

○基調講演

※講師の御意向により、発言内容の一部を割愛しています。

(司会)

それでは早速基調講演に移りたいと思います。

「認知症の人の社会参加の一步」として、認知症当事者の方にお話いただきます。お二人は、名古屋市若年性認知症本人・家族交流会「あゆみの会」メンバー、当事者キャラバン・メイトとして、認知症の当事者を元気づけたい、認知症のことをもっと知ってほしいという思いのもと、様々な認知症に係る講演、研修、当事者の集い等に精力的に参加されています。また講演のファシリテーターは、名古屋市北区西部いきいき支援センターの鬼頭様が務められます。それでは、よろしくお願ひします。

(鬼頭)

今ご紹介いただきました私は、名古屋市北区西部いきいき支援センターの鬼頭と申します。

今日は、ピアサポート研修ということですが、テーマとしては「認知症当事者の社会参加」ということでお話をしていきたいなと思っています。第1部は当事者のお話を50分ぐらい話したいと思います。そのあと、第2部では当事者に加えて、阿部祐士先生とデイサービス管理者の伊藤篤史さん、そして豊明市の福井茜さんも加わってもらって、いろんな立場から、社会参加というものが、どういうことなんだというところを深めていけたらなというふうに思っております。

では、早速当事者の方とお話をしていきたいと思います。

「認知症の人の社会参加への一步」というところで、自己紹介を含めて当事者の方がしている社会参加についてそれぞれにお話をさせていただきます。では、近藤さんからお話しいただきたいと思います。

(近藤)

皆さん、こんにちは。今日はお忙しい中、来ていただきましてありがとうございます。今日は、デイサービス「とんと」に朝から行って、それからお昼ご飯を食べて、会場にちょっと早めに入りまして、控え室ですっとおしゃべりしながら待っていました。

(鬼頭)

いまは、おいくつですか。

(近藤)

昭和35年生まれで、今年60歳になりましたので、「とんと」で赤い服を着せてもらいました。

(鬼頭)

そんな近藤さんですが、近藤さんが「認知症」という診断を受けたときは、平成24年で、今から8年ぐらい前に「認知症」というふうに診断を受けているんですね。その頃のことをちょっと教えてもらっていいですか。

(近藤)

その頃は、水道メーターの点検をする仕事をしていて、名古屋駅の近くの大きな建物の地下5階くらいのところに水道メーターがあって、そこで仕事をしたこともありました。また、川沿いの方に行きますと、堤防の近くや川の手前の田んぼや畑など様々な場所で仕事をしました。

また、皆さん驚かれるんですが、長屋だと台所の床下や洗濯機の下、お風呂の中に水道メーターがあったりして、家によってある場所が異なるんですが、その場所が分からなくなったりしてきました。点検する際にはお客さんが希望する時間帯に伺うのですが、その希望する時間帯の記憶が曖昧になったり、道に迷ったり、水道局に迷惑をかけたりということが増えてきて、「変だな」というふうに思いました。それで、病院に行って「認知症」という診断を受けました。

(鬼頭)

「認知症」という診断を受けたときは、どんな感じでしたか。

(近藤)

歩いて行くことができる名鉄病院を予約しました。自分の母親も認知症でしたので、ひょっとして自分も認知症かもしれないと思っていました。

たくさんミスをしてしまう自分がとても不思議で、それまで築き上げてきた信頼が約束をしたにもかかわらず忘れてしまうようなミスの一つするたびにどんどん失っていくのが自分のことながらとても悲しかったです。なんでこんな簡単なことができないんだろうって。自分の中ですごい不思議だったので、名鉄病院を予約して、そこの先生に診てもらおうという経緯がありました。

(鬼頭)

近藤さんのお話をきいて、近藤さんにとって「お仕事」というものが大事なものであったということがわかりました。信頼を失っていくことはとても辛かったと思いますが、それが認知症の症状のひとつとわかったときは、どのような気持ちでしたか。

(近藤)

診断を受ける際に、先生から何点か質問を受けるんですが、その質問には仕事をしてきたこともあって全部回答できました。「ここはどこですか。」「今の季節はいつですか。」といったことを質問されて、答えることができたのですが、脳の検査の結果で「アルツハイマー型認知症」という診断を受けました。

私の場合は、やはり認知症だったんだという方が大きく、その結果にとっても納得しました。もちろん悲しかったし、認知症だった自分の母もいままで見てきて、

治らない病気ということもわかっていましたが、自分のなかでとても納得しました。いままでは、なんでこんなミスをするんだろうと雲をつかんでいるような感じでしたが、そのミスの理由がわかったので、よかったなと思いました。

(鬼頭)

