

かつらぎ

2018年 6月



特集

認知症家族の会



認知症サポーターの証
オレンジリング

支え合い
助け合い活動

認知症 家族の会

ともに悩み、
ともに喜び、
情報を交換し
共有します

認知症家族の会

認知症介護を行っている熊谷眞さんが「認知症介護で困っている人は多いはず。家族が必要なのでは。」という思いから、担当医や町の保健師に相談し、協力を得ながら、約3年前に「認知症介護を行っている家族を支える講演会」を開催しました。この講演会をきっかけに家族交流会が始まりました。気楽な交流を通じ、介護から生じるストレス軽減のため、思いを話し合いながら介護の相談や情報交換を行っています。

この会には、認知症介護を行っている家族をはじめ、アドバイザーとして、町役場（健康推進課）や町地域包括支援センター、福祉・介護事業所の職員など、いろんな立場の方が参加していることから、家族で認知症介護をすることのつらさやしんどさを共感し、アドバイスし合える貴重な場となっています。



地域包括
支援センター



町役場
(健康推進課)



認知症家族の会



福祉・介護
事業所



認知症介護の家族

★専門職の思い

愛光園グループホーム

管理者 前田 眞吾 さん
まえだ しんご

(認知症初期集中支援チーム員)



この会に参加し、認知症の方をケアされている家族の悩みや心情を聞き、新たな気づきが多く、私も勉強させていただいています。その中で自分が得た経験や知識が少しでも、家族での認知症介護に役立てていただけるのであればと思います。参加させていただいています。

★会員さんの思い

谷口 裕喜子 さん
たにぐち ゆきこ

「家族の会」の1回目から参加しています。河内長野市「家族の会」代表から話を聞かせてもらってから毎月1回、家族の人との意見交換や悩みごとの相談を中心に行っています。

(P3へ続く)

介護の苦勞を聞いてもらうことで、 また、聞くことで心が軽くなります



認知症家族の会

代表 くまたに 熊谷 しん 眞 さん

認知症家族の会は、定期的に月1回の会合を開き、介護で苦勞した出来事や困った事の相談、認知症の最新情報の勉強などを行っています。

会合では、脳神経外科医の先生・他府県の認知症の会の会長さん・初期の認知症と認定されたが、訓練で症状が回復されている方など、たくさんの方をお招きして話を聞かせていただいております。

また、アドバイザーとして、保健師さん・認知症の方が利用している施設の職員さん・ケアマネージャーさん・地域包括支援センター職員さんにも参加していただいています。

私がこの会で学んだ事は多くありますが、一つ目は「妻の病気が

将来どのように進むのか？」という事と、だんだんと子どもに帰って行く事がわかり、今後の対応の心構えが出来ました。

二つ目は介護の仕方です。例えば、説得は通じない。いくら道理を話しても理解してもらえない。通じないという事です。また、怒っては駄目。認知症の方は怒られた内容は忘れるが、怒られた事は記憶に残っており、それが悪影響を招きます。パニック時の対応は気持ちを他の方向に向けるなどです。

介護をしていると毎日がストレスの連続です。この会で苦勞した事の話聞いてもらい、わかってもらう事で、多くのストレスが解消出来ました。また、会員の苦勞話を聞いてみると、私と同じだなあと思ひ、心が軽くなります。

認知症の家族をかかえ、日頃苦勞している「思い」を話し合ってみませんか。どうぞ気軽に参加してください。のぞいてくれるだけでも結構です。

認知症家族の会

日時 毎月第3木曜日 13時〜15時
場所 町地域福祉センター2階

同じ悩みを聞き「しんどいのは自分だけではない。」と力づけられ、元気をもらえる会です。同じ悩みを持つておられる方、ぜひ参加して、有意義な時間を過ごしてみませんか。



さかもと 阪本 みさこ 美佐子 さん

4年前に定年退職して「さあ、これから・・・。」と思う間もなく、母が認知症にかかっていることがわかり、気持ちが真つ暗になりました。その暗闇に光をあててくれたのは「家族の会」の存在でした。母が認知症になったことも運命なら、私にとってこの会に出会えたことも運命で、来るたびに疲れた心を救っていたいただきました。そこには、自分の不安や疑問を言葉にすると、答えてくれる仲間がいました。同じように苦しいはずなのに「こうしたらいいかも」と手をさしのべていただけることに、どれだけ救われたかわかりません。介護する人が「体」も「心」も元気でいての介護なのです。

