41年生まれの長女と、48年生まれの次男は共に先天性脳性小児麻痺。育児は夫婦共同で当たれば生活が成り立たないが、勤務する夫に比べ、子育ての苦勞の比重は妻に重くのしかかる。

長女は9歳で滋賀県の入所施設へ、自宅から松山市内の福祉更生施設に通っていた次男は、親の要望もあって実現されたグループホームに入居（'01年）。夫婦二人の日常生活を迎えられるようになったものの、'00年、妻はアルツハイマー病の宣告を受けていた。

■ 一晩のショートステイも拒否される

すべての家事は夫が引き受け、「楽しくなければ介護でない」をモットーに在宅介護を決意。長女の施設は、月1回の親の会に出席（往復2泊3日）しなければならず、ショートを申し込む。直前になって「アルツは責任がもてない」と約束取り消し。身体介護でホームヘルパーを活用。病状は進行する。次男も最低月に一度は帰宅させたい。長女は年4回、計40日の帰宅日がある。三人がそろう年末年始の負担は大きい。

■ 病名だけで拒否されるグループホーム

「在宅に近い環境で」と、ホームを遍歴する。ショートと同じく本人に会うこともなく次々に拒否される。介護法には入居除外の三項目がある。

元看護師経営のホームに入居し8ヶ月、「共同生活困難」で退去通告となる。看護はあるが介護なし、の印象。

■ 「ホームとしてアルツに挑戦させて欲しい」

4月から新しいホームへ。新旧の違い。会う度に「困ります」といわれる前者、常に笑顔で「困ります」の言葉を聞かない後者。「夜も寝ないで困るはず」と聞いても「それは当たり前です」との返事。

■ いま思うこと

- * 隠さない。救いを求める。人の輪ができる。
- * 多くの愛と勇気、元気をもらう。
- * 施設は、明確で具体的な運営理念の明示を。(介護の哲学)
- * 障害ある子に、生かされて生きる。「ここに幸あり」
- * 若い仲間と歩む。

活動名称	何もない施設から
活動要旨	「振りまわされた分が、今日の仕事の分」と認知症の人のペースに合わせて駆けずりまわることで、私たちが変わり、一緒にやっていける確信が湧いてくる。
応募者	田村 雄次
連絡先	〒379-0127 群馬県安中市磯部 4-4-16

(概 要)

「ひどい痴呆（認知）症ですがよろしく」

そういう文面の紹介状をたずさえて、今日もキョトンとした老人が、疲れはててほおのこけた家族に手をひかれてやってくる。痴呆症のテストは、テストにならない。脳の高価な検査はすんでいるが、おもな所見は脳の萎縮。薬を出しても変わらないか、かえっておかしな言動がくわわる。デイに誘っても、入院入所をしてみても環境になじめず、まわりの人の迷惑ばかりをひきおこす。

うちではこれ以上は無理なのでと、大きな病院、施設からグループホームまで出身はさまざまである。その対応は、問題児とかADHDか称される学生の姿にかさなってくる。

「うわあ、たしかにすごいわ」

手を引こうとすると、とつぜん大きな声が飛び出る。そわそわしていたな、と思うといつの間にかいなくなって、外の県道の先まで歩いている。食事を出しても投げ出してしまう。オシッコウンチで汚しまわる。24時間ベッドへなんか入らない。

いい治療なんてない(思いつかない)。押さえつけられる力もない(女性と人の良い男性ばかりの職場)。水戸黄門の印籠みたいなものなんか何もない。

ただ、振りまわされる。「振りまわされた分が、今日の仕事の分」そう云いあいながら、かけずりまわる。云って聞かせて従わせるのは、仕事じゃない。そもそも従ってもらえたら、前の施設も追い出されなかったかもしれない。だから、治療なんかしていない。治療法も知らない。

でも日数とともに、私たちが少し変わる。その人に「慣れてくる」。慣れれば案外いっしょにくらせる。コンニャロと思う時もあるけれど、逆にこちらが癒される時もある。教えてもらうことは、山ほどある。ものすごい勉強を今している、ちょっと興奮をおぼえる時もある。

私たちが変わると、その人も変わる。いや変わっていないのかもしれない。私たちの見る目が変わっただけなのかもしれない。その時、いっしょにやれる、という確信がわいてくる。

「親がこうなるのを見て、私もぼけるのが怖かった。でもこういうふうに対応してもらえれば、安心して年をとれるかもしれない」そう云って外出につれてゆく家族がいた。2週間前のこけていたほおは、赤みがさしていた。

活動名称	若年期認知症の人と家族支援の取り組み
活動要旨	若年期認知症の人と家族が集う会を毎月1回開催。ご本人と家族の心の支えとなり、皆が一緒に作業をすることでご本人から言葉も出て来ている。
応募者	認知症の人と家族の会（旧 呆け老人をかかえる家族の会（定款変更手続き中）） 広島県支部代表 村上 敬子
連絡先	〒730-0821 広島市中区吉島 1-6 家族の会広島県支部内

（概 要）

- 1) 会の名称は「陽溜まりの会」と名づけている。
- 2) 若年期の会の立ち上げるきっかけは、介護相談日の一人の男性介護者の問題提議から平成15年12月に取り決め、毎月第4土曜日11時～15時30分まで開催している。
- 3) 参加者は、ご本人と連れ合い（夫、妻、娘）現在31家族の方が登録されている。
（ご本人の男女の内訳・男性18人・女13人）
- 4) サポーター（元介護家族、医師、保健師、社会福祉士、看護大学生、福祉専門学生、知的障害者他）・ミーティング（役割分担）を開始前後に30分する。
- 5) 一日の過ごし方（普通に接し、ご夫婦の思い出づくり、サポーターも）会場の準備や片づけは、ご本人、家族、サポーターと一緒に作業をすることで、みんなとの交流の一つふれ合いになっているし、ご本人から言葉も出て来ている。
- 6) ご本人と家族の思いを受け止めて、
 - ・ご本人とご家族が楽しみにしておられることが、会を重ねるたびに分かる。それは、終わった後「この日を毎日待っていたよ・・・。また明日から1ヶ月待たなければ・・・。一日が長いけの・・・」と男性介護者のつぶやく一言。体力があるだけに介護の大変さが伝わってくる。男性介護者の方は家事などにおわれ、余裕がないように思う。
- 7) 午前中は、全員で交流している。近況報告をして昼食をする。午後は、ご本人、介護者と別れて会を持つ。ご本人は個々のメニューで楽しむ。介護者は日頃の悩みや疑問点を語り助言を。最近では、介護者がそれぞれ体験を話し仲間同士として情報交換や問題解決に向けた場になっている。先輩介護者は助言をされるなども・・・。そんな雰囲気を見て、安心してご本人同士もなんとなく声かけあうなどの光景も・・・。ともかく、居心地の良い語りたくなる場と、雰囲気作りには、こころがけている。
- 8) 5月28日の講演会に閉会挨拶にかえて、ご本人とサポーターが2曲（おぼろ月夜、ふるさと）歌っては？と言ったものの不安でいた。司会者が、声をかけると客席からご夫婦でぞろぞろと上がって来られた。その姿は、ご本人自身から病気をアピールされた姿、そして参加者に理解を求められたように思った。
- 9) 今後の課題については、
 - ・月2回位の「つどい」を希望されているが・・・難しい。
 - ・早期発見早期治療と言われているが、理解ある専門医が少ないのでは・・・？
 - ・行き場として、託老「いこいの家」にご夫婦で参加されている。毎日ご夫婦で一緒にいることは、ご本人もさることながら、家族の方が精神的に追いこまれている

活動名称	純正律音楽の効果
活動要旨	純正律音楽研究会は、純正律音楽の普及、社会貢献を目指して活動している。純正律音楽が認知症の方々に多大な効果があることを報告する。
応募者	特定非営利活動法人純正律音楽研究会 代表・作曲家・ヴァイオリン奏者 玉木 宏樹
連絡先	〒106-0031 東京都港区西麻布 2-9-2

(概 要)

2004年の11月に高松で開かれた全国老人保健施設協会の学会で、山梨県富士河口湖町の老健施設「はまなす」の介護員木下裕孝さんの研究演題「純正律音楽の効果～純正律で癒された～」が大きな話題を呼び、850件前後あった研究演題の中から15の優秀賞に選ばれました。この研究演題は、純正律音楽が認知症の方々に多大な効果があったと言うものでした。

純正律音楽とは、天国的にきれいにハモる美しい「ドミソ」の世界で、例えばウィーン少年合唱団や、リベラ、エンヤ、カーペンターズ等の美しいハモリサウンドのことです。自然界にある音、例えば海岸の風洞にあたる波音が生み出す得も言われぬ天国的な音、これも純正律です。

この天国的に調和する純正律の世界に対し、ピアノを調律する時に使われる平均律は、純粋にハモる世界を無視し、ただ単に機能的にオクターヴを12等分しただけの人工的な音の世界で、この平均律では、耳にやさしい純正律の「ドミソ」にはならず、和音は必ず濁ります。

私が代表を務める純正律音楽研究会は、この純正律音楽の普及、それによる社会貢献を目指して活動しています。私の純正律音楽のCDは、ヒーリングミュージックのつもりで作ったのではなかったにもかかわらず、頭痛が軽減した、不眠症や痛みがやわらいだ、ペットがおとなしくなった、など思わぬ効用の報告が届け、驚きました。この驚きの集大成が、認知症患者への効果です。

私は老健施設「はまなす」の施設長福田六花氏（医学博士・作曲家）と昔からお付き合いがあったこともあり、「はまなす」へ出向いてボランティアコンサートをやりました。もちろん純正律音楽の演奏だったのですが、介護員の木下裕孝さんが、認知症患者がまんじりともせず30分以上もじっと聴き入っている姿に驚いて、私のCDを認知症専門棟で環境音楽のようにかけ始めたら、驚くべき効果が出ました。徘徊や不穏行動、暴言がめっきり減ったのです。そのおかげで何よりも介護をする自分たちが大助かりしているとのこと。いちど純正律音楽をやめて、民謡や演歌をかけたところ再び徘徊や不穏行動が戻ってしまったとのこと。木下さんがこの純正律の効果をもとめ先の学会で発表し、優秀賞に選ばれたのです。

音楽療法の方々をはじめ、音楽の効用はみなさん関心をお持ちだと存じます。いい音楽は必ずいい結果が出ます。介護に携わる多くの方々に純正律音楽を役立てて頂きたいと考えております。

活動名称	家族の会に支えられて―出あい・ふれあい・高めあい―
活動要旨	「SHGかいごまつもと」の5年間にわたる活動に支えられて、妻の介護を行っている。
応募者	阿部 政男
連絡先	T390-0851 長野県松本市島内537

(概 要)

妻の物忘れ、日常生活の異常に気付いたのは、昭和の後期です。県立病院に連れて行きましたが、「私はどこも悪くない」と妻の受診拒否に遭いました。

平成3年2月、たった一度の徘徊事件に遭い、私の会社勤務と、妻のことが心配で、国立専門病院に入院させました。不幸にして、入院4ヶ月目に院内での「大腿骨頸部骨折」、2ヶ月にわたる治療のいかなく歩けなくなりました。その間、日常の生活は全て私の介護・介助なしでは生きられない状態になりました（身体障害手帳3級）。

