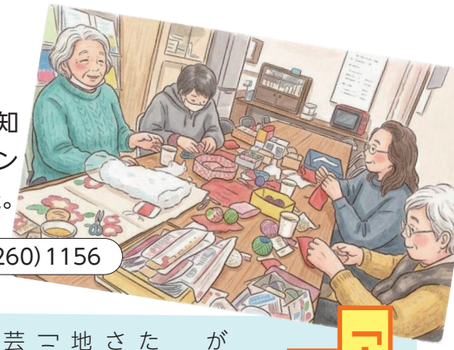
特集

いままでもこれからも大和市で
認知症とともに暮らす



「認知症は特別なものではなく、誰でもなるもの」
一方で、家族以外で認知症の人と関わることが少ないのも現実です。「認知症になっても周囲のサポートで好きなことを継続できる」「認知症をオープンにして、社会との関わりを持ち続けられる」そんな活動の現場に伺いました。

問保健福祉センター人生100年推進課認知症施策推進係☎(260)5612 FAX(260)1156

「大好きな手芸をしたい」から 周囲のサポートでサークルを発足

昨年8月、一枚の布から物語が始まりました。

和物の縫製を長年手掛けてきた、認知症当事者であるみさこさんの自宅には、ちりめんの生地がたくさん眠っていました。「これを生かして誰かと一緒に手芸がしたい」「誰か使ってくれる人のもとで役立ててほしい」と、みさこさん。同居する息子家族が、その思いを地域包括支援センターに相談したことで、手芸サークルみきまよ会の発足につながりました。集まったのは、認知症サポーターでした。

「何を作ろうか」と頭を寄せ合い、キーチャームを作り始めたことをきっかけに、今ではポシェットや手提げなど、色とりどりの作品が生まれています。みさこさんも、縫製の技術をメンバーに分かりやすく教えてくれます。会の活動を知って、かつて縫製の仕事を一緒にしていた友人が訪ねてくることもあり、これも活動があるからこそ。みさこさんは、活動日でない日も会場を訪れてしまうこともあるほどこの会を毎回楽しみにしています。

「認知症でできなくなったことがあるとしても、それは仕方がない。やれることをやったらいい」とみさこさん。かつてボランティア活動をしていたこともあり、今も社会の役に立ちたいという思いを持ち続けています。「売上金はこども食堂に寄附したい」というみさこさんのアイデアで、活動開始当初の売り上げは、市の社会福祉協議会に寄附しました。次回の販売の売り上げは、会のメンバーで話し合い、「熊本地震のために寄附しよう」と決めています。

会の名前は、参加者の名前の頭文字から名づけられました。「支援する・される」という関係ではなく、みんなが対等な立場で楽しめる、温かな空間です。

吉井清美さん

以前から学習センターの手編みサークルに参加したり、ペーパークラフトに親しんだりと、ものづくりを楽しんできた清美さん。

「今までやってきたことが役に立ってよかったです」と、穏やかに話してくれました。

自宅では息子二人と三人暮らし。日中はあまり会話がないといいますが、サークルの場では笑いが絶えません。「自分の方が楽しませてもらっています」その言葉が、この場所の和やかさを物語っています。

横田雅子さん

認知症カフェの手伝いをしていた雅子さん。あるとき「認知症のかたと一緒に手芸をしてみませんか」との誘いが。みさこさんと実際に会うと、「本当に認知症?」と思うほど元気で明るい姿に驚いたと言います。

「自分の居場所があること、参加したかたとお友達になれること。それがとてもうれしいです。自分のアイデアが生かされたときは、何より心が満たされます」

支える側のはずが、気づけば支えられていた。雅子さんの言葉は、ここが「誰にとっても居心地のよい場所」だと教えてくれます。

「自宅を開放してみんなが笑顔に」を夫婦で実現

月に一度、Simon's Café(サイモンズ カフェ)と名づけた集まりを、自宅で開いている齊藤茂男さん・久美子さん夫妻。地域のかたを中心に、15人ほどが参加しています。元音楽教師のかたの伴奏で、「夏の思い出」「月の沙漠」など季節の歌や、誕生日を迎える人のための「ハッピーバースデー」を歌います。その後はおいしいものを食べたり、お茶を飲んだりしながら談笑の時間です。

アメリカ赴任当時の夫妻

認知症当事者の茂男さん(84歳)は、かつて外資系のメーカーに勤務し、欧米に長く滞在していました。カフェの名前のSimonは、仕事でアメリカに赴任していたときのニックネームです。退職後は、「誰かを一人にさせたくない」と、民生委員を長く務めたほか、自主防災組織に一人暮らしの人の見守り班を作るなど、顔なじみの関係を持つ地域づくりを大切にしてきました。ふだんから散歩をしている人がいれば声をかけ、気づけば縁側でお茶をするなど人の出入りが絶えなかったそうです。そんな日常のお茶会が自然な形で今のカフェになりました。

8年ほど前にMCI(軽度認知障害)となり、認知症と診断されたのは4年ほど前。現在は週に3回デイサービスに通所しています。今も地域の一人暮らしの高齢のかたを回り、会えば手を挙げてあいさつするといった「見守り」を続けています。「みんなが笑顔になるのが一番いい」と語っていた姿勢は今も変わりません。

妻の久美子さんは、「茂男さんは、自宅を開放してみんなの居場所にしたい、といつも語っていたので、言葉は出なくてもきっとうれしいと思います。大変と思ったことは一人ともありません。ふだんどおり気張らない。だから人が自然に集まって、おしゃべりして、それぞれが楽しめているのだと思います。認知症になったことで、出会いに感謝しています」と話し、温かい眼差しで茂男さんを見守る姿が印象的でした。

Simon's Café

外出機会が少ないかた、おしゃべりや交流がしたいかたは気軽に遊びに来てください
日毎月第一火曜日午後2時～
場福田1642-41
申不要

認知症講演会 認知症と共に歩むそれぞれの物語 “わたし”と“まち”をつなぐ糸 3ポイント

内　容▶①基調講演・座談会、②みきまよ会の手芸品販売など
と　き▶9月17日(木)①午後1時30分～3時30分・②正午～午後4時
ところ▶シリウス内①メインホール・②同ホールホワイエ
申し込み▶不要。

多くの人が人生のどこかで、認知症と向き合うときが来ます。家族として、親友として。もちろん自分自身の認知症と向き合うことになる人もいます。その経験を安心して語ることができる相手を、一人でいいから見つけてほしい。認知症のことを率直に話せる街になるヒントを考えたいと思います。

講師:北村世都(せつ)氏(日本大学大学院総合社会情報研究科教授)

やまとカフェ 市主催の認知症カフェ

物忘れの心配のあるかたと、その家族を中心に交流する「認知症カフェ」を開催しています。認知症サポート医のミニ講話、個別相談もあります。

今後の予定はこちら