

沖田裕子さんにお越しいただきました！

おひさまも二年を迎え、参加されている若年性認知症のご本人や介護者の年齢、介護経験も様々です。

毎回の介護者情報交換会では、そんな介護者同士の励まし、先輩介護者からのアドバイス等がたくさん聞こえてきます。それでもまだまだ、症状や生活が変化する中で、幅広い不安や悩みがポロリポロリ…。

そこで、1月のおひさまでは、ゲストとして、若年性認知症支援に力を入れておられる「NPO 法人認知症の人とみんなのサポートセンター」の代表 沖田裕子さんをお招きしました。

今回は、神戸市社協にある認知症対応強化型地域包括支援センターの専門相談員として、介護者情報交換会で悩みや質問に応じていただきましたので、一部紹介したいと思います。

(介) 介護者 (沖) 沖田さん

(介) 特別養護老人ホームってどんなところ？

(沖) 入所先として選ぶ基準は？

(沖) 昔の殺風景な特養のイメージとは、雰囲気も介護の質も変わっている。

(介) 選ぶ基準は、施設の新しいさより「人」。家族の関わり（家族会があるか）等も聞いてみるのが良い。

(介) 主介護者は妻、子どももいるが、どう関わってもらえばよい？

(沖) 主介護者以外の家族の関わりは重要。

まず、子どもの介護参加は「老い」を学ぶチャンスでもある。身体介護を求めるのではなく、イベントやあそびなど、家族として本人と楽しむことをしてもらえると良い。

また、若年性認知症の場合、若くして延命措置や入所について決断しなければいけないケースもある。主介護者が一人で決めるので

はなく、子どもや兄弟、みんなの想いや意見を聞いて決めていくべき。迷ったら何度も相談したらよい。

医療や経済面で、家族だけでは聞きづらい・分かりづらい点があれば、専門職に入ってもらうのもよい。

(介) 本人が独り暮らしの場合、どう支援すればよいか。

(沖) 認知症状が軽い時期からヘルパー等に来てもらい、生活の様子や変化を確認することが大事。自分が進行しているか分からないことが不安にもつながる。

(介) 本人はまだ要介護1で出来ることもあるが、介護者の身体状況から、入所を考えるように言われたのだが…。

(沖) 介護サービスだけでなく、本人の友人や、同じ趣味を持った人のサポートを受けて在宅を続けている人もいます。

また、初期のアルツハイマー型認知症と診断された中にも、他の病気が要因の場合もあるので身体状態や経過をみての支援が必要。

(介) 薬を飲み始めてから、身体の傾きや、興奮があるように思う。副作用なのか？

(沖) 傾きや興奮は薬の副作用だけではない。漢方が合わず興奮する方もいるので、その場合は医師に相談してみるとよい。

(介) 傾きはマッサージ等で治る場合も多い。リハビリや、訪問マッサージ、整骨院などもよい。

(沖) うちの妻は、理学療法士の勧めで枕を変えたら傾きが治った。



自宅でできるマッサージとして「金魚運動」を実演！寝転んでいる人の両足を持って左右にぶらぶら。同様に両手をもつてぶらぶら。気持ちいい〜。

※腰に負担がかからないよう注意してください。



(介) すごく興奮していた時期があったのに、服薬調整で穏やかで対応しやすい状態になった。

本人にとっては良いのだろうか…？

(沖) 介護者との共同生活を送る中で落ち着いていくことは良いのではないかと。服薬調整だけでなく、落ち着かない時期に、支援者も対応を考え、行動を制限しない時期があったことが、「受け入れられている」という気持ちになり落ち着いたのかもしれない。

…等々。限られた時間の中でしたが、専門的な事からワンポイントアドバイスまで、ご自分の認知症支援の経験や、介護者としての経験や想いから、具体的にお答えいただきました。情報交換会終了後も、茶話会に同席して下さり、個別の相談を受けて下さっていました。参加者、スタッフともによりご意見が聞けたと思います。

素敵なポスターができました♪

皆さんこんにちは、遠矢美緒です。(写真左)

「おひさま」のポスターを作ろうと、昨年十月の芋掘りツアーに同行させていただきました。



平成 24 年 10 月 20 日 (土) 芋掘りツアーにてかけました。

当日はたくさん写真撮らせていただき、本当にありがとうございました。後日皆さんの写真を一枚一枚確認しながら、誰かを思って生きていく…っていったいどんなことだろう…と思いつめがせました。

今回ポスターに登場していただいたご夫婦とは、私自身年齢が近いこともあり、お二人を包むやわらかな空気がどんな風に育まれたものなのか、その物語までお聞きしたいと思いました。

私は日頃デザイナーとして働いていますが、誰かに何かを伝えようとする時、個人的な物語ほど強いものはないと思っています。

数字やデザインは注意を引いても胸を打つことはありません。

ご協力いただいたご夫婦の物語と笑顔は、若年性認知症への理解を促すと同時に、誰かと一緒に

生きていくことの意味を、もう一度私たちに問いかけてくれるように思います。

「ふたりの物語」

芋掘りツアーの日、車中で写したお二人です。



若年性認知症を知っていますか。

爽快♪いい汗流しています！

交流会立ち上げ当初から、ご本人の活動プログラムとして、ぜひ実践したいと考えていた地域清掃活動をついに始めることができました。

ゴミ拾い用のトンゴと軍手を用意して、いつでも準備は万端なのに、お天気は雨ばかり…。中止が続いた清掃活動でしたが、おひさま誕生二周年を迎えた昨年十二月、ついについて、トンゴ片手に近隣の清掃に出かけることができました。皆さん、本当に一生懸命ゴミ拾いに取り組みれています。

熱中しすぎて道路に出てしまいうるようになることもあり注意が必要ですが、「楽しみ」として行う他のプログラムとは違った「役割を持つ」ことの大切さに改めて気づくことのできる有意義な活動です。

今後、定番の活動として継続的に取り組みながら、他にもご本人のやる気や身体機能を活かせる活動を発見し、積極的に取り入れていきたいと考えています。

＜清掃活動の様子＞

皆さん、とっても熱心です。



＜若年性認知症交流会おひさま お問い合わせ先＞
神戸市社会福祉協議会 福祉事業2課
〒651-0086
神戸市中央区磯上通3丁目1-32
こうべ市民福祉交流センター4階
電話:078(271)-5316 FAX:078(271)-5366
E-mail: zaitaku@with-kobe.or.jp
URL: http://www.with-kobe.or.jp