結婚以来、家事・子育て等懸命に尽くしてくれた妻の姿が不憫で、私の定年退職から今日迄在宅介護16年になりました。1日3回の食事と5回の排泄はたいへんな介助です。48kgの妻を抱えての寝起き、ベッド・食卓・腰掛け・車椅子への移乗は苦労です。好天に車椅子を押しながらの散歩が日課となりました。平成11年に私はホームヘルパー2級に挑戦、平成15年に骨盤整体士資格講習を受け、妻のマッサージ、リハビリに役立ち、介護の自信となっています。「医食同源」と申しますが、嫁の調理は最高と感謝。私は卓上に並んだ料理を栄養バランス良く食べさせることです。一緒に食する私自身も健康で、時間をかけゆっくり食べさせます。

介護保険のお陰で、「要介護度5」の妻を毎週3回のデイサービス利用、介護の余裕を見つけます。又、毎月2回に分けて5日間のショートステイをお願いし、私自身と家族の休養に当てることができ日々幸せに思います。「認知症」問題は、介護体験者・家族でなければ分からないと思います。私達の家族の会は平成13年に立ち上げ、「SHGかいごまつもと」と改称、活動の充実を図りながら5周年を迎えました。

＜活動の内容＞呆け老人をかかえる家族の会長野県支部の呼びかけから松本地区会とし、「痴呆の人をかかえる松本地区家族の会」立ち上げ、毎月の第2月曜日1時～3時迄、市社協に於いて定例会を持ち、以来休む事なく私達の手による私達介護者家族の集いが続けられています。看終わった家族会員（AB会員）の協力は、本当に嬉しく、ありがたい先輩で頼もしい限りです。

＜活動の成果＞家族の集い（SHGかいごまつもと）の定例会は、介護技術、介護保険、福祉施策の最新情報はじめ、私達介護家族や、福祉に働く関係者に役立ち、年次会員が増えております。又、松本市・松本市社協等の関係者から、その実践活動が高く評価されて参りました。

一部会員は、介護体験を活かし、ホームヘルパー2級の受講、有資格者の中には介護しながら起業している方や、福祉ボランティアとして生き甲斐を求めている方も居ります。老老介護も沢山います。グチ話で始まった集いが、「話すこと」「聞いて貰えること」に感動もあります。介護仲間の共感も貴重で、家族の会は私達の絆となっています。

※「SHG」はself-help-group セルフヘルプグループの略です。

活動名称	脱・上履き！特養の中で家庭生活の実現。日本人の生活を取り戻そう
活動要旨	特養の中に1つの家庭を作り、一人ひとりの時間を大切にすることで想像を超える効果があった。
応募者	社会福祉法人マグノリアニセン 特別養護老人ホームシェステさとの花 副施設長 今井 洋子 介護主任 桐渕 智子
連絡先	〒370-0867 群馬県高崎市乗附町 208 番地

(概 要)

当施設は従来型施設であり、様々な心身状態のご利用者様が同じ空間で生活していた。開所当時よりユニットケア方式を採用し、ソフト的には個別ケアを実施して来たが、大きなホールに大勢の方がいるため家庭的な雰囲気からは程遠い。また、認知症の方は他ご利用者様からの心無い言葉に心痛めたり、疎外感を感じることも多かった。認知症の方にとって「自分らしい生活とは何？」と考えた結果、やはり、今まで生きてきた家庭での生活に行き着いた。日本人は家の中では靴は履かない。居間ではごろ寝をしながらテレビを見る。そこには家族や近所の人などなじみの顔がある。台所ではご飯の炊ける匂いがただよい、お風呂は一人でゆっくり湯船につかる。自分の時間に合わせて生活を送る。

そこで、既存するスペースを利用し、特養の中に1つの家庭を作ることを計画した。

入り口の自動扉を玄関の扉に見立て、玄関で靴（上履き）を脱ぐ。廊下や台所、居間には絨毯を敷き、居間ではいつでもごろ寝ができる。理美容室として使用していた部屋を改修し、台所を設置。シャワー室を家族風呂に改修。4人部屋は障子で間仕切りして、個室とし、自分だけの落ち着ける場所を作った。

ここで生活するのは10名。職員も専任とし、顔なじみの関係を作る。ここでは一人ひとりの時間を大切に、職員はそのペースに併せてケアを提供する。職員とご利用者様で世間話をしながら、米研ぎや、食事の後片付けをする。トイレに行きたいそぶりの方はすぐに誘導し、入浴は1対1でその方のペースに合わせ、ゆったり行う。居間ではいつも誰かがおしゃべりをし、そこには職員やご家族が寄り添っている。職員がご利用者様と向き合う時間が大幅に増えた。

今まで、食事中に食べ物で遊びはじめてしまう方が最後まで食べ、更にご飯のおかわりをしたり、まったく何もしなかった人が積極的に米研ぎや片付けを手伝ってくれる。ほとんど自分の話をしなかった方が興奮気味に話をしたり、お風呂嫌いの方が1時間近く（着替えや洗髪時間もいれて）も入浴したり、いつも放尿をしてしまう方の放尿がなくなり、毎晩徘徊していた方がぐっすり良眠されている。ご家族の面会も増え、面会時も皆で楽しくおしゃべりをして行ってくれる。そして何より、ここで生活するご利用者様の笑顔が増え、表情に明るさと安心感が感じられるようになった。

私たちの想像を超える効果に私たち自身が一番驚いている。もちろん、最初は戸惑いや不安も多かったが、1年たった今、私たちもすっかり家族の一員となった。誰かが玄関を開けて入ってくると「いらっしゃい」「おかえりなさい」、出て行くときには「また来てね」「いってらっしゃい」という言葉が、自然にきかれる空間になっている。現在は、より一層家庭的な生活を送っていただけるよう、また、ショートステイやデイサービスの方も受け入れて、なじみの顔で落ち着いて生活していただけるよう取り組んでいる。

活動名称	NPO 法人パオッコの活動
活動要旨	「離れて暮らす親のケア」は、ますます重要な課題となっている。仲間ライン、遠距離介護セミナー、遠距離介護の実態調査・研究などを実施。
応募者	NPO 法人パオッコ 理事長 太田 差恵子
連絡先	〒113-0033 東京都文京区本郷3-37-8 本郷春木町ビル9階

(概 要)

核家族化が一層進む中で、65歳以上の高齢者の子どもとの同居率は48.4%（2001年）と低下しています。親世代はできることなら生涯、住み慣れた家で住まい続けたいと望み、子世代も仕事や子どもの教育などを考えると、故郷に戻ることは容易ではありません。親に心身の衰えが生じてきた場合、通いの介護を選択する親子は増加の一途をたどっています。

1996年、離れて暮らす老親を気遣う子世代仲間が体験や悩みを共有する場として、任意団体離れて暮らす親のケアを考える会パオッコを設立しました。会員数はおよそ260人。首都圏を中心に全国に在住。会報で情報交換を行うと共に、遠距離介護セミナー、遠距離介護の実態調査・研究を実施、交通機関各社への「介護帰省割引」実施の要望書提出などの活動も行ってきました。

2005年5月末日、NPO法人化。7月からは、「パオッコ仲間ライン」を実施。会員や一般の方から、お電話をいただき、悩みや情報を共有する活動をスタートしました。「離れて暮らす親のケアに特化した情報交換」の電話窓口です。さらに、同年12月には、離れて暮らす親のケアに特化した「クチコミ情報局」をインターネット上に開設。役に立つサービスや、商品の情報を広く募集し、ネット上で広く周知するものです。

<パオッコ活動の内容と成果>

- 1、離れて暮らす親の認知症に悩む子世代も多く、2003年12月にはセミナー「故郷で暮らす老親のこころを知ろう！」というセミナーを実施。離れて暮らす老親の認知症やうつに悩む子世代が多いことがわかり、参加者は「自分ひとりではなかった」と安心感を抱くと同時に、電話や帰省時に親の様子を「観察」すること、「専門医」にみせることなどを学んだ。
- 2、2002年12月にはセミナー「故郷で暮らす老親のお金の管理、どうする？」を開催。成年後見制度や地域福祉権利擁護事業など、都会に暮らす子世代で意見交換を実施した。故郷の老親が悪徳商法の被害にあっている事例が多いことがわかった。成年後見制度を実際に申請した子世代からの発言もあった。たいへんだが、申請をしてみること、あるいは社会福祉協議会のサービスなどを探してみることを学んだ。
- 3、会報、ホームページなどには、親の状況を投稿してくる子世代も多い。
- 4、1～3などで得た情報を2005年から実施している「仲間ライン」ではおおいに活用している。

「故郷の親が認知症で・・・」という電話は多い。さらに増加するものと思われ、今後も専門家からの研修・助言を受けることはもちろんのこと、「子世代」同士での情報交換も活発に実施して行く予定である。

活動名称	「Journey into the Time」プログラムー社会福祉法人 東京有隣会 第2有隣ホームー
活動要旨	「Journey into the Time」プログラムの取り組みー高校生と、「豊かな人生経験」をもつ障害高齢者の出会いー
応募者	特別養護老人ホーム 第2有隣ホーム 作業療法士 新田淳子
連絡先	〒156-0055 東京都世田谷区船橋 2-5-38

(概 要)

中・高生が、総合学習・福祉学習などで、老人ホームに来られる機会が増えています。しかし、子どもたちの中には、自ら望んでやって来るのではなく、「授業だから」という理由で訪問しているという現状が残念ながらみられます。多感な世代の子どもたちが、高齢者の「暮らしの場」の中で、「豊かな人生経験」をもつ高齢者と関わり、その世界にふれることのできる機会となる場を模索して、今まで行っていた、交流プログラムを見直し、「Journey into the Time」プログラムの取り組みを行いました。

1. 交流プログラムの見直しにあたり、検討したこと

当ホームの入居高齢者と高校生との交流プログラムについて、どのようなプログラムが望ましいのかを、スタッフの中で検討を重ねました。

「若い世代は、どのような思いで『高齢者の暮らしの場』にやって来るのか？」

「何を期待しているのだろうか？」

「何を感じて帰って行くのだろうか？」

見直しする中で、交流に参加する子どもたちの感じていることを、交流プログラムを企画するスタッフ自身が知らないということに気づきました。また、障害が重度の高齢者が多い、特養ホームとしての特性を考慮した、プログラムの検討も必要であると考えました。

2. 子どもの発達段階にあった「アクティビティ」と高齢者の参加

お互いの関係を築くのにには時間がかかります。子どもたちに「馴染みのあるアクティビティ（活動）」として、授業で取り組んだ経験のある「押し花」を取り入れました。活動への参加を通じて、子どもたちは入居高齢者との間で「自信」をもって接することができ、自ら高齢者が楽しめるよう工夫や提案をしようとする様子がみられました。参加された高齢者が、子どもたちを「上手に褒め」「気遣い」して下さることで、徐々に子どもたちの戸惑いや、不安な様子がなくなっていきました。また、希望により障害が重く、一日の大部分をお部屋で過ごすことの多い入居者の方と一緒に時間を過ごすという少人数のプログラムを行い、スタッフがサポートを行いました。

活動の終了後、入居者からは「楽しかった」と感想がかけられました。子どもたちは「会話ができない分、笑ってくれると本当にうれしかった。笑顔でこんなにうれしくなったのは初めてかもしれない」「お年寄りという弱いイメージがあったけれど、(手を握った力があって)びっくりした」といった感想を話してくれました。短い時間でしたが、参加した子どもたちには、施設で暮らす高齢者が、様々な人生を送って来たことを垣間見ることができ、貴重な「気づき」の場となったと感じられました。