認知症サポーターとしてできること

『認知症』 まずは正しく

理解するところから

「認知症」という病気の名前は広く周知されるようになりましたが、認知症とはどういうものか、正しく理解されている方が少ないように感じます。

認知症は、何かの病気によって脳の神経細胞が壊れるために起こる症状や状態をいいます。「加齢によるもの忘れ」と「認知症によるもの忘れ」の違いを説明する中で出てくるのが「昨日の夕食に何を食べたか」です。何を食べたか忘れてしまうのは普通にあることです。認知症によるもの忘れは「食べた」ということ全体を忘れるということ。認知症にはいくつもの種類があります。例えばアルツハイマー型認知症だと、初期から記憶障害が現れます。それは記憶を管理する脳の海馬^{かいは}という部位から委縮が起るからです。今日の日にちが分からない、ゴミ出しの曜日が分からないといった

形で現れることがあります。

また、レビー小体型認知症では、アルツハイマー型認知症と異なり、記憶障害が最も目立つ症状とならず、ないものが見えたり、見間違いが多くなったりします。それは視覚を管理する脳の後頭葉という部位が障害となるからです。道に迷う、車間距離を誤認するといった形で現れることがあります。このような認知症の種類別にみる原因や症状の違いといった認知症全般の知識まで正しく理解されていないのが認知症の現状なのです。



■認知症の方からの「アピール」

私たちは認知症の方が何を考え、何を望んでいるかを知ること。あるいは、知ろうとすることが重要です。2006年10月、日本では

じめて認知症の方による「本人会議」が開かれ、2007年2月には若年性認知症サミットが開催されました。その時の「アピール」内容は、いずれも人として当たり前のことでした。当たり前前^{まへ}の願いや権利を「アピール」として提議しなければならぬ状態に認知症の方は置かれているということ。私たちはこのような現実を真摯^{しんし}に受け止め、日々の生活の中で応えていくことが求められています。できないところばかりを見て決めつけるのではなく、本人の立場に沿って日常見られる様々なサインに敏感になることで、本人の思いや意思をかなり読みとれるようになるものです。



地域包括支援センター
保健師
しんごく 新極
きみこ 公子

「認知症になったら介護を受ける人の世話にならなければ生きていけない。だから、自分の意思とは関係のないところで暮らしがつけられていってしまう」

もし、このような思いを抱いているとしたら、認知症をとりまく歴史による古いイメージです。また、認知症の人が記憶障害や認知障害から不安に陥り、結果まわりの人との関係が損なわれることがしばしば見られ、家族が疲れ切つて共倒れになってしまふことも少なくありません。周囲の方々の理解と気遣いがあれば穏やかに生活していくことが可能になります。

かつらぎ町では「ともに助け合い安心して暮らせるまちづくり」を目指しています。認知症になっても自分らしく暮らすためには、本人・家族の心情の理解、認知症という脳の病気についての正しい知識を持つことが大切になります。

認知症サポーター養成講座

～出前講座受付中～



「認知症」は誰にでも起こりうる脳の病気です。
85歳以上になると4人のうち1人に認知症の症状があるといわれています。
認知症を本人や家族だけの問題とせず、地域社会全体の問題と考え、皆さんに認知症の方のよき理解者・支援者となっていただくため「認知症サポーター養成講座」を開催しています。

この講座を受けた人が認知症サポーターとなります。認知症サポーターは、何か特別なことをする人ではありません。認知症について正しく理解し、認知症の人やその家族をあたたかく見守り、応援する人のことを言います。

