

認知症になっても安心して暮らせる街づくりのために

～その3『本人と家族の気持ちを知ることからはじめ、そして理解を深めて』

認知症のひとと家族の会 全国本部副理事・神奈川県支部代表
杉山孝博氏インタビュー～



テレビや新聞で「認知症」という言葉が取り上げられない日は無いほどに「認知症」という言葉は広まりました。そうかと言って、認知症のある方とご家族の苦労や悩みを周りにいる人たちが、きちんと理解しているというにはまだ隔たりがあるようです。今回は、もう30年も前から認知症の本人と家族を支えてきた「認知症のひとと家族の会」(※1)の杉山孝博先生にインタビューを行ってきました。

Q1 認知症の方と家族の方が強く要望されていることをそれぞれお聞かせ下さい

A1 認知症の本人と家族の気持ちを理解してほしいということです。いくら介護保険制度が進みサービスが整備されても、まず当事者の方の気持ちを理解しないことには、認知症の本人と家族を支えることは難しいのです。ですから、本人家族が安心して暮らせる街づくりをすすめる上では①地域の理解を深める活動②フォーマルな介護保険等の制度サービスの整備の二つが重要な働きをします。

＜①地域の理解を深めるとは＞

地域に理解され受け入れられるには、認知症の特性を理解してもらうことも大切です。私が、掲げているものに「認知症をよく理解するための9大法則・1原則」(※2)というものがあります。ひとつだけ例にとってお伝えします。「第2法則・症状の出現強度に関する法則」というものがあります。これは、認知症の症状は相手が身近な人であればあるほど強く出るというものです。例えば、認知症の一人暮らしの高齢者がいたとします。身の回りのことが上手に出来なくなる中で、民生委員さんが熱心に世話をしている。しかし、認知症状の進行によって一生懸命世話を焼いてくださっている民生委員さんに対して「物を取られた」「お金を取られた」と思うようになり、隣近所の人に吹聴しはじめる、というようなケースがありますが、これは、民生委員さんがまさしく一番身近な方になっているからこそ、その民生員さんに対して強く認知症状がでているのだと言えます。このとき、大切なことは、この法則を理解して、無用な誤解を招かないように、本人の認知症の理解と共に一番身近に関わっている民生委員さんの状況も理解してみんなが関わることです。このように地域の一人ひとりの方の理解が深まっていくことが、認知症の方が暮らしやすい街につながるのだと思います。

＜②制度サービスの整備＞

要望書(※3)にもある通りですが、介護保険制度を良いものに変えていけるように皆さんに賛同してもらいたいと思っています。そもそも制度は、本人、家族にとって利用しやすいものであるはずですが。そのために認知症のひとと家族の会では、国や厚生労働省に長年問題提起をして働きかけ続けています。

※1 認知症の本人と家族の会 神奈川県支部……認知症の本人と家族の会は、1980年1月に京都府で行われた全国大会で発足し、その翌年1981年4月に神奈川県支部は発足する。そして今日にいたるまでその活動を続けている。

■公益社団法人 認知症のひとと家族の会 神奈川県支部 ■住所 川崎市幸区南幸町 1-31 グレース川崎203
■Tel/Fax 044-522-6801 事務所開設日 月・水・金 10:00～16:00 電話相談 月～土 10:00～16:00
■認知症コールセンター 044-543-6078 045-662-7833 ■ホームページ <http://www.alzheimer.or.jp/>

※2 認知症をよく理解するための9大法則・1原則……認知症の理解と上手な対応が可能になる9つの法則は次のとおり、第1法則：記憶障害に関する法則、第2法則：症状の出現

Q2

認知症の初期に、本人もご家族も大変混乱される状況にあります。その際手助けになることとしてどのような事を望まれていますか？

A2

すぐに安心して相談ができる場所が身近にあってほしいと思っています。認知症の人と家族の会では、①認知症コールセンター②本人と家族のつどい③若年性認知症の本人と家族のつどい、を行っています。また、身近な地域には地域包括支援センターや保健所などの窓口もあります。このような機会や場所を上手に活用してもらいたいと思います。認知症の初期で混乱されている本人やご家族に伝えたいメッセージは「一人で悩まないでください」ということです。ちょっと勇気を出して、相談してみると状況が変わってくるはずですよ。

A3

特定の誰かではなく、みんなが理解する事が大切だと思っています。現在、対象を特定しない認知症サポーター100万人キャラバン（※4）という普及啓発の大きなキャンペーンが行われています。さらに、もう一段深めた普及啓発として、認知症の人と家族の会が行っているような本人と家族の体験を生で聴ける講座や機会が大切になります。最近では、地域ケアプラザや保健所など小さな地域でも普及啓発のための講座が企画されており、会への講師依頼が増えています。もちろん、神奈川県支部でも依頼を頂ければ協力します。講師のできる会員も以前より増え、数十名の家族会のメンバーが地域で話すことができるようになっています。