活動名称	もの忘れ検診から始まる認知症にやさしい地域づくり
活動要旨	医師会として「もの忘れ検診」実施、研修を受けた「もの忘れ相談医」公開、盛岡市として「認知症にやさしい地域づくりネットワーク形成事業」を開始。
応募者	岩手県盛岡市医師会 地域医療部長 金子 博純
連絡先	〒020-0013 岩手県盛岡市愛宕町18番6号

(概 要)

平成14年度、盛岡市医師会は、立ち遅れていた認知症対策に具体的に取り組むためにかかりつけ医による「もの忘れ検診」を実施したいと考え、盛岡市基本健康診査（個別検診）を受ける60歳以上の希望者に対して試験的に無料で行った。かかりつけ医で実施する個別検診であるために受診者の抵抗感も少なく、事後指導も行いやすいことが認められた。平成15年度からは同様の実施要領で盛岡市の検診事業として承認された。平成16年度には、アルツハイマー型認知症34名、脳血管性認知症11名、軽度認知障害12名が発見されている。

「もの忘れ検診」をさらに推進して認知症の早期発見や受け皿としての保健・福祉・介護との地域連携を円滑に行うためには、かかりつけ医の認知症治療に関する更なるレベルアップが必須と考え、かかりつけ医に繰り返し研修を受けてもらい「もの忘れ相談医（平成17年度は47医療機関）」を公開した。

もの忘れ相談医は、認知症の啓発活動、早期発見、早期対応の体制づくり、地域づくりへの参画を担っている。

もの忘れ検診を推進する中で、認知症の予防や検診で発見された認知症のケアには地域の受け皿が必要であると考え、毎年、盛岡市の行政に対して、この新たな受け皿づくりを申し入れ、理解を求めてきた。平成17年4月には、盛岡市の新規事業として「認知症にやさしい地域づくりネットワーク形成事業」が制定された。この事業は「認知症高齢者が住み慣れた地域で安心して暮らし続けることができるように地域のネットワークの構築をめざす」ことを主旨とし、医療機関・介護保険施設・保健行政・消費生活センター・地域の各種団体など認知症高齢者に関わる多くの団体から構成されている。今年度は運営委員会が設置され、認知症の広報・啓発事業を中心に取り組んでいる。

医師会が試行的に行った「もの忘れ検診」は、認知症に関する医師会員、一般市民、盛岡市行政の理解を深めて、地域で認知症を支えるネットワークづくりの体制を作るに至った。今後は、市内の各地域において、各々の組織が継続的に有意義な連携を図るために、具体的な活動を実施して行くことが課題となる。将来的には、在宅介護支援センターが地域の認知症対策の拠点となると思われるが、地域のかかりつけ医として盛岡市医師会も積極的にネットワークづくりに参加して行きたい。

活動名称	「認知症でもだいじょうぶ!!」『デイホーム ちゃのま』での取り組み
活動要旨	誰もが能力を生かし達成感を得られるように、認知症の方々にも、新しいことに挑戦していただき、人生の大先輩としてお付き合いをしていきたい。
応募者	(有) ケアサポートあい デイホーム「ちゃのま」 施設長 村松 郁恵
連絡先	〒277-0008 千葉県柏市戸張 950-25

(概 要)

<「デイホームちゃのま」への想い>

デイホームちゃのまはおひとりおひとりが、いきいきと自分らしい生活を送っていただきたいとの想いから開いた施設です。家族が憩う茶の間はちょっと前まではほとんどの家庭にありましたが、核家族化が進み、個人の生活の多様化が進み、一家団樂の茶の間の存在がなくなって来ています。障害のある人も、認知症の人も、閉じ込めりの人も一緒に一日を過ごしていただきたいと思います。誰ひとり無用な人はいません。誰もが必要とされる人、誰もが残存能力を生かし達成感を得られる人になれる、誰もが笑いの中で一日を過ごせ、楽しみたいことを、楽しみたい時に、楽しみたい仲間と過ごせる場所、それがデイホームちゃのまです。

認知症の方々、それぞれが残された宝物を沢山持っていらっしゃいます。沢山の引き出しの中には、すばらしい知識と技術が入っています。この引き出しをできるだけ開けて差し上げたい。その引き出しの宝物を若い人たちに伝えていただきたいと思います。そんな中から認知症の方々にも、新しいことに挑戦していただき、新しい発見、驚きの楽しさも体験してほしい、人生の大先輩として、大切にお付き合いをしていきたいと思っています。

介護保険の要介護認定のために訪問調査に伺いますと「デイサービスでこんなくだらないものを作ってきて、これだって自分では何もできなかったんじゃないか。職員が作ったんでしょね」と。牛乳パックのリサイクル品がゴミ箱に捨ててありました。とても残念です。「おばあちゃんにこんな能力が残っていたんだ、私にも作ってほしい」とリクエストが来るような作品を作っていただきたい。お金をそんなにかけなくても(100円～200円)すごいね!流石だね!と言われてほしいと思います。ちゃのまではこんなリクエストが次々にくる認知症の方々も何人もいらっしゃいます。高校生の男の子から、「青いビーズで携帯のストラップを作って」と言われた方は本当に嬉しそうでした。

幼稚園生ではないのです。持ち物、洋服、靴等に名前を大きく書いてほしくない。職員がお預かりしたバック、洋服、靴をきちんと管理できればいいのです。靴には小さな名札を入れ、バック、洋服には名札を挟みます。連絡帳ではなく、健康記録ノートとご本人へのお手紙として書いています。以前勤務していたデイサービスのご利用者に「何でこんなことを書かれなくてはいけないの。自分のことは自分で話せますよ。失礼な」とプライドを傷つけられた方がいました。また、「俺達、字が読めないと思っているのか…」と言われた男性もいました。連絡帳を使っていた恐さを思い知らされました。社会の一員として、いつまでも過ごしていただきたいのです。連絡が必要なときは何時でも電話で家族と連絡を取ります。24時間0.K.です。

活動名称	福寿の家
活動要旨	入居者の方達が孤立しないように、日々職員が地域との関わり、人との交流を四季の行事の中に自然に構築している。
応募者	社会福祉法人ふるさと会 中追の里 施設長 高橋 須美
連絡先	〒781-2142 高知県吾川郡いの町中追

(概 要)

<はじめに>

「住み慣れた地域社会の中でその人らしく生きる」グループホームのお題目である。

しかし、グループホームが急増する中、地元住民の強硬な反対にあい開設に至らない地域もある。また、新設グループホームに、入居者が地元住民のみであるグループホームがどのくらいあるのだろうか？

当グループホーム福寿の家も例外でなく、入居者の方に地域住民の方は居ない。入居者の方全員が、介護保険の保険者である市町村より、越境入所されている。また、地理的にも中追溪谷の中にあり特異である。特異な現状の中、地域との交流・観光との共存と、入居者の方々のより楽しく生きるための支援を提供する、福寿の家職員の活動を報告したい。

<福寿の家の紹介>

土佐湾河口から北西へ20Kmほど遡る、高知県いの町に位置し、仁淀川に注ぎ込む支流を少し遡った山間部の中追溪谷にある。中追溪谷観光温泉の跡地で、「デイサービスセンター中追」「グループホーム福寿の家」があり、総称を「中追の里」と言う。また、温泉や宿泊・釣堀と観光客も中追の自然を求め訪れる。福寿の家は宿泊施設の一部を改築、木造2階建てで2ユニットある。溪谷内には温泉があり、入居者の方が職員と一緒に温泉に入ることもある。

「深い谷間（たにあい）には、四季豊かな自然とともに暮らす人たちがいる。ここには、お題目の『地域』など見当たらない」雑誌りんくで福寿の家が紹介された時の見出し文である。この文章を見ても、福寿の家が地域から離れた場所にある事が分かる。地域から隔絶された場所にならないため、中追の里では年に2回、5月の「新緑まつり」と11月「もみじまつり」を、地域の方の協力を得て開催している。観光との共存、外部よりの交流申し込みの受け入れ、外出プログラムの充実と、人と人とのふれあいを大切に、入居者の方自身が孤独に孤立しないように、日々職員が地域との関わり、人との交流を四季の行事の中に自然に構築している。

<おわりに>

福寿の家は人里離れた特異な場所にある。入所前に見学に訪れた家族の中には、乳母捨て山のようなと敬遠される方もいる。地域と隔絶された場所とならないように、ご近所に地域にと外出し、観光客はもとより地域の方々の迎え入れや関連施設の保育園児の訪問もある。また、より楽しく生きる為の支援とは、自分たち（職員）も楽しめる支援であると、五感への働きかけ、見る・聴く・味わう・嗅ぐ・触れると全身全霊で共に楽しめる四季のプログラムを計画実行している。

思い出作りを目標に、花火見物・一泊旅行、入居者の方・職員共に楽しんだ写真をご家族のご配慮により胸に抱き、安らかな顔で旅立たれた入居者の方も居た。

活動名称	出会いとしてのグループホーム：異界に開かれた窓
活動要旨	認知症は関係を必要とし、現代が失った関係性を紡ぎ直す役割を果たし、その関係の中に、若者と時代を癒す
応募者	社会福祉法人 悠和会 認知症高齢者グループホーム「銀河の里」 宮澤 健
連絡先	〒025-0013 岩手県花巻市幸田4-116-1

(概 要)

我々は認知症に限らず対人関係の職種において、対策、扱い、といった操作主義に陥ることを避けたいと考えている。

「対策」には関係性がなく一方的、一時的になるきらいがあるが、「世界」は関係を基盤に関わりが相互発見的に機能し、そのやりとりがプロセスとして展開することに価値がある。「何が原因か」と問う因果論的視点を越え、目的論的に何のためにこうなのかと「まなざし」を持つことで認知症の意味が現れると考えている。

あえて言うなら、「認知症は関係を必要とし、現代が失った関係性を紡ぎ直す役割を果たし、その関係の中に、若者と時代を癒すのだ」となるがそれはあまりに荒唐無稽だろうか。少なくとも現場では、日々、実感を持ってこうした体験が綴られていく。それをどう表現し伝えるかを考えると、これまでにない新たな文体の創造が必要になると考えている。その試みのひとつとして、手探りではあるが「事例：ケーススタディ」として取り組む努力を続けている。今回はその一つを報告したい。

発表者は専門学校を出て20歳で「銀河の里」に就職した女性スタッフである。在学時代から物事に積極的に取り組み、ボランティアの会の代表も務めていた。授業で「銀河の里」の事例に接し感動したことから就職先として希望し職員となった。しかし現場ではいきなり戸惑った。積極的にがんばるものの上滑りになったり、点を打っただけに終わってプロセスになっていかない。

しばらく苦しみが続くが、グループホームに配置になって利用者Mさんと出会う。Mさんは言葉の豊かな人だった。その話に引き込まれてしまう自分がいた。それは自分が生きている世界とはまるで違う世界でもあった。そしてそこに接するうちにこれまでの生き方を覆される体験をしていく。

先輩スタッフの事例報告にも影響されながら、彼女の内的変化が進んでいった。その変化は彼女の見た夢を通じて、スーパービジョンに支えられ変容のプロセスとして捉えられる。そのプロセスは平坦ではなく、命がけでもあった。利用者Mさんも、本人Nも共に入院し、身体の痛みを経験する。中、高以来皆勤賞の彼女にとっては思いがけない事だった。

