

# オレンジ色に輝いた あのリングを 覚えていますか



なんとかできないかと  
思っていた

平成20年11月、広報おおづ11月号に特集「認知症 あなたの力になりたくて…」を掲載しました。この特集は掲載後に「資料として使いたい」や「送ってほしい」など県内外からの声があり、反響の多かった記事でした。その中で告知した「第一回認知症サポーター養成講座」は、60人以上の申し込みがありました。これは、多くの町民の皆さんが、認知症に関心を持ち、何かの力になりたいと思っていた証ではないでしょうか。

## あれから1年

あれから、1年以上の月日が過ぎ、認知症サポーター講座は、さまざまなところで行われました。サポーターの目標を2,300人に掲げ、現在は1,300人を超えるサポーターが大津町に誕生しています。大津町にある1,300個以上のオレンジリングは今でも輝いています。この町で認知症の人たちが生きていくために、オレンジリングの数は足りているのでしょうか。



## ケアマネが語る、認知症を語る

### — ケアマネジャー座談会 —

ケアマネジャーは、いつも認知症にかかわる人たちのことを考え、そして支援しています。しかし、ケアマネジャーが見守る時間も限られています。そのような状況だからこそ、ケアマネの皆さんが認知症サポーターに寄せる期待は大きいのです。そんな思いをケアマネに語ってもらいました。

## 社会の変化

それでも地域で支えていきたい

【赤野】 昔は、地域で生活している人は、認知症の人の徘徊があっても、地域の人がある人を知っているもので、自宅まで連れて帰ってきてくれました。現在はそうはいかない地域も多くなっています。認知症についての理解が深まれば、自分でできることが分かってくるので、対応が違ってくると思います。

【土屋】 地域の認知症についての理解がまだまだ浸透していないと思います。わたしたちが訪問するのは月1、2回なのですが、それ以外の期間に病気の症状が進んでいることは結構あるんですね。限られた時間のなかで情報が素早く届く手段が必要だと思います。

【塩井】 介護で悩んでいる家族の話を聞いていると、もともと家族へのサポートがあれば良いと思うんです。家族をサポートしてあげることによって認知症の人

暮らせるのではないかと思います。

【迫】 認知症は、アルツハイマー型など症状もさまざまなので、その人にあつた説明ができるようにケアマネジャーも勉強が必要だと思います。自分の妻や夫が認知症になったときは受け入れることが難しいし、精神病院の名前をだすとしても抵抗がありますが、そこから一番苦労しますが、家族に理解してほしいと思っています。

【富田】 介護医療型施設で10年間やってきましたが、認知症の診断を正式に受けた人の比率が増えたと思います。これは、医師との連携ができてきていることの現れだと思っています。以前は老人性痴呆と一言でまとめられていたが、実際にはいろんな症状の人がいたと思うんです。専門的治療が進んできたことはよいことだが、それはあくまで医療の分野なんです。介護や認知症に対するリハビリが医療にもっと追いつかなければならないと思っています。

からだの筋肉を運動で保つことと同じように、人間の脳は、簡単なトレーニング（訓練）を適度に行うことで、認知症への不安から私たちを遠ざけることができます。

脳を健康に保つ3つの秘訣は、「簡単な計算」と「読み書き」を生活の習慣にする、「人との会話、対話を心がける」「手先を使う生活を習慣にする」ことなのです。

今年度、町では「いきいき脳トレ健康教室」を開催しています。7月から12月までの全部で24回の教室です。参加者が、60歳代が2人、70歳代が13人、80歳代が7人、90歳代が1人の計23人で、脳のトレーニングに取り組んでいます。

## 参加者の声



永谷孝子さん(室)

還暦を迎えて頭をよぎったのが「もし認知症になったら…」と思う不安でした。生きている限り健康でいたいと思っている私。脳トレに参加し、多くの人と交わり、楽しく学べました。この脳トレを日常に生かし、良い年齢を重ねていきたいと思っています。



三島 艶子さん(大津) 坂田トモ子さん(大津)

わたしたちは、姉妹で脳トレに参加しています。姉と同じ町内に住んでいながら、なかなか会う機会が少なかったため、会って話すことができるのがうれしいです。次が待ち遠しく、1週間が早く感じます。宿題もあり、毎日勉強する習慣ができました。

認知症を予防することも一つのサポートです。脳のトレーニングで頭を使い、コミュニケーションの楽しさを再確認する生徒たちの笑顔が印象的でした。

Brain Training

# 脳トレ



【中山】 今は、認知症が病気だという認識が広まってきたので、差別的な見方が少しずつ変わってきました。みんなであれば、地域で支えることはできると思っています。

## 壁 悩むからこそ生まれる

【竹中】 わたしは、認知症の人に対して壁にぶつかっただけです。ケアマネジャーは事業所と利用者の中立的な立場にいます。しかし認知症の人を介護している家族に対して、利用者や家族の間で、中立にという言葉に対して限界を感じるときがあります。

認知症の人は判断力が低下しているから当然十分な判断ができない。その環境の中で、家族だけの話を聞いてお手伝いをするのがはたして正解なのかと思うときがあるんです。

【富田】 2年ほど認知症のおばと暮らしたんですが、本人はいつも怒られて



つつし山荘 赤野 久美さん

大津町社会福祉協議会 竹中 浩八さん

グループホーム灰塚 塩井 美樹子さん