認知症になっても安心して暮らせる町づくりのためにぜひ、あなたの地域や職場でも開催してみませんか！

認知症サポーターキャラバン
PR用ロゴマーク「ロバ隊長」

※ロバのように、急がず
一步一步着実に進んで
行くという意味です。

講座内容

申し込みがあった団体などに講師を派遣して、認知症についての正しい知識と接し方を学んでいただきます。

認知症とは？ 治療方法は？ 認知症の方への接し方は？ 認知症の予防方法は？ などについて一緒に考えてみませんか！



申込対象

町内会・サークル・企業・学校などの各種団体、また、家族・友人・近所同士でも可能です。2名から3名でも開催できます。参加人数の制限はありません。

- 講座時間は、60分から90分です。（時間については調整可能）
- キャラバンメイト（認知症サポーター講師役）が出向きます。
*費用はかかりません。テキストなどはこちらで用意します。

問い合わせ・申込先

かつらぎ町地域包括支援センター
かつらぎ町丁ノ町2338-2（地域福祉センター内）
TEL：0736-22-2322



受講者には、認知症サポーターの証としてオレンジリングがもらえます



①



②

4月の活動報告

- ① つくしの会と地域福祉センターデイサービス交流 (11日)
年に一回この時期に舞踊で交流を図っています。
- ② 点字サークルあすなろ (24日)
福祉かつらぎ4月号から活動日を早め、視覚障がいの方にも発行日に届くように活動しています。
- ③④ 町老人福祉大会 (26日 総合文化会館)
- ⑤ 式典の後の公演では、宮本 静さんの歌謡ショーが行われ、ショーの合間には、町老連役員の寸劇で笑いも誘い、会場は大いに盛り上がりました。
- ⑥ 町更生保護女性会総会・研修会 (27日)
研修会では、高齢者の犯罪が増加していることから、子どもだけでなく、高齢者の見守り活動を考えようと、認知症の方との接し方を学びました。



③



⑥



⑤



④

善意のご寄付

(4月1日～30日 敬称略)

次の方々から社会福祉協議会へ善意の寄付をいただきました。寄付金は、広く地域福祉活動の推進に役立てさせていただきます。

◆遺志として

東山 豊	亡父 友一	中飯降
北村 義彦	亡父 守	中飯降
宇野 朝治	亡母 千恵	星山
辻岡 司郎	亡妻 照美	笠田東
田中 和美	亡父 忠雄	柏木
市川 晴茂	亡父 一夫	大谷
林辻 清行	亡母 相子	平
佐古 美恵子	亡母 昭子	花園梁瀬
山本 美津代	亡夫 好幸	大谷
二井土 由往	亡母 綾子	教良寺
野木 寿彦	亡母 美千代	広口
南垣内 智宏	亡母 鈴子	下天野
清水 美晴	亡父 和尚	東洪田
下林 開吾	亡母 みさき	柏木
南口 勝彦	亡母 松浦キミヨ	東洪田
金田 幸三	亡母 美代子	佐野
西浦 秀男	亡母 壽美	花園梁瀬
森岡 重孝	亡母 静枝	三谷
中井 資子	亡夫 洋三	丁ノ町

ありがとうございます

ありがとう

(4月1日～30日 敬称略)

★使用済切手、未使用ハガキ、書き損じハガキなど収集に協力いただいた方

正木 綾子、澤田 典郎
高木 道雄、藤岡 稔忠
野口 修造、南出 香予子
匿名 3件
日進化学株和歌山工場
白ゆりグループ
ボーイスカウト伊都第3団
子育て支援センター
見好公民館



★デイサービス(本所・花園支所)に食材料をいただいた方

里神 賢幸 (わらび・たけのこ)
匿名 (たけのこ)
匿名 (しいたけ)



★配食(本所)に食材料をいただいた方

匿名 (たけのこ・きのめ・しいたけ)
匿名 (たけのこ)

町老人クラブ連合会会長表彰

おめでとう
ございます

(4/26 町老人福祉大会にて)



★模範老人

わだ	ふくこ	はやし	ひろこ	うえだ	ひろみ	ながい	ようこ
和田	富久子	林	弘子	上田	弘美	永井	洋子
むらおか	よしゆき	くりやま	はなこ	なかむら	まさお	おおこし	のぼる
村岡	佳志	栗山	花子	中村	政雄	大越	昇
しもむら	つやこ	もり	かよこ	おかざき	じゅんこ	たにぐち	きつき
下村	ツヤ子	森	賀代子	岡崎	淳子	谷口	臯月

(順不同・敬称略)

困ったときは、気軽に相談しよう!!