入院の前、彼女はMさんとの関わりの中で「空」を再発見する。「空」は彼女にとって現実の異界であり、力の源であった。現実適応の中で「自分の空」を忘れかけていたことをMさんによって気づかされた。やがて彼女の重要な表現手段である写真を通して「彼女の空」が表現される。同時に彼女の心にドリカムの音楽「ドラゴンフライ」が響いていく。

彼女は生きていく自分自身の本体を取り戻したのではない。そこには利用者Mさんの生き方と語りがあり、人と人の出会いが機能したと言えるのではない。

活動名称	昔の話をうかがい隊・回想法トレーナー養成講座の実践
活動要旨	回想法を体系的に学べる回想法トレーナー養成講座を開催。
応募者	よこはま・回想法ライフレビュー研究会 中嶋 恵美子
連絡先	〒241-0826 横浜市旭区東希望ヶ丘 198-1-107

(概 要)

高齢者のコミュニケーションケアの一つである回想法の良さが注目され、介護予防プログラムとして取り上げられつつある。回想法は、良き聴き手がいて思い出を語ることで、人生を振り返り、現在と未来を生きる積極的な意味があるとされている。

よこはま回想法ライフレビュー研究会は、平成10年から回想法の実践と普及を目的に自主研究会活動を行っている。活動の経験から、回想法の良さは判るが、回想法の実践までに結びつかない状態が見られることから、「昔の話をうかがい隊」の養成として、回想法を体系的に学べる回想法トレーナー養成講座を実践している。昨年の6月より横浜市を中心に神奈川県内3ヶ所において開催し、さらに会員個々の職域を通じての展開にもつながっている。

実践内容として、一ヶ所目の講座の開催は、横浜市内の中山地域ケアプラザにおいて平成16年7月から8月に介護教室を受託し実施。中山地区は、講座開催の前年度に地域支えあい連絡会を中心に1年間かけて、地域における認知症の理解を深める学習会を開催した後、さらに次のステップとして、回想法トレーナー養成講座を取り入れている。

二ヶ所目の開催は、横浜市内の特別養護老人ホーム新橋ホームにおいて職員研修と介護教室の合同の形態で受託し、施設職員と地域ボランティアが「回想法を学ぶ」という共同の場で同じ目的を持った学習スタイルで実施している。

三ヶ所目の開催は、鎌倉市内のグループホーム虹の家において職員研修と鎌倉市内のグループホーム間の交流を目的に実施している。

このように、1年間に三ヶ所で20代から80代の方60人を、対象に回想法トレーナー養成講座を実施。6回連続で座学と体験学習で構成し、回想法が体系的に学べる講座内容としている。また、地域受講生が理解しやすい講座内容として改善を進めるために、研究会会員が聴講参加し講座内容を評価し、受講生の目線に立った講座内容の工夫を行っている。

受講終了後は「回想法の知識を得るだけでなく回想法を実践できる」ことを目標においた地域への人材育成であるが、早い方は講座の途中から又は、受講直後からグループ回想法を始めるなど一定の成果が得られている。さらに、世代間交流や、町づくりへとつなげ、お元気な高齢者や認知症の方が得意とする、昔の記憶の部分で交流をはかる方法として回想法の実践と普及を続けている。

活動名称	ヘルパーステーション有明の里
活動要旨	事業所を「寄り合いの場」として提供、多い時は10人を超える利用者。「通所介護の利用は嫌だが、ここでの時間は、あっという間に過ぎる」の声も。
応募者	有限会社 有明の里 中本 亮子
連絡先	〒556-0014 大阪市浪速区大國1丁目3番7号 グランジェ浪速1F

(概 要)

訪問介護で楽しい時間の提供を意識している事業所であり、高齢者の日中独居状態の対策としてさまざまな制度を模索するもなんら解決策が見当たらない。弱小会社という長所を利用し、訪問介護員の協力と理解を得て、今春より「寄り合いの場」の提供をすることとした。

食事に重きを置かず「職員の健康から」と訪問介護員に昼食の提供を行っているが、諸条件の事情や背景を鑑み、必要があると判断した利用者数名に限り昼食を共にする。事業所来訪者の概要は、受診の帰り、散歩の帰り、喫茶店での朝食の帰り、時間つぶし、孤独を忘れるため、誰かと話が出る〔会える〕、「通所介護の利用は嫌だが、ここでの時間は、あっという間に過ぎるから」…等々。一日の利用者平均5～8人多い時は10人を超える。

全スペースで33㎡の事業所。とても狭苦しくなるが、来訪者はトンと気にならない様子。ケアを終えて戻ってくる訪問介護員が来訪者に感嘆の声をあげ、心身機能の低下著しい方への統一した声かけにより機能向上・感情鈍磨から感情豊かになれる来訪者の変化には双方が疲され、自信へとつながる。

また会話すら出来なかった来訪者が冗談に受け答えが出来るようになるなど、顕著な効果も私達に喜びや誇りを与えてくれる。

区在宅サービスセンターの生活支援事業の一つである認知症高齢者等サポートによる「見守り訪問」の協力も得ることが出来、当事業所の力量不足分を補う策として活用させていただいている。また、高齢者の電話相談や、身体状況の変化や急変のおそれのある方などへの週1回安否確認の電話もお願いし、介護保険法以外での制度も活用させていただいている。

元来高齢者問題とか少子化問題とか区別することなく、皆人間として通る自然な歩みであり一体化して地域の弱者を「見守る手段」として助け合うべき問題である。迷子になる高齢者を抱えた地域では、大半の人がその方の顔を覚えて家まで送り届ける制度を検討すべきでは？と考える。

当事業所としては許容可能範囲と実行可能範囲の「ぬくもりの場の提供」を実践している。(訪問介護員の声かけやサービスも、すべてボランティアである。) 惜しみなく協力してくれる訪問介護員たちに何かの形で表敬したいと思っているが何ら手立てもなく、助成金制度はないかと願望するやら模索するやらの昨今である。

通所介護事業には、楽しみとなる時間や空気、温かみのあるプロ意識を願うがなかなか困難な現状のようである。当事業所来訪者たちは通所介護利用をいやがり数回で断念した方も多いが、束縛されず気ままにゆっくり楽しく笑いながら過ごせる場として気にいってもらえて嬉しいのだが、なかなか帰ってもらえない実情に少々困惑している。

活動名称	認知症になっても安心して暮らせるまちづくりを目指して
活動要旨	認知症予防対策事業で早期発見、予防教室、普及啓発の取り組みを実施。
応募者	鳥取県琴浦町役場 健康福祉課 藤原 静香
連絡先	〒689-2303 鳥取県東伯郡琴浦町徳万 591-2

(概 要)

鳥取県琴浦町は2004年9月1日に東伯町と赤碕町が合併し誕生した。人口20,282人、高齢化率28%を占めている。高齢者人口の増加に伴い認知症患者の増加が問題となっている。しかしその実態は明らかでなく、町への相談があったときにはかなり症状が進行した状態の場合が多い。旧東伯町では、平成15年度認知症対策委員会を立ち上げ、16年度から認知症予防対策事業として、取り組んだので事業の概要を報告する。

認知症予防対策事業の目的は、地域住民の認知症に対する偏見を取り除き、正しい理解を促すための普及・啓発を行い、認知症高齢者とその家族が、住み慣れた地域で安心して暮らしていけるよう支援することである。

取り組みの内容として大きく3点にしぼり、①認知症対策委員会の設置と開催②認知症の早期発見と予防教室③普及啓発について結果を報告する。

① 認知症対策委員会を平成15年度から立ち上げ年2回開催し、認知症対策の必要性について委員会で充分論議し、町の最重要課題と考え検診、予防教室の実施について方向性を決定した。

② 認知症の早期発見と予防教室の取り組みを紹介する。

一次検査「ひらめきはつらつ教室」は、講演で始まり、つづいてタッチパネル式コンピューターによるスクリーニング検査、簡単なゲームなどの内容とした。一次検査でハイリスク者の者を二次検査に案内した。二次検査終了後、さらに専門の医師による診察を受け、認知症予防教室（ほほえみの会）への参加を促した。この予防教室は認知機能の向上に効果があった。

③ 各組織への普及啓発として町民、民生児童委員、老人クラブなど機会あるごとに認知症についての理解を深めるための研修を開催した。また、本年2月には「認知症をささえるまちづくりフォーラム」を開催し、その反響は大変なものがあった。

65歳以上の町民を対象にした講演会と早期検診を町内各地区で開催したこの取り組みは全国でも例がなく、町民の認知症への偏見意識を取り除く大きなきっかけとなったと感じた。しかし、年を取れば認知症の発症はどうしようもないものだというあきらめを抱く高齢者も多く、認知症の早期発見・早期治療がいかに必要か、また早期治療によって発症や進行が抑制できる認知症もあるということが、まだまだ住民へ十分理解されていないことも明らかになった。

今後も認知症に関する啓発活動が重要であり、認知症の早期発見・早期対応のメリットを伝えることが重要である。平成17年度は、旧赤碕町を中心に早期検診と予防教室に取り組んでいる。

「認知症になっても安心して暮らせるまちづくり」を目指して。

活動名称	社会とつながって
活動要旨	認知症の方が社会とのつながりを大切に、毎日近隣へ出かけている。誤解や戸惑いの中での実践は、次第に町の人からの声かけが増え、地域の人たちは「認知症」を明日の自分のこととして捉え始めている。
応募者	医療法人社団 聖仁会 戸谷 尚子
連絡先	〒727-0013 広島県庄原市西本町2-15-31

(概 要)

町の中を元気に歩いているお年寄りの姿を見かけますか？認知症の方が安心して歩ける町ですか？そんな小さな問いかけが私たちの取り組みにつながりました。介護老人保健施設愛生苑では、要介護者等の「自立とQOLの向上」を目ざし、認知症の方の周辺症状の消失、軽減に取り組んできましたが、症状が改善したにもかかわらず、その姿に納得できない日々が続き、試行錯誤の結果、さらに「人の生きる姿」を取り戻すことにしました。

介護保険法の目的を、「人の生きる姿」に照らしてみると、「出来ることは自分で、互いに助けあって、社会とつながって生きる姿」となり、当施設の介護の現状を見直しました。「社会とのつながり」に向け、施設の外に自由に出たいと思いましたが難しい状況で、悶々としながら身体・精神・社会的健康を取り戻すべく取り組んでいましたが、平成14年、「主体的に生きる姿」「地域社会生活を送ること」を目ざして、認知症専用通所介護りんどうを開設、みんなで毎日近隣へ出かけたり、地域への奉仕活動を始めました。認知症に対する誤解や戸惑いの中での実践は、出会う人からの声かけが次第に増え、利用者が町を歩いたり街路樹下を管理・清掃する姿は、いつしかふつうの光景になりました。また、平成16年度厚生労働省研究事業として「サテライトデイルームを活用した新しい認知症高齢者ケアに関する調査研究」を広島県、庄原市、京都大学大学院の支援・協力により、当老人保健施設で実施する機会にめぐまれました。研究目的は「自立的な行動の心身に及ぼす影響」と「施設利用者の外出に伴う地域社会の変化」で、具体的に認知症の方約8名が500メートル離れた民家に毎日歩いて出かけ、そこで日常生活をし奉仕活動、街などへ出かけ夕方歩いて施設へ帰ります。これらの成果は研究チームより「利用者の身体的、精神的、社会的健康の再獲得が生じた」と報告され、利用者と地域住民との関係性は深まり、挨拶や立ち話は日を重ねるごとに増え、お茶を出して下さるなど、地域のふつうの光景になってきました。また「認知症を知り、理解を深める」ための、われわれのささやかな活動も始まり、研究チームによる近隣住民へのアンケートからは、地域の人たちが「認知症」を明日の自分のこととして捉え始めていることも解りました。たとえ認知症になっても安心して暮らせるよう「誰もが安心して住める街、元気になったことを素直に喜べる街」を目ざして行きたいものです。