「認知症」という診断を受けたときには、近藤さんのお母さんを見ていてショックな気持ちとミスをした理由がわかってほっとしたような気持ちが入り交じったような感じでしたか。

(近藤)

はい。ほっとしたというか、なるほどという納得した気持ちの方がありました。

(鬼頭)

ショックな気持ちというのは、あまりなかったですか。

(近藤)

診断を受けた直後にはあまりなかったですが、数日が経ってじわじわとショックな気持ちになりました。

(鬼頭)

ショックを受けて、そこから元気になる、あるいは元気になったきっかけはなにかありますか。

(近藤)

元気になるまでに、私の場合はちょっと時間がかかったんですけど、名鉄病院の先生が私に「ゆっくり落ち着きましょうね」というふうにおっしゃってくださいました。その後、他の病院に移った際に、ちょっと落ち込みました。

(鬼頭)

近藤さんとは本当に結構長い付き合いで、最初の頃は、「死にたい、死にたい」ばかり言っていました。

(近藤)

仕事をしている間は仕事が生きがいで、お客さんとの交流が本当に楽しかったんですが、仕事の契約が終了するとそういったものもなくなって行って、とても悲しかったです。

(鬼頭)

近藤さんの話を聞いていると、近藤さんの場合は社会とのつながりが「仕事」であったかと思うんですが、近藤さんが落ち込んだあとに、いろいろな活動を始められました。

近藤さんは若年性認知症本人家族の交流会「あゆみの会」のメンバーでもあり、そういった出会いの中で、いろいろな活動を始めていきました。ひとつは、皆さんよくご存じの当事者として「キャラバン・メイト」、認知症サポーター養成講座の講師役でした。

(近藤)

ぜひ、やりたいということをお願いして、やらせていただいています。
(スクリーンに近藤さんのキャラバン・メイト修了証書が映し出される)

(鬼頭)

皆さんお気づきかもしれませんが、近藤さんのキャラバン・メイト修了証書がめっちゃめっちゃ綺麗じゃないですか。

(近藤)

皆さんも一枚ずつこんな綺麗な修了証書がもらえますよ。
(会場内笑い)

最初に中川区でキャラバン・メイトでやらせてもらって、お芝居の先生がオレンジリングを取りにみえました。

(鬼頭)

近藤さんもキャラバン・メイトになって、認知症サポーター養成講座のなかで、ご自身の経験を語るようになりましたよね。それは、近藤さんにとってなにかいいことってありましたか。

聞いている人は、近藤さんの話を聞いて、認知症ってこういう感じなんだとか、よくわかったわというふう感じたと思うんですけども、近藤さん自身がキャラバン・メイトの活動をしてみて思ったところ、活動してみてよかったことありますか。

(近藤)

当事者の方や応援してくださる方などいろいろ方とお会いして、まだまだ認識が足りないなと実感しています。私は、中村区で活動をしていて、地下鉄に乗ることもあり、名古屋市ではオレンジリングをこれだけ配布しましたという報告も聞くんですが、周りにオレンジリングをしている人をなかなか見かけないです。手首やカバンなどに付けている方がなかなかいないんですね。

(鬼頭)

近藤さん、あまり街中でオレンジリングをしている人が少ないということでしたが、見かけたときというのはどんな思いなんですか。

(近藤)

声をかけたくなるくらい、嬉しいです。実際声はかけられないんですが、近く

だったら、「それ、オレンジリングですよね」というふうに話しかけます。

(鬼頭)

だから、近藤さんのオレンジリングをしている人を街中で見かけないという話と、見かけるととても嬉しくなるという話は、とても大事だと感じていて、これだけオレンジリングが普及しているなかで、当事者の人たちも、もちろん知っていて、それを見かけるだけでも嬉しいし、安心だしということがあるんだったら、やはりもっとみんなオレンジリングを付けようという話は、またできるなと思いました。

あと、近藤さんは他にも認知症カフェのボランティアをしていますか、どうですか。

(近藤)

地域の方でも、はっきり言うと認知症じゃない方の方が多いです。グレーゾーンって言うんですかね、高齢の方が多くて、上は90代までいます。

(鬼頭)

近藤さんは、認知症カフェでどのような立ち位置ですか。

(近藤)

お話を聞く役ですね。認知症の人がみえた時には、店長さんに呼ばれて、その方とお話をさせてもらいます。ここで働いている職員さんにも、「近藤さんお話を聞くの上手よ、気配りもできるし。」とも言われます。有頂天にならないようにします。

(鬼頭)

近藤さん、現在はデイサービスの利用者でもありますが、いろいろなデイサービスに仲間たちと行って、訪問活動やボランティア活動も行っています。今日はその仲間も何人か来ていますよね。

(近藤)

