

認知症のこと、じっくりと。

オレンジカフェ ☕ 「家族相談室」オープン



自身の介護経験や考えをもとに、相談者の話に応える坂本勝也さん

認知症について、誰もが気軽に集い、お茶を片手におしゃべりできる「オレンジカフェ」に、認知症の人の介護で悩む家族などがじっくり相談できる「家族相談室」が新たに設けられました。普段のカフェルームとは別室で、落ち着いて会話ができます。

認

知症は何らかの病気によって脳の神経細胞が壊れるために起こる病状や状態の総称です。脳神経が委縮する「アルツハイマー型認知症」や、脳の血管が詰まり一部の細胞が死んでしまう「脳血管性認知症」が代表的な例で、正常に働いていた脳の機能が低下し、記憶や思考へ影響を与えます。

厚生労働省によると、65歳以上70歳未満の有病率は1・5%、以後5歳ごとに倍増し、85歳では27%に達するとされ、高齢社会の日本で今後ますます重要な問題になることが明らかとされています。

「家族相談室」オープン

認知症の人が記憶障害や認知障害から不安に陥り、その結果、周囲との関係が損なわれてしまうことがあります。そうならないためにも、地域で支え合い、誰もが正しい知識を持って認知症の人やその家族を支える手立てを知ることが必要です。

そうした地域活動の主体がボランティアグループ「認知症とともに生きるオレンジの会」。同会は、認知症の人やその家族、介護に携わる人、



坂本 勝也 さん
(椿在住・72歳)

フリーのカメラマンを経験し、土木建築現場の監督業務などを経て定年退職。5年前に本市へ移り住む。妻のK子さんと2人暮らし。愛猫は保護猫の「うさ丸」。

地域に住む人たちが気軽に集い、意見交換や情報交換ができる場として、毎月「オレンジカフェ」を開いています。体操や歌も楽しめて好評の

オレンジカフェに今年4月、認知症の人の介護で悩んでいる家族などがじっくりと相談できる「家族相談室」が設けられました。

この家族相談室で参加者の声に耳を傾けるのが、自身も認知症の妻の介護を続ける坂本勝也さんです。

妻が認知症に

坂本さんの妻・K子さん(仮名)が初老期認知症の代表的な疾患「ピック病」の診断を受けたのは約10年前。坂本さんは、「家のこともお金

オレンジカフェは 第3金曜日オープン

オレンジカフェを開催するオレンジの会の皆さん



の管理も、全て妻に任せていました。その妻が次第に、これまで当たり前でできていたことができなくなり、言動も変わってきたんです。最初は

『性格が変わったのかな』程度に思っていたんですが、幻聴や幻覚の症状も表れました」と振り返り、「当時は都内に住んでいて、近隣の介護施設を回ったけれど、要介護4でしかもピック病、なかなか取り合ってくれる施設がありませんでした」と明かしてくれました。

認知症の人の介護経験がある人、これからのように対応していけばいいのか悩んでいる人、参加して体験をお話してみませんか。気軽にお越しください。

開催日 ▶毎月第3金曜日 10時～11時30分
開催場所 ▶市民ふれあいセンター
※参加費100円をご負担ください。

「連絡を受けて妻を引き取りに警察署を訪れた際、立ち会った市担当課の職員から『お手伝いしましょうか』と声を掛けられました。その後相談を重ねるうち、ケアマネジャーの調整からデイサービスの利用まで、今までの悩みがどんどん解決の方向に向かっていきました」。坂本さんは当時の心境を「先が真っ暗、霧がかかったような状態だったのが、一気に晴れ渡ったよう」と表現します。

その後本市への移住を決意した坂本さんは、資産を売り払い、翌年夏には中古物件をリフォームした新居でK子さんとの生活を再スタートしました。

経験のさわりを伝える

坂本さんは、食事を作り、食べさせ、便の世話をするのが「介護の出発点」と説きます。「『やってあげる』という気持ちではなく、見返りを求めないことが大事かもし

れないです」と話し、「若い頃何も言わずに支えてくれた妻には感謝しかありませんから」と遠くを見つめる眼差しで過去を思い起こしていました。

「客観的アドバイスは専門家ではないので、自分の経験でしか話はできません。介護は何年続くか分からないものだから、いざという時にパニックにならないようにしてほしい。私の『経験のさわり』を伝えて、何らかの動機付けになればと思います」と相談

者には応えたいという坂本さん。「人に話すことは大事。日ごろのうっぷんを話す中で、いろいろとヒントになることも多いと思います」と呼び掛けます。

認知症の家族の介護で悩んでいる人は、一度オレンジカフェ、家族相談室の扉をたたいてみませんか。

《問い合わせ先》
高齢者支援課地域包括支援センター ☎73・0033

あなたも「認知症サポーター」に！

養成講座 受講グループ募集

市では、認知症を正しく理解し、認知症の人とその家族を温かく見守る応援者「認知症サポーター」を養成する講座を開催しています。

講座は1回90分程度で、認知症の症状や治療、接し方、本人やその家族の気持ちの理解などについて学びます。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、サポーター養成講座を受講しませんか。

5人以上のグループで、高齢者支援課地域包括支援センター（☎73-0033）までお申し込みください。

■講座は事業所でも受けられます

養成講座を受講できる人は、地域の住民に限りません。金融機関やスーパーマーケットの従業員など、「事業所単位」でも受講できます。現在、本市には約3,400人のサポーターがいます。

認知症に正しい理解と応援を