活動名称	認知症介護予防デイサービスを開設して
活動要旨	「明るく・頭を使って・あきらめない」のスリーAで『優しさのシャワー』をいっぱいかける関わり、笑顔の出る楽しいアクティビティ、などを展開。
応募者	スリーA予防デイサービス 折り梅 増田 末知子
連絡先	〒421-0105 静岡市駿河区宇津ノ谷逆川 22-3

(概 要)

今日も朝から「あっはははは」と大声の笑い声が響いています。ここは、みかん畑に囲まれた緑豊かな山の中にあるデイサービスです。朝から晩まで笑い声が絶えません。

たとえ、認知症の診断が付いてもだいじょうぶ、あきらめないで、よい状態にカムバックすることを目的とした、地域にある小さなデイサービスの紹介です。

スリーAは認知症の予防活動を、13年前から行っています。最初は合宿型認知症予防教室を開設しておりました。映画『折り梅』の主人公が参加したところです。そして映画の中のデイサービスのモデルとなっています。6年前から通所型による、認知症予防教室を岡部町保健センターと共催して良い成果を得ましたので、その方法を全国に伝えて来ました。そして今年は認知症介護予防デイサービス『折り梅』を開設いたしました。

誰も認知症になりたくないです。もしも発病したのなら、「治してほしい」、又は「少しでも良くなりたい」、と思うと思います。『少しでも認知症の世界からカムバック出来るように！』『家族と喧嘩をしないで在宅生活が出来、家庭が崩壊しないように！』『介護保険のお金も自己負担のお金も削減出来るように！』と目的を掲げて、自分や職員が、「ここなら入りたい」と思うようなデイサービスを作りあげました。個人個人が大事にされて、利用者定員は少なく職員は多く、楽しく明るい教室で、皆が来たくするような場所を目指しました。その結果、今までの見守り中心・介護中心のデイサービスとは全く違ったデイサービスが出来ました。

利用開始後4ヶ月から6カ月経過して、本人たちがたいへん明るくなりすばらしい行動をするようになりました。全員のご家族が、以前の状態と最近の状態とを比較して、たいへんよい状態になったと書いて下さいました。その状態の変化を裏付けるものとして、神経心理テストとしてのMNSテストの結果が、平均で+2.2点良くなっております。このように良い結果を出すためには、『優しさのシャワー』をいっぱいかける関わり、笑顔の出る楽しいアクティビティ、などを展開することが重要だと思います。

スリーAとは「明るく・頭を使って・あきらめない」の頭文字Aを3つ集めたものです。この言葉を認知症予防のコンセプトとして活動をしております。これからも認知症予防を展開し、発病を食い止め、悪化を先送り出来るようにしたいと願っております。そして、この活動を全国各地のデイサービスで展開していただけるよう念じています。

活動名称	認知症ケアのためのネットワーク形成事業
活動要旨	行田市における認知症の啓発活動と権利擁護事業
応募者	行田市役所 高齢者福祉課 野村 政子
連絡先	〒361-8601 埼玉県行田市本丸 2-5

(概 要)

<活動の内容および成果>

1. 認知症を市民にもっと理解してもらおう！～啓発活動～

高齢者総合支援センターでは、高齢者ご本人や、その介護者、介護支援専門員、民生委員からの相談を受け、支援を行っている。その活動の中で、認知症について理解が不足しているために生じている問題が多いことに気づき、平成16年度から平成17年度の在宅介護支援センター運営事業の重点目標の一つに「認知症に関する正しい知識の啓発」を掲げ、下記の事業を実施した。

(1) 支援センターだよりによる認知症についての啓発活動

行田市在宅介護支援センターが年2回発行する「支援センターだより」に認知症の特集。

(2) 民生委員との勉強会

行田市民生委員・児童委員連合会高齢者福祉連絡部会研修会において、「高齢者の認知症について」をテーマに勉強会。

(3) 在宅介護支援センター相談協力員研修会

行田市在宅介護支援センター相談協力員（195名）が認知症をテーマに研修。

(4) 高齢者学級

約550人の元気高齢者の方々が、認知症にならないように、認知症になっても助け合いにより地域で暮らせるようにするための話に理解を示した。

2. 認知症のお年寄りを地域で見守ろう！～権利擁護事業～

認知症の高齢者の悪質商法などの被害が社会的にも問題になっている。行田市では、在宅介護支援センターを中心に、民生委員、介護支援専門員、介護サービス事業所、相談協力員が協力して見守りを行っている。また、被害関係の相談では高齢者福祉課、生活課が支援を行っている。

(1) 啓発活動

市報に、悪質商法の被害に注意を喚起する記事を掲載し、判断能力が不十分な認知症などの方を地域が連携して見守って行くことを呼びかけた。

(2) 悪質商法被害防止等ネットワーク会議

被害防止に協力を依頼。社会福祉協議会、老人クラブ連合会、医師会、自治会連合会、電気やガス会社、銀行など金融機関、新聞販売店、等

(3) 職員及び福祉サービス従事者研修

成年後見制度及び福祉サービス利用援助事業について、下記の通り研修会を開催した。

①講演「成年後見制度と福祉サービス利用援助事業について」参加者52名

②福祉サービス利用援助事業勉強会 参加者9名

活動名称	小地域ネットワーク活動を推進していく
活動要旨	地域の福祉活動「ふれあいいきいきサロン」とタイアップし、介護予防教室「元気はつらつの会」「地域で支えあう元気の会」を開催。
応募者	池田町在宅介護支援センター 本間 由佳里
連絡先	〒503-2417 岐阜県揖斐郡池田町本郷 1501

(概 要)

池田町では、小地域ネットワーク活動を推進していく為に各地区に福祉委員を委嘱している。その活動の中の一つとして「ふれあいいきいきサロン」が、地域に根付いた地域住民主導で行う活動となる事を目指している。そうした活動を支える為に、社会福祉協議会では福祉委員、民生委員、その他ボランティア等を対象に、地域での活動を担ってもらう目的で、年間2回のボランティアリーダー研修（年度によって違いがあるが1コース3回）や福祉セミナーを行い、地域においてリーダーシップをとれる人材の育成に当たってきた。

また、基幹型在宅介護支援センター、社会福祉協議会が中心になって「いきいきサロン」の定着していない地域に「サロン」を体験してもらう「出前サロン」を行いながら受身型のサロンではなく、参加者が自主的に活動し、地域住民主導の手作りサロン実施の指導にあたった。

その結果、現在地域格差は多少あるが、地域の中の、福祉委員、民生委員を中心とした「ふれあいいきいきサロン」が根付いて、閉じこもり予防、生きがいづくり、認知症予防、地域の助け合いに取り組んでいる地域が増え、住民の介護予防、特に認知症予防についての関心は年々増大しているといえる。

平成17年度は、昨年まで7地区毎で行っていた地域型在宅支援センターの介護予防教室を、地区毎で行われている地域の福祉活動「ふれあいいきいきサロン」とタイアップし認知症予防教室を行った。

1) 介護予防教室「元気はつらつの会」6回コース 3地区

(目的)

認知症予防として、心と体の健康を目指し前向きな生活を送って行くことを目的とし、認知症予防の取り組みを継続的にを行い、その効果の測定を行う。

2) 介護予防教室「地域で支えあう元気の会」4回コース 1地区

(目的)

認知症の理解を深め、認知症になっても暮らし続けることができるやさしい地域づくりを目指す。

活動名称	グループホーム入居者によるファッションショー
活動要旨	グループホームの連絡会を作り、地域に出る活動为目标に取り組んだ。その一つとして、ファッションショーを開催
応募者	東京都町田市グループホーム連絡会 濱田 秋子
連絡先	〒194-0004 東京都町田市鶴間 544 グループホームあおぞら

(概 要)

東京都町田市と町田市グループホーム連絡会7つのグループホームで、平成17年9月10日グループホームに入居しているお年寄りが主体に参加するファッションショーを開催しました。

美容学校の生徒さんと先生の協力を得て、それぞれのグループホームの特性、テーマを打ち出した参加となりました。若いときにほとんどオシャレできなかった入居者の方々にとって初めての晴れ舞台になりました。一番着たい服や着物を身にまといお化粧、髪セットまで美容学校の生徒さんと先生によって素敵に仕上げてもらい舞台に立つことができました。その時間の中で「10歳若返る美容法」の講義が美容学校の先生からあり、入居者の方がモデルとなって、スカーフやコサージュの使い方などオシャレのヒントを観客も含めて教えていただき、有意義なひと時となりました。大きな舞台のあるホールを貸しきっての地域に向けてのショーとなりました。

町田市と町田市のグループホーム7ヶ所においてグループホームの質の向上に向けて協力を共にしてきました。平成15年4月よりグループホームの連絡会を作り、各事業所で困難事例、地域とのかかわり、悩み、お互いの相談などを話し合い、運営について互いに連携をとりながら活動してきました。そのなかの一つとして、平成16年度からは少しでもグループホームを地域の人に知っていただくための活動を、17年度は地域に出る活動为目标に取り組みました。その一つとして、ファッションショーを開催しました。

認知症対応型グループホームに入居されている方々が日頃オシャレはしているけれど、思うようにできない、髪もきれいにセットしてもらうことが少ない、また今まで着たいと思っていたけれどあきらめていた服を着たい、もう着れないだろうと思っていた昔懐かしいお気に入りの服を今1度着たい。そんな思いを叶えられればと思い計画しました。外を歩くことや人に見せなければ意味が無いこともあり、舞台のある市民フォーラムを会場に、それぞれの入居者の思いを込めてのファッションショーとなりました。各事業所が個性豊かな催しとなり入居者の方々の最高の喜びとなりました。

グループホーム入居者ファッションショー

時： 2005年9月10日

場所： 町田市市民フォーラム ホール

時間： 14:00～16:00

活動名称	その人らしい生活をめざして
活動要旨	デイサービスでの「その人らしい生活」と家族介護者支援の活動。
応募者	社会福祉法人 正吉福祉会 府中市立 よつや苑 遠藤 美代子
連絡先	〒183-0035 東京都府中市四谷3-6-6

(概要)

認知症の方の「その人らしい生活をめざして」取り組みを行っています。

認知症のため『自分の現在の状況が理解できない』『自分の考えていること、思っていることが上手く伝えられない』ことから「その人らしい」ということは難しいことであると思っています。しかし、その様なことから認知症の方の気持ちを考えることなく、様々なことを周囲が決めてしまう生活があることも事実であると思います。認知症の方の自己決定の尊重、擁護の制度がありますが、一番の理解者、安心できる人は家族であり、認知症の方、認知症の方を介護する家族（介護者）を支えていくことから始め、「その人らしさ」を大切に、安心して生活できることを目標としています。

1. デイサービスでの「その人らしい生活」

- ・活動場所の環境整備…安心して落ち着ける場、自分の居場所作り
- ・人間関係作り…自分の役割：褒められること、感謝されること、頼られることから自分が必要であることを感じていただく
人との関わり：楽しい、嬉しい、悲しい…様々な思いを他者との交流から得ていただく
- ・自分が出せる場所…得意なこと、好きなことを行う、できるように援助することで自信を持ってもらい自分らしさを出せるようにする