認知症相談

6月4日(月)・18日(月)

受付 13時～15時(先着順)
場所 町地域福祉センター2階
問合せ 町地域包括支援センター
☎ 0736-22-2322
(当日電話相談できます)



心配ごと相談・無料法律相談

6月11日(月)・25日(月)

受付 13時30分～15時30分(先着順)
※相談時間は16時まで
場所 町地域福祉センター2階
問合せ 町社会福祉協議会 相談支援係
☎ 0736-22-4311

社会福祉協議会・福祉団体

地域のボランティア活動

1	金	友愛電話(笠田東第一、笠田東第二、佐野、大谷、三谷、東浜田、西浜田、中央部、四邑、志賀、天野、新城) 手話サークル夢(13:30~15:00) 特設人権相談(受付13:00~15:00・相談13:30~15:30)	
2	土		毎週月曜日・火曜日 よりみち 居場所(寄楽13:30~15:30)
3	日		
4	月	認知症相談(13:00~15:00) MOAあじさいの会とデイサービス交流(14:00~15:00)	
5	火		
6	水	配食サービス(本所)は、食中毒予防のため、6月から9月まで休止させていただきます。	伊都手のひら(丁ノ町地域交流センター)19:30~21:00 よりみち家族会(居場所寄楽)19:00~21:00 手話サザエさん(笠田ふるさと交流館)19:30~21:00 伴走「走破」(かつらぎ公園グラウンド)20:00~21:00 妙寺駅マルシェ歌声喫茶(妙寺駅舎)14:00~16:00
7	木		
8	金	友愛電話(丁ノ町、新田、妙寺、中飯降、短野、高田、笠田西部、笠田中、真和、四郷第一、四郷第二) 朗読山びこ(9:00~16:00)	
9	土		
10	日		
11	月	心配ごと相談・無料法律相談(13:30~15:30)	
12	火	布のおもちゃ(13:30~16:00)	
13	水	喫茶あいあいとデイサービス交流(14:00~15:00)	幸の会西(妙6集会所)13:00~15:00 伴走「走破」(かつらぎ公園グラウンド)20:00~21:00
14	木		
15	金	手話サークル夢(13:30~15:00)	
16	土		
17	日		
18	月	認知症相談(13:00~15:00)	
19	火	布のおもちゃ(13:30~16:00)	
20	水		三ツ葉会(丁ノ町地域交流センター)13:30~15:00 伊都手のひら(丁ノ町地域交流センター)19:30~21:00 手話サザエさん(笠田ふるさと交流館)19:30~21:00 伴走「走破」(かつらぎ公園グラウンド)20:00~21:00 妙寺駅マルシェ歌声喫茶(妙寺駅舎)14:00~16:00
21	木	町老連「健康づくり講座」(13:30~15:30) 認知症家族の会(13:00~15:00)	
22	金	花輪の会(歌)とデイサービス交流(14:00~15:00)	
23	土		
24	日		
25	月	心配ごと相談・無料法律相談(13:30~15:30)	
26	火		
27	水	Dot.K/パソコン勉強会(13:30~16:00)	こーちゃんとほっこりシスターズ (和福社会)10:00~11:00 伴走「走破」(かつらぎ公園グラウンド)20:00~21:00 妙寺駅マルシェ歌声喫茶(妙寺駅舎)14:00~16:00
28	木	点字サークルあすなろ(13:00~15:00)	
29	金		
30	土		

★実施場所の掲載がない所は、**地域福祉センター**です。

★8月号に掲載を希望するグループは6月29日(金)までにお知らせください。