本当に今日はいろいろな仲間が来てくれています。いまは、コロナ禍なのでデイサービスや老人ホームに伺えなくて、残念です。

(鬼頭)

近藤さんは、現在中村区在住で、中村区のキャラバン・メイトの活動をされていますが、去年から中村区でも「当事者同士の集い」が始まりました。今年はコロナ禍ということもあってなかなか活動できていないとは思いますが、「当事者同士の集い」をやりたいなと思ったきっかけはありますか。

(近藤)

当事者同士が会える場所が少なすぎるんですね。だから、そういう場所がほしいと思ったので、是非キャラバン・メイトの活動をやりたいなというふうに思いました。来週、集いの会をやるので、気になる方は中村区に問い合わせてください。

(鬼頭)

ありがとうございます。

今日はピアサポート研修ということで、ここからはピアサポートについてお話を聞いていきます。

先ほど、近藤さんに当事者同士についてお話をさせていただきましたが、やはり当事者にしかわからないことや当事者だからわかることというのはありますか。

(近藤)

とてもあります。今、デイサービスの「とんと」には仲間がいるんですが、一緒にいるととても安心します。認知症の話をするわけではないけれど、仲間と一緒にいるだけで安心します。デイサービスの伊藤さんもすごくいい人で、昨日も私とその仲間をドライブに連れていってくれて、とても楽しかったです。

(鬼頭)

先ほどからデイサービス「とんと」の名前がたくさんでてきていて、皆さんなんだろうなと思っているかもしれませんが、後ほどそのデイサービスの所長さんにもお話しをさせていただきます。

今の近藤さんの話でもありましたが、当事者の人同士と一緒にいるときに認知症の話をするわけではなくても安心するところは、ピアサポートのとても大きな効果だと思います。

(鬼頭)

実はこの写真は、スクリーンに映っているパソコンの画面に誰が映っているかということ、かつてデイサービス「とんと」に通っていた佐々木さんという方なんですが、佐々木さんは新潟県に引っ越ししてしまいました。なので、オンライン会議ができる Zoom を使って、新潟県のデイサービスに通っている佐々木さんとデイサービス「とんと」をつないで、オンラインで話をしたときの写真です。

近藤さん、このときの話はどうでしたか。

(近藤)

佐々木さんとはあゆみの会でご一緒させていただいて、私と山田さんと同い年で一緒にデイサービス「とんと」に通っていました。佐々木さんが故郷の新潟に帰ることになって、別れるときは、「もうこれで佐々木さんと話せるのも最後なのかな」と思っていたんですが、人同士が直接会えないコロナ禍のおかげでとても遠くの人とも画面越しで話せることに驚きました。パソコン上で自分が手を振ったら振りかえしてくれることが嬉しくて、すぐそばにいるような感覚で

した。こんな世の中だからこそオンラインで会話できたし、電話ではわからないことも目に見えてわかるので、オンラインのすごさを実感しました。

あと、1年ぶりに話したんですが、彼女は全然変わっていませんでした。

(鬼頭)

佐々木さんと話す前に、「佐々木さん、私たちのこと覚えているかな」って心配していました。でも、繋がった瞬間に佐々木さんが全員の名前を呼んでいたのを見て、僕はとても嬉しかったし、そのときの感動をもう忘れられないなと思いました。

(近藤)

佐々木さんが私たちのことを覚えててくれてすごい嬉しかったし、遠くにいるけど近くに感じました。

(鬼頭)

当事者の方だけでオンライン会議を設定して、当事者同士で話すことは難しいと思いますが、例えばデイサービス同士でサポートがあればオンラインで話すこともできるし、他の地域の人からは、当事者同士で話したいという依頼を受けて、Zoomなどを使って、ピアサポートを行っています。

僕も、たくさんの当事者の方と出会ってきましたが、僕が元気にした人は誰1人としていなくて、当事者同士で出会ったことによって、皆さん元気になっていくのを改めて感じました。「認知症の人の社会参加」について、近藤さんもなにかメッセージがあればお願いします。

(近藤)

私もいままでは皆さんと同じようにそちら側で話を聞いていましたが、仮に皆さんが認知症になったとしても、安心できるように頑張っていきたいです。認知症になっても、元気がなくなったり、周りに言いにくかったりしますが、なんでもフランクに話せる世の中になればよいなと思います。

そして、もっと理解者が増えて、当事者とわかり合える人が増えたらいいなと思います。

(鬼頭)

こちら(当事者)とそちら(受講者)になにかラインがあるわけではなくて、ここには連続性があって、一緒にまちをつくっていくということわかる非常に力強い当事者のメッセージだったと思います。ありがとうございました。第1部はこれで終わりにしたいと思います。

(司会)

ありがとうございました。皆様もう一度拍手をお願いします。

(以上)