2. 家族介護者支援

- ・コミュニケーション…連絡帳、機関紙で施設、家庭の情報交換を行うと共に悩み等相談をする方法のひとつとする
- ・個人面談…悩み、相談を受けると同時に一緒に考え解決方法を見つけ出す。施設、家庭と両方で認知症の方を支えていく。家族にとって職員が“話せる人”“話を聞いてくれる人”“良き理解者、共感しあえる人”となれるようにする
- ・家族懇話会…家族交流会を目的とする。一人で抱え込まない、一人ではないことを感じていただく場とする
- ・活動公開…デイサービスでの活動の様子を見ていただく、他の認知症の方を知っていただく：認知症の理解への一歩とする

活動名称	ライフサポートセンター 桜
活動要旨	本人の欲求を見出し適切なサポートが出来るように接する事の大切さ、孤独にさせずふれあい安心させることの大切さ。
応募者	NPO 法人ワーカーズコープ 松村 広子
連絡先	〒771-2301 徳島県三好郡三野町清水

(概 要)

<認知症老人との関わりの事例>

A子96歳女性

病名：高血圧、視力低下（白内障）

性格：頑固、ひがみっぽい

B子（娘）夫婦と生活していたが、B子の娘の出産のため母親の生活が出来ないので、主治医に相談して入院をした。5日程入院していたが無理であった。病院からの依頼で当デイサービスを利用するようになった。

1日中膝を組み安定した姿勢で座っていたが、帰る、帰りたい、ここはどこか、娘が私を捨てたんだろう、こんな所に連れて来てとか、誰が迎えに来てくれるのか、1日中、間をおかず繰り返し、繰り返し言う、少し横になるように言っても1日中うとうともしない。お菓子、飲み物等にも充分気を使い食べてくれるものを工夫して、これは食べてくれるかと手作りで持っていっても、両手で口をおさえてお腹いっぱいと言ってなかなか食べてくれないので苦勞した。

本人は帰りたいことばかりを考えているのでスタッフの言う事を聞き入れてくれない、すぐ迎えに来るからねと言ったら、それで忘れていたが、だんだんとスタッフとコミュニケーションが深まると少しづつ帰りたいという言葉のスピードが違って来るのを感じた。歌が流れて来たら両手で耳をふさぎ、やかましいと大声を出す。

スタッフは1日中交代で、1人部屋で腕を組んで話しながらのお世話をした。自分からは飲み物等についてもほしいとは言わないので、スタッフは気をつけて飲んでくれなくても諦めずに温かい気持ちで接した。繰り返し語は続いていたが、そろそろデイサービスの利用者の人達と一緒に過ごせるのではないかと思い、7人ぐらいの中に入って音楽療法の作業に入ると手拍子を打っていた、スタッフは目から目にサインを送り、改善の道が開けたと目頭が熱くなった。

初めのお迎えの時は布団から出てこなかったが、だんだん居場所の良さを感じてか玄関で待っている、手には連絡ノートの袋とハンカチは忘れず握っている。自動車に乗るとあいつは私がいないと喜んでいると言ったりするがもうほとんど繰り返し語はなくなった。やさしくしてくれてありがとうとよく言ってくれる。娘はここまでしてくれないともよく言ってくれスタッフを喜ばせてくれる。この状態であれば普通に生活が出来る。問題行動の中から本人の欲求を見出し適切なサポートが出来るように接する事の大切さ又孤独にさせずふれあい安心させた事、多くの人が話しかけた事が気持ちをおだやかにし、認知症の進行を止め改善に役立ったのかと思う。

活動名称	ボランティア劇団「気仙ボケー座」
活動要旨	演劇を通して、地域でもっと認知症のお年寄りたちは普通に生活できて、一緒に共存できるのだということを分かっていたくことを目標としている。
応募者	ボランティア劇団「気仙ボケー座」 代表 内出 幸美
連絡先	〒022-0002 岩手県大船渡市大船渡町字山馬越 196

(概 要)

ボランティア劇団「気仙ボケー座」とは・・・

私たち「気仙ボケー座」は、岩手県大船渡市にある認知症高齢者専門の気仙デイサービスセンターやグループホーム「ひまわり」の職員らが中心となり、地域のホームヘルパー、医師、民謡講師や主婦らが一緒になって、ボケ(認知症)への理解をテーマに、平成7年11月に旗揚げしたボランティア劇団です。これまで、県内外各地、海外はオーストラリア・シドニー市でも公演を行っており、平成18年3月現在で132回の公演暦を重ねております。保育園児から高齢者大学のお年寄りまで、37,000人を超える多くの方々に観ていただきました。

寸劇で認知症の理解をはかる

この「気仙ボケー座」の演劇は、最初の頃には、地元である岩手県気仙地域(2市1町)において、認知症高齢者に対する地域の人々や家族の持つ偏見を、演劇を通じて少しでも払拭できればとの願いから思いついた啓蒙活動の手段でありました。

寸劇のネタは、認知症のお年寄りの介護に情熱と感動を限りなく抱く気仙デイサービスセンターの職員たちがお年寄りへの日々の介護の中で、気づいた事、お年寄りの仕草、会話などを毎日メモ帳に記録されているものの中から選び出されたものであります。そして、平成6年9月21日、気仙デイサービスセンターの職員(最初は4人)が、認知症のお年寄りの問題を視覚に訴え、かつ、より身近に感じてもらうと、自作の寸劇を楽しくユーモラスに地元の介護教室で上演したのです。認知症にまつわる寸劇を演じる型破りな介護教室が大好評を博しました。そこで、意を強くした職員たちは、「気仙呆け老人をかかえる家族の会」を母体に地元紙に座員を公募し、平成7年11月25日ボランティア劇団「気仙ボケー座」として旗揚げしたのでした。

この活動を通じて訴えたいこと

テーマは、「広げよう！ボケ(認知症)への理解」です。次の3つのことを訴えています。

一つ目は、認知症のお年寄りたちは、少しユニークなだけで、関わり方しだいでは他のお年寄りとあまり変わらないことを理解してもらい、認知症に対する誤った考え方を取り除くことです。

二つ目は、家族だけの狭い人間関係の中だけで認知症のお年寄りを介護することは限界があるので、地域にもっとお年寄りをオープンにして理解につなげよう！というものです。

三つ目は、認知症を自分自身のこととして捉えてもらうことです。自分が認知症になったら、家族が認知症になったら、と一人ひとりが真剣に一人称で考えることにより、地域で認知症の問題とがっぷり四つに組む体制が可能となるからです。

「認知症のお年寄りは大変だ」という一般的なイメージは、認知症という病気や認知症のお年寄りの特徴、ケアのコツを正しく理解できれば掃き掃除のものです。地域でもっと認知症のお年寄りたちは普通に生活できて、一緒に共存できるのだということが、私たち「気仙ボケー座」の寸劇を通じて分かっていたくことを最終目標としています。

活動名称	地域支援の輪・和―高齢者・認知症にやさしいまちづくり―
活動要旨	地域と在宅介護支援センターをつなぐパイプ役である「認知症相談協力員」の養成。
応募者	長崎市在宅介護支援センターにしきの里 山口 泰子
連絡先	〒852-8045 長崎県長崎市錦2丁目1-1

(概 要)

平成17年は厚生労働省が認知症を知る1年と位置付け、認知症ケアの地域推進を行う事を打ち出した事も鑑み、在宅介護支援センターにしきの里の地域住民グループ支援事業において、平成17年度の目標を、《高齢者・認知症にやさしいまちづくり》、「―地域支援の輪・和―と題し、(認知症学習会)の開催に併せて、認知症相談協力員の養成を行うことに取り組んで行く事にした。

今回の取組における地域づくりの柱は、地域と在宅介護支援センターをつなぐパイプ役である「認知症相談協力員」を養成した事である。

<認知症相談協力員の養成・登録>

高齢者・認知症にやさしいまちづくりを遂行するためには、地域住民自らが認知症を正しく理解し、地域で支えあうことが重要である。そこで「認知症高齢者に声かけが出来る」「認知症高齢者で困った方には、専門の相談機関につなげられる」という役割をもつ「認知症相談協力員」を養成する事にした。

そこで、この事業に賛同した民生委員及び地域住民22名の方を在宅介護支援センターにしきの里の「認知症相談協力員」として登録した。

学習会では参加者が視覚的な面から記憶に残りやすいように劇を取り入れた事が特徴である。学習会実施前は、一般の人より認知症に関心の高い相談協力員においても認知症についての知識が薄く、重度の認知症のイメージのみが強く認識されている状況であった。このため、学習会を劇と講話の2本立てで構成し、本人・家族の思い・本人の生活が具体的な日常生活の中の行動として捉えられるように①予防・認知症の疑い、②軽度認知症、③中等度認知症、④重度認知症 と、病気の進行に合わせて、段階的に組み立ててみた。

<認知症相談協力員の活動>

相談協力員の所属する各団体は、民生委員・児童委員・老人会・育友会・婦人会・自治会と多岐に渡っており、同じ地域に住んでいても所属団体が違えば、顔を合わせることも少ないのが現状であるが、違う団体の方と顔を合わせる良い機会となった。在宅介護支援センターと認知症相談協力員の方が認知症の学習会を協働で運営してきた中で、地域を支えるためには地域住民が、行政や専門機関と連携をとっていく事が大切であることに実感をもって気づかれていったという経過があった。これは、在宅介護支援センターとしてとてもありがたい地域の財産であるという事を感じる。

活動名称	NPO 法人 校舎のない学校
活動要旨	年をとっても障がいを持っても、都市でも山村でもどこに住んでも安心して暮らせる地域を実現する為の各種の調査・研究・研修・教育。
応募者	NPO 法人 校舎のない学校 理事長 石原 美智子
連絡先	〒503-2417 岐阜県揖斐郡池田町本郷 1531-1

(概 要)

＜「NPO法人 校舎のない学校」の目的と主な事業＞

「NPO法人 校舎のない学校」の活動目的は、「年をとっても障がいを持っても、都市でも山村でもどこに住んでも安心して暮らせる地域を実現する為の各種の調査・研究・研修・教育を行うこと」である。

「校舎のない学校」がその活動目的を定めたのには理由があり、我々の「福祉」についての基本的な考えに由来している。

『福祉』とは、生まれたときから人生が終わるまで、その人がその人らしく生きている条件が整っていること、一人一人が自分で考えて、自分で決める力を持って、自分の人生を豊かにする能力を育てることである」と考える。

地域に質の高いサービスが用意されることは、人が生きていくための必須要件である。それと並び、自分の人生の設計図を自ら描き、必要なサービスを選び、場合によってはそれらを作り出すことによって自らの人生をまっとうしようとする人間の存在は、これに劣らず必要である。