Q3

認知症の理解を地域に広める為に、様々な方（地域一般の方、小中高生、自治会町内会、専門職など）へ働きかけが必要だと思いますが、特にどこに力を入れていますか？

Q4 地域包括支援センターに望まれる事はありますか？

A4

はい、大きく3つあります。まずは、最前線で頑張してほしいと思っています。そして、本人と家族の生の声を専門職の方にもっと聴いてほしいと思っています。最後に既存の制度やサービスが整備されていないような相談を受けた時に、あきらめないでほしいということです。まず、話をきいて、「自分だったら……」と相談者の気持ちになって共感してほしい。その上で、ご自身の立場にもどって何ができるか考え行動してほしいと思っています。私のいる川崎幸クリニックでは、患者の方の要望から、夕方診療の開始や訪問診療を始めた経緯があります。また、認知症の人と家族の会では、本人家族の要望から、若年性認知症の人と家族のつどいを始めた経緯があります。必要とされるものを、あきらめないで考えて生み出してほしいと思っています。

先生からお話を伺って、地域一人ひとりの理解や生の声を聴くことの大切さ、また現場で働く職員として、あきらめずに取り組むことの大切さを改めて実感いたしました。桂台ケアプラザもこの地域が認知症の人と家族にとってより良い地域になっていってもらえるように粘り強く取り組んでいきたいと思っています。

強度に関する法則、第3法則：自己有利の法則、第4法則：まだら症状の法則、第5法則：感情残像の法則、第6法則：こだわりの法則、第7法則：作用・反作用の法則、第8法則：認知症症状の了解可能性に関する法則、第9法則：衰弱の進行に関する法則、上記に加えて、介護に関する原則がある。

※3 認知症の人と家族も安心して暮らせるための要望書 公益社団法人認知症の人と家族の会が、2011年4月13日に厚生労働大臣宛に提出した要望書。

※2、※3は認知症の人と家族の会ホームページに詳細があります。

※4 認知症サポーター100万人キャラバン……認知症の人と家族への応援者である認知症サポーターの100万人養成を目指し、認知症になっても安心して暮らせるまちを目指すもの。平成23年3月31日現在で、250万人を超えた。

続・担い手の発掘について考える

10月号で～思索の秋に「担い手の発掘について」考える～という特集を組みましたが、少なからずご反響をいただきました。そして、第2回地域福祉保健計画推進部会でも「担い手の発掘」が議題に上り、私たちの企画した「豊かな老後のための講座」からボランティア活動をしたい！ という方も生まれました。そこで、「続・担い手の発掘について考える」として二つのエピソードを送ります。

まずは、第2回地域福祉保健計画推進会議からナルホドと感心した事をご紹介します。テーマは、ズバリ人材育成と世代交代です。会議の中で「地域活動に引退はない、それゆえに世代交代が進まない」という問題点を指摘された方がいらっしゃいました。世代交代は、新しい担い手を発掘するには大事な視点ですが、まだまだ活動できるのに任期だけで区切るにはもったいない気もします。すると、その解決策として「今や地域に解決すべき課題はたくさんある。よって自治会の役員など地域の課題にふれる体験をした後は、受け皿を用意しOBやOGとしてその活動を後押しする役割を行えば良いのでは？」という建設的な意見が提案されました。人のつながりを大事にしながらそのつながりを増やしていくことの大切さを改めて気付かされました。

もうひとつ、平成23年度の「豊かな老後のための講座」堀池喜一郎氏のお話をご紹介します。



…退職後のセカンドライフは働かなくてもいいと勘違いしている人が多い。それは間違い！ 現在の超高齢者社会の取り組み方を現役世代に任せてばかりではダメ！ 高齢者のことは高齢者でないと分からない。だからセカンドライフは地域で仕事をし、生涯現役を目指すアクティブシニアになって暮らそう！ というのがその趣旨。昨今、世間にはワーキング・プアが溢れているが、シニアの皆さんはノン・ワーキング・リッチ＝地域の埋蔵金である。地域に役立つ活動をすれば、元気が維持でき、ボケも防げる。そして信頼を受けて働くためには、生きがい、やりがい、ナイスガイの3ガイ主義が重要と説かれていました。お話の中で特に強調されていたのは、「仕事は出来るだけ有償で受ける」少しでもお金を頂けば「お金を取って、その程度なの」と非難されないように努力する。責任ある仕事から緊張感が生まれる。

みなさんが納得できる貴重なお話でした。そうしましたら、その日の夜に受講者の一人から早速お電話がありました。開口一番「園芸関係のグループを立ち上げてみたいのですが…」とのこと。お話を伺い、ケアプラザでも次年度、花壇を整備する予定があるので、もしかしたら一緒に何かできるかも？ と話が盛り上がりました。その後も講座終了後、ボランティア活動に参加したいという方がチラホラお話を下さっています。やはり、やりたいことをやってみようという気持ちが動く事が原動力になるのだと改めて感じた次第です。これからもさまざまな情報や企画を発信しますので、ぜひ地域活動への参加を皆さまよろしくお願います。