この二者は、いわば車の両輪であって、どちらを欠いても「福祉」という車は動かない。

この基本的な立場にたち、さまざまな事業を行ってきた。その中で、認知症に関するものを取りあげると以下のとおりである。

1 「在宅介護サービスの現状についての調査」 2004年

2 絵本「ユタカノキ」シリーズ1 2004年3月

〃 シリーズ2 2005年3月

〃 シリーズ3 2006年3月予定：テーマ「認知症ケア」

3 人生すごろく ①生まれてから人生の最後まで 2003年度

〃 ②介護が必要になったら 2004年度

〃 ③認知症になったら 2005年度予定

4 安心して暮らせるグループホームを探すための情報収集業務 2005年3月

認知症ケアセミナー「安心して暮らせるグループホームを探そう」 2005年12月

2005年12月3日(土)に「安心して暮らせるグループホームを探そう」という研修会を計画している。講演及びグループワークを通して、参加者自らが「自分が安心して暮らせるグループホームを探す」事を体験してもらおうとする試みである。このような情報と手法が一般化され、共有されれば、全国どこにいてもどこのグループホームであってもその情報が入手できる。利用希望者とその家族にとってもそのメリットは計り知れないものと推定される。

活動名称	参加型写真展の実践から回想法へ
活動要旨	アマチュア写真家の撮った昭和30年代の写真をグループホームのお年寄りに見ていただくことで、思い出話がどんどん引き出され、笑顔が見られた。
応募者	写真で見る昭和30年代の地域を研究する会 代表 澤田 弘行
連絡先	〒527-0135 滋賀県東近江市横溝町 224 番地

(概 要)

故浅岡利三郎氏は生前アマチュア写真家として仁科展2回の入選を始めとして、多くのフォトコンテストに入選を果たしてきた実績をもつアマチュアカメラマンであった。病魔に倒れながらも病院での入院生活の日常を撮影し続け、写真に魂を投入し続けた人でもある。没後、筆者が未亡人を尋ね、故浅岡氏本人が四つ切サイズにプリントされた昭和30年代の写真300点あまりの作品を見つけることとなった。筆者も浅岡氏と同郷であるため、被写体の一人として少年時代の自分の姿がそこにあった。ネガを確認し推定すると約5年あまりに8,000点に及ぶ写真である。

<回想法の実践>

2005年2月26日(土)、東近江市上山町にある、「茗荷村・グループホーム檀那木」で、認知症のお年寄りに昭和30年頃の写真を見ていただくという、初めての試みを行なった。

実際に居間に集まった9人の認知症高齢者の方々の中に入っていくときは、とても緊張した。しかしながら、いざ本番となるとやはり私たちも人生経験を踏んだ50歳60歳代の4人で、わりとうまく写真を見せながら自然に溶け込んで行ったようである。また、「檀那木」は、回想法を意識させるかのような昔の雰囲気を取り戻す農家風の建物であり、座敷には仏壇も置いてあるなつかしい造りである。少し時間がたつと、紙ベースでマンツーマン形式のかたちで、写真を見ながら思い出話に花を咲かすような雰囲気になって行った。写真は「嫁入り」「獅子舞」「オオギ漁」「夜市」や東近江市界隈のまちの賑わいなど、なつかしい写真に見入るお年寄りからは、笑顔が見られ内心は成功だなと胸をなで下ろした。改めて浅岡写真の持つ力が証明されたように思った。そのあと、「幻灯会」と称して、写真のCD版をプロジェクターで大きく映し出し、解説を少し加えながら上映した。映像を見ながら進めたが、あまり長時間になるとお年寄りは疲れるので2時間弱で終わることにした。帰り際にはすっかり打ち解けて、手を握り合い次回の訪問の約束をしながらコミュニケーションをとった。



活動名称	若返りリトミックの実践活動
活動要旨	ピアノ伴奏にのって音楽を楽しみながら、「頭を活発に」「心をゆったり」「体の動きを良くする」
応募者	国立音楽院 福田 彰
連絡先	〒154-0001 世田谷区池尻 3-28-8

(概 要)

●若返りリトミックとは

1. 国立音楽院が開発した、やさしい音楽がベースの日本初の音楽の「認知症対処・予防メソッド」です。
2. リトミックは「音楽のリズム」のことです。敏感で大切な幼児期に、音楽の大きな力を借りて、感性や情操を育ててきた「幼児リトミック」の経験とノウハウを生かしました。
3. ピアノ伴奏にのって音楽を楽しみながら、「頭を活発に」「心をゆったり」「体の動きを良くする」効用があります。
4. 高齢者にとって最も関心の深い認知症予防を、音楽の力を活かし、積極的に取り組んで行きます。

●平成17年度 若返りリトミックの活動実績

平成17年	5月27日	世田谷区	デイ・ホーム新樹苑
	6月 9日	世田谷区	デイ・ホーム等々力
	7月 6日	世田谷区	デイ・ホーム池尻
	8月21日	世田谷区	三軒茶屋在宅介護センター主催「いきいき講座」
	9月 2日	世田谷区	国立音楽院 ご近所の高齢者
	9月 7日	世田谷区	デイ・ホーム池尻
	9月16日	世田谷区	国立音楽院 ご近所の高齢者
	9月29日	川崎市	老人ホーム 桜湯園
	9月30日	世田谷区	国立音楽院 ご近所の高齢者
	10月 5日	世田谷区	デイ・ホーム池尻
	10月 7日	世田谷区	国立音楽院 ご近所の高齢者
	10月14日	同	上
	10月28日	同	上
	〃	世田谷区	池尻在宅介護センター主催「いきいき講座」

●ご利用者の方々の反応

認知症のご利用者は、「若返りリトミック」プログラムの前と後では、確実に表情に変化が現れます。プログラムの中でも、認知症の方がご存知な歌により、急に目を見開き立ち上がった例もありました。音楽の力の科学的根拠は未解明ですが、人間本来の生命力に根ざすものであることは、誰しもが音楽とともに喜び哀しんだり、インスピレーションを受けたりした音楽体験から、無意識で理解していることです。「認知症」患者に、尊厳の光を与えられるものは、本人自らの生命の輝きと周りの愛です。そこに音楽が生きてくるのです。「若返りリトミック」の目指すところは、本人の内面から生まれる明るく楽しそうな笑顔です。

活動名称	映画「明日の記憶」
活動要旨	「明日の記憶」助監督が制作中に考えたこと
応募者	東映（株）映画宣伝部 磯部 武志
連絡先	〒104-8108 東京都中央区銀座 3-2-17

（概 要）

私は来年公開の「明日の記憶」という映画の助監督をしています。

この作品は今年度の山本周五郎賞を受賞した同名の小説が原作になっており、主演には、原作を読み「映像化するなら是非自分で」と熱望した渡辺謙、その主人公を支える妻には樋口可南子、そして本作で新境地を切り開く堤幸彦監督が生きることの本当の美しさ、はかなさを描いています。

私が「明日の記憶」と出会ったのは今年の5月でした。この仕事の話を受けた時、くしくも私は「アルツハイマー病」について深く悩んでいました。私の祖母がアルツハイマー病なのです。今年の初春、祖父が突然亡くなりました。しかし祖母はそのことを最初理解出来ませんでした。告別式の時に祖父の死について説明すると祖母は泣き崩れて動けなくなりました。しかししばらくすると私に聞いてきました。「お父さん（祖父）どこ行ったのかなあ？」私は戸惑いました、どう答えればいいのか。すこし考えて、「おじいちゃんは亡くなったんや。さっきお通夜行ったやろ。」本当のことを分からせなければいけないという思いから私はこう答えました。しかしすぐに自分が口にした言葉を後悔しました。「お父さん死んだんやったら、私も生きててもしょうがないから死ぬ」私はその日、1日に何度も最愛の人を失う悲しみに襲われる祖母の姿を目にしました。そのうち誰ともなく祖母の質問に「おじいちゃん旅行に行ったんやんか。明日帰ってくるって言ってたで」と答えるようになりました。

私たちは病気について、病気を患う人やその家族について知ることに時間をかけました。介護施設、専門医、医療施設、新薬の開発チーム、そしてアルツハイマー病の方を自宅介護されているご夫婦のもとにも渡辺謙氏、堤監督、そして私たち助監督が伺いました。

ご主人が数年前に発病したご夫婦は映画の中の佐伯夫婦と重なって見えました。「本当にくやしんですよ」ご主人はおっしゃいました。自分はまだやれる、病気なんかには負けない、そういう思いが強くあるのだと思います。しかし実際には今は会社に行くことが出来ません。時には興奮して少し大きな声でくやしさを語るご主人の横で、奥さんは笑顔で明るく私たちの質問に答えるご主人をフォローなさっていました。ただ、時おり見せる厳しい表情が自宅介護の厳しさを感じさせました。ご主人は「かあちゃんがいてくれてよかった。自慢のかあちゃんだ。」と私達に話されました。

私にこうおっしゃった医師の方がいました。

「アルツハイマー病は失っていく病気です。でも、得ることが出来るものもあるんですよ。分かりますか？夫婦の絆です。初めて夫婦の絆が確認出来たと話されるご家族の方はよくいらっしゃいます。」

「明日の記憶」は“愛”の物語です。私たちがこの映画を通して何が出来るとか、何を伝えることが出来るのか正直まだはっきりと分からず模索しながら制作しているのですが、ただの映画として終わらせたくないという思いで取り組んでおります。是非ご覧になってください。（藤原知之）

IV. 資料編

1. 実施要領

「認知症でもだいじょうぶ」町づくりキャンペーン2005

I. 目的

- ・ 認知症の人を地域で支える先進的活動の事例を広く全国から募集して選考の上、顕彰・発表します。それによって、認知症の人の本来の力を活かしてともに暮らす新しい町づくりの活動を全国ではぐくむことを目的とします。

II. 主催等

- ・ 主催 : 認知症介護研究・研修東京センター
認知症介護研究・研修大府センター
認知症介護研究・研修仙台センター
- ・ 共催 : 住友生命保険相互会社
社団法人 呆け老人をかかえる家族の会
- ・ 後援 : 厚生労働省、(社) 全国社会福祉協議会、国際長寿センター、
(財) さわやか福祉財団、(社) 成年後見センター・リーガルサポート、
全国介護支援専門員連絡協議会、(NPO) 全国認知症グループホーム協会、
全国農業協同組合中央会、(社) 全国老人保健施設協会、
宅老所・グループホーム全国ネットワーク、(社) 日本医師会、日本介護福祉学会、
(社) 日本介護福祉士会、(社) 日本看護協会、日本高齢者虐待防止学会、
(社) 日本社会福祉士会、日本生活協同組合連合会、(社) 日本精神科看護技術協会、
(社) 日本精神科病院協会、日本精神保健福祉士協会、日本地域福祉学会、
日本認知症ケア学会、日本放送協会、日本療養病床協会、日本老年精神医学会、
福祉自治体ユニット、(財) ぼけ予防協会 (順不同)

III. 実行委員会

- 実行委員長 : 長谷川和夫 (認知症介護研究・研修東京センター長)
- 実行委員 : 加藤 伸司 (認知症介護研究・研修仙台センター 研究・研修部長)
古河 久人 (住友生命保険相互会社 調査広報部長)
小長谷陽子 (認知症介護研究・研修大府センター 研究部長)
杉山 孝博 (社団法人呆け老人をかかえる家族の会 理事)
永田久美子 (認知症介護研究・研修東京センター 主任研究主幹)

IV. 実施内容

1. 名 称

「認知症でもだいじょうぶ」町づくりキャンペーン2005

2. 応募者

資格は問いません。認知症の人が安心して暮らせる町づくりに取り組んでいる団体（地方自治体、地域社会福祉協議会、福祉・医療関係事業所、保育・教育関係団体、企業、NPOなど）、個人（認知症介護指導者、呆け老人をかかえる家族の会会員、保健・医療・福祉関係者など）、または団体や個人で構成するグループでもけっこうです。

3. 課題・応募方法

1) あなたの町で行っている認知症ケア実践活動の取り組みを報告にまとめてお送りください。内容は、以下のように整理してください。

①概要（1200字以内。図版は別に1ページでまとめて下さい）

②地域の紹介（1ページ以内）

③活動の内容（5ページ以内）

④活動の成果（5ページ以内）

以上はいずれもA4版・縦・横書き・10.5ポイントで作成してください。②以下の1ページあたりの字数は問いません。図表・写真は上記のページのうちに含むものとします。ワープロの使用を原則としますが手書きでも結構です。フロッピー・ディスク・CD-ROMの送付、メールに添付、あるいは郵送にて応募票を添付の上でお送りください。お送りいただいた報告のうち受賞報告については本キャンペーンの「報告集」にそのまま掲載します。応募報告は返却しません。

2) 活動報告の送付にあたっては「応募用紙」を添付してください。その際に用紙にあるキーワードのうち主要なものを3つ○で囲んで下さい。（2005年10月31日まで）。

3) 奨励賞受賞者には別途、発表用のプレゼンテーションの作成をお願いします。

4. 選考委員会

委員長：堀田 力 (財) さわやか福祉財団理事長・弁護士
副委員長：末次 彬 (社福) 全国社会福祉協議会 副会長
委員：板山 賢治 (社福) 浴風会理事長
北 良治 北海道 奈井江町長
小宮 英美 日本放送協会解説委員
柴山 漢人 認知症介護研究・研修大府センター長
高見 国生 (社) 呆け老人をかかえる家族の会代表理事
高村 浩 高村浩法律事務所・弁護士
長嶋 紀一 認知症介護研究・研修仙台センター長
中島紀恵子 新潟県立看護大学学長
中山二基子 弁護士
梨元 勝 芸能レポーター・函館大学教授
長谷川和夫 認知症介護研究・研修東京センター長
本間 昭 東京都老人総合研究所精神医学部長
森岡 茂夫 国際長寿センター理事長
横山 進一 住友生命保険相互会社取締役社長
オブザーバー： 厚生労働省老健局長

(敬称略・50音順)

5. 賞

本キャンペーンはコンクール形式をとっていますが活動の優劣を競い合うものではありません。認知症の人と認知症の人を支える人がともに安心して暮らせる町づくりの、全国で学び合うためのモデルとなる先駆的な活動を奨励する意味で下記の賞を設けます。いずれの部門でも、①認知症の人の輝く姿がいきいきと描かれているか②それぞれの役割を持った人たちの協力が見られるか③将来に向かってさらに進んでいく展望を持っているか④他の地域でも展開できる広がりを持っているか、を選考の視点とします。全国に紹介するにふさわしいと選考された活動に対しては以下の賞を授与します。

厚生労働大臣奨励賞	賞状・副賞	1点
認知症介護研究・研修センター奨励賞	賞状・副賞	1点
呆け老人をかかえる家族の会奨励賞	賞状・副賞	1点
住友生命保険相互会社奨励賞	賞状・副賞	1点
特別賞	賞状	若干数

6. 募集期間

募集開始：平成17年(2005年) 4月 1日

応募締切：平成17年(2005年) 10月31日

7. 表彰・発表

平成18年(2006年)2月予定

8. 応募・問合せ先

〒168-0071

東京都杉並区高井戸西1-12-1

認知症介護研究・研修東京センター

「認知症でもだいじょうぶ」町づくりキャンペーン2005事務局宛

電話：03-3334-3073 (FAX 兼用)

E-mail：rva2a029@dcnet.gr.jp

9. スケジュール概略

平成17年(2005年)
(4月 1日) 募集開始
(10月31日) 応募締切
(11月) 第1次選考
(12月) 最終選考、結果発表
平成18年(2006年)
(2月) 授賞式、活動事例発表
(3月) 報告書刊行

10. お知らせ

◆本キャンペーンは、「呆け老人をかかえる家族の会」の全国研究集会

(11月13日 群馬県前橋市)とタイアップしています。本キャンペーンへの応募を同時に全国研究集会の発表公募の応募とすることができます。

◆問い合わせ先：呆け老人をかかえる家族の会

Tel：075-811-8195/Fax：075-811-8188

HP：<http://www.alzheimer.or.jp>

E-mail：office@alzheimer.or.jp

◆本キャンペーンのホームページに情報を随時掲載します。

<http://www.dcnet.gr.jp/campaign>

「認知症でもだいじょうぶ」 町づくりキャンペーン2005 ご案内

「認知症の人を地域で支える活動事例を全国からお寄せいただき、その活動内容を共有することで、認知症の人の本来の力を活かしてともに暮らす町づくりを全国ではぐくもう!!」

という目的で、平成17年4月から本キャンペーンを実施しています。

◇昨年「国際アルツハイマー病協会第20回国際会議・京都・2004」に向けて「痴呆の人とともに暮らす町づくり」地域活動推進キャンペーンを実施し、全国から60にも及ぶエントリーが寄せられ、たいへん大きな反響を頂きました。

◇本キャンペーンは「認知症を知る1年」の一環として行なっています。

◇概要については裏面をご覧ください。応募くださいますようよろしくお願いします。

☆キャンペーンホームページ☆

URL: <http://www.dcnet.gr.jp/campaign>

キャンペーン内容の詳細や昨年度の報告を、掲載しています。

活動事例募集

(平成17年4月～10月)

認知症の人を地域で支える
活動事例を全国から募集

顕彰・発表

(平成18年2月)

代表的な活動を顕彰し
活動内容を発表

報告書刊行

(平成18年3月)

経験を学び合い、
共に暮らす町づくり
の展開を

ご不明な点等ございましたら、事務局までお気軽にご連絡ください。

「認知症でもだいじょうぶ」
町づくりキャンペーン2005実行委員会事務局

〒168-0071 東京都杉並区高井戸西1-12-1

認知症介護研究・研修東京センター内

TEL/Fax: 03-3334-3073

e-mail: rva2a029@dcnet.gr.jp

3. 選考基準

選考委員採点表

記入者名：

対象活動 ID：

応募内容が選考基準に合致したものを選考するために、下記の基準にその内容が該当するかどうかを検討し、該当した項目数を加算する。

①新しい認知症ケアと町づくりの実践状況

認知症の人と共に暮らす町をつくるための活動が展開されている。関係者が協働して取り組んでいて、今後将来的に発展が期待されている。

- ☐ 先駆的な認知症ケアの取り組みがなされている
- ☐ 認知症の人が町で暮らすための先駆的な取り組みがなされている
- ☐ 複数の立場の関係者が協働して取り組んでいる
- ☐ 今後将来的にさらに発展していく計画やポテンシャルがある

②本人が町でいきいきと暮らす姿の実現

認知症の人が地域でいきいきと暮らしている姿の実現が示されている。

- ☐ 今回応募した取り組みで、認知症の人が地域でいきいきと暮らす姿を実現することができた
- ☐ 認知症の人が地域でいきいきと暮らす姿がこれまでにない非常にユニークである
- ☐ これまでも継続的な取り組みがなされていて、認知症の人がいきいきと暮らす姿を数多く生み出している

③理解を広げる取り組み

認知症の人と支援についての理解を町に広げるユニークな取り組みがなされている。

- ☐ 理解を広げるための直接的取り組みではないが、応募内容自体が認知症の人と支援についての理解を町に広げるインパクトを持っている
- ☐ 理解を町に広げるための取り組み自体に焦点をあてた活動が行われている
- ☐ 理解を町に広げるための取り組みがこれまでにないユニークである
- ☐ これまでも継続的な取り組みがなされていて、理解を町に広げることに大きく貢献している

④他の地域での展開可能性

他の地域でも展開可能な内容や方法であるか

- ☐ 応募した地域だけの特殊な取り組みではなく、他の地域でも展開可能である。

合計点：

今年度の選考要領の作成方針

昨年度をベースにしながら、「認知症を知る１年」が母体となったことを踏まえて、「認知症を知る１年」の趣旨をより明確化した形で、選考のポイントを手直しする。

16年度選考基準	17年度選考基準	新基準の根拠
認知症の人のいきいきとした姿	①新しい認知症ケアと町づくりの実践状況 認知症の人と共に暮らす町をつくるための活動が展開されている。関係者が協働して取り組んでいて、今後将来的に発展が期待されている。	新規 焦点となるテーマ自体を直接選考
新しい認知症ケアの実践状況	②本人が町でいきいきと暮らす姿の実現 認知症の人が地域でいきいきと暮らしている姿の実現が示されている。	継続 町づくりの内実として最も重要な当事者の状況を選考
各役割の人の協力（チーム）	③町の人々がともにいきいきと暮らす姿の実現 町の人々が認知症の人といきいきと暮らしをしている姿の実現が示されている。 →①に吸収 (理由) 内容的には重視したい点であるが、選考しようとする時に①の基準と重なりやすく選考が煩雑なる危険があるため。	新規 関係者自体がいきいきすることでキャンペーンの趣旨の共に暮らす町に近づくという観点にそって選考。持続可能で発展的な活動となるための要素であり、昨年度の選考要件「将来展望」を包含して選考することを意図している。
将来展望	④理解を広げる取り組み 認知症の人と支援についての理解を町に広げるユニークな取り組みがなされている。	新規 「認知症を知る１年」の趣旨を反映した新しい工夫や活動を選考
他地域での展開可能性	⑤他地域での展開可能性 他の地域でも展開可能な内容や方法であるか	継続 「認知症を知る１年」の趣旨を反映した全国各地への普及への貢献性を選考

附：活動経過

年 月 日	主 な イ ベ ン ト	広 報
2005年 4月 1日	キャンペーン告知プレスリリース キャンペーン募集開始	・印刷物：「参加のし おり」「案内チラ シ」
10月31日	応募締切	・ホームページ更新
11月 9日	選考会打合せ（事務局）	
11月11日	選考会準備（事務局）	
11月17日	実行委員会・第1次選考会（住友生命保険相互会社東京本社）	
12月 1日	最終選考会（霞ヶ関東京會館）	
12月 6日	最終選考結果プレスリリース	
2006年 2月 4日	第2回認知症になっても安心して暮らせる町づくり100人会議 （「認知症を知る1年」報告会）、「認知症でもだいじょうぶ」町づくり キャンペーン2005表彰式・地域活動報告会 （九段会館）	・ホームページ選考 結果発表 ・報告会当日用冊子

事務局：

安部 博（住友生命保険相互会社）
 有村瑠美子（認知症介護研究・研修東京センター）
 大上 真一（国際長寿センター）
 工藤 雅雄（認知症介護研究・研修東京センター）
 筑井久美子（認知症介護研究・研修東京センター）
 露口 長（認知症介護研究・研修東京センター）
 中島 謙次（認知症介護研究・研修東京センター）
 中島民恵子（慶應義塾大学大学院）
 永田久美子（認知症介護研究・研修東京センター）
 宮川 元則（住友生命保険相互会社）

「認知症でもだいじょうぶ」町づくりキャンペーン2005 報告書 2006（平成18）年3月

編集：社会福祉法人浴風会 認知症介護研究・研修東京センター内
 「認知症でもだいじょうぶ」町づくりキャンペーン2005 事務局
 〒168-0071 東京都杉並区高井戸西 1-12-1
 電話：03-3334-3073

発行：社会福祉法人浴風会 認知症介護研究・研修東京センター
 〒168-0071 東京都杉並区高井戸西 1-12-1
 電話：03-3334-2173