

たけのこ広場

Vol.1 No.2 平成16(2004)年 10月25日発行

7-9月期号



「たけのこ広場」に 100人を超す参加者

7月25日、中目黒GTプラザホールで「たけのこ広場」を開催しました。“ミニデイ”と“介護者交流”そして“専門医による相談”を同時に行う、痴ほうに関する総合イベントで、区内18カ所の全ミニデイ活動のパネル展示も行いました。

たけのこのレギュラー・メンバーのほかに初参加の家族が20人、指導スタッフ、介護事業者・関係者、支援ボランティア、見学者などを合わせ、参加者は100人を超えました。目黒区外からの参加者も多く、この取り組みが広く注目されたこと

がわかります。相談に来た家族のみなさんからは、医師やソーシャルワーカーとの面談・交流で楽になったとの声が多く聞かれました。

▼参加者人数

介護家族・本人	36
ボランティア	25
保健師	7
指導・相談スタッフ	7
介護事業等関係者	11
見学者	20
社協・区福祉関係職	7
合計	113

たけのこ広場 at 中目黒GTホール

専門医による個別相談

くろみクリニックの西村知香・徹医師により1家族・1時間の枠で面談を行いました。定員4組に対し10組の申し込みがありましたが、申し込み順位5番以降の家族には「面談時間が取れない場合は医師に紹介だけはする」ことを条件に8家族の予約を受けました。当日は2時間の予定をドクターの厚意で45分延長、9家族（飛び込みあり!）の相談に応じました。面談には保健師も加わり、地域の福祉サービス状況などについてアドバイス。相談の状況は各地域の保健福祉サービス事務所に連絡し、フォロー態勢も整えました。

介護家族交流

3つのテーブルで延べ約50人が懇談。高齢者痴呆介護研究・研修東京センターの小野寺敦士研究員ら3人がナビゲーターを務めました。「家族だけでなく保健師やケアマネ、サービス事業者など、多様な人が集まっていたことに驚きました」と小野寺さん。介護者の悩みにいろいろな側面からの意見やアドバイスが寄せられたようで、「言いにくかったことが吐き出せた」「痴ほう介護にこんなに多くの人が関わっていることを知り、心強く思った」などの声が聞かれました。

ミニデイサービス

いつものスタッフに支援ボランティアが加わり、2つのテーブルでミニデイサービスを行いました。参加したお年寄りは10人。映画雑誌や戦前の教科



書、絵本などを前に昔の話や趣味のことなどを楽しみひと時を過ごしました。たけのこボランティアの人たちも「初めて聞く仕事の話など、とても面白かった」、「話が止まらない。ああ、おしゃべりしたかったんだなあと思った」などと、参加者との交流を楽しんでいました。いろはかるたの色付け作業にもみなさん熱心に取り組み、仕上げた作品をうれしそうに持ち帰っていました。

音楽の持つ力、楽しさを再認識



各コース2時間の活動のあとは、全員参加のコンサート。プロのミュージシャン5人による迫力たっぷりのジャズの演奏に会場はいつぱんにリラックス・ムード。体中でリズムを取りながらジャズの世界を堪能しました。途中からは音楽療法のグループも加わり、懐かしい日本の歌をみんなで歌いました。最後は♪青い山脈の大合唱。“大のジャズ好き”という参加者の一人は、「こういう雰囲気の家なら、何度でも来たい」と大喜びでした。

痴ほう介護に地域のネットワークを

「たけのこ広場」への参加の呼びかけには目黒および碑文谷保健センターと各地の保健福祉サービス事務所、そして目黒区介護保険事業者連絡会などの協力を得ました。保健師やケアマネジャーから参加を勧めてもらった結果、20人の新規家族が来場。「保健師さんから勧められて参加した。来るまでは不安だったが参加してよかった」「ケ

アマネさんが同伴してくれたので来れた。これで一步踏み出せた」などの声が聞かれました。当日の相談や交流の様子は、本人の了解を得て担当の保健福祉サービス事務所にフィードバックしました。痴ほう介護に悩む家族を孤立させず、継続的に地域のネットワークで見守っていくためです。

痴ほう介護の輪が広がる

岡 喜美枝

わたしたち家族や新しい相談者だけでなく、施設の関係者やケアマネなど、多方面からのご参加がいただけ、痴ほうに対する認識の広がりを感じられ、初めての企画としては大成功だったと、ご尽力いただいた方々に感謝しております。

わたしたちの班は小野寺先生を囲んでの懇談でした。初めてお会いする者同士で多少の緊張も見られましたが、先生に雰囲気づくりをしていただきました。差し迫った相談は特になく自己紹介や近況報告などで終わりましたが、会を重ねていけばより充実した内容になっていくのではと感じられました。初参加のお二人は、保健師さんの指導でデイサービスに通えるようになり、家族ともども落ちつけるようになったとのこと。保健師さんとの関わりの大切さを思い、地域の保健福祉サービス事務所が家族介護の入口なのではと改めて感じました。たけのこ会も、お一人でも多くの方にご参加いただき、大変さを共有し、情報交換、癒しの場にできればと思いました。

感激の一日

東部保健福祉サービス事務所 田所佳子

「たけのこ広場」、それは確かに何かが生まれた瞬間でした。自分のポジションに精一杯で、全体を把握することは難しかったのですが大変盛況で、とても“あつかった”です。ひとりひとりの思いが繋がり、形になっていくのを実感しました。『無理しなくていいよ。一緒にやってみようよ。』そんな「たけのこ」のじんわりしたぬくもりがそのままに表れていましたね。

音楽の持つパワーもスゴイ！感激の一日でした。

協力いただいた目黒保健センター、東部保健福祉サービス事務所、高齢福祉課、介護保険課、目黒区社会福祉協議会そしてNPOわき・あい・あいのみなさんに改めて感謝します。「たけのこ広場」は来年以降も継続して取り組む予定です。

人と人をつながりを作る活動

目黒区社会福祉協議会 八崎正朗・川村亜紀子

痴ほう性高齢者のケアは発展途上にあり、医療、保健、福祉の連携や協働も十分に進んでいません。「たけのこ広場」はこの連携や協働のあり方を模索することのできた、大変に有意義な機会だったと感じています。

実行委員会で関係者が互いの立場から貴重な話し合いを重ねることができたこと。専門医や専門職からの助言とともに家族会メンバーの参加により、相談者が日ごろの悩みを分かち合うことができたこと。ミニデイサービスで創作活動や音楽活動に触れることで、参加者全員が“自然な交流”ができたこと。これらは大きな成果であったと思います。そして「たけのこ」が自主性と主体性を持って積極的に取り組んだことにより、多くの賛同と協力が得られたこと。これが「たけのこ広場」成功の大きな原動力となったのではないのでしょうか。

住民同士が地域で出合い、人と人とのつながりを作っていく活動こそが、今後の「福祉のまちづくり」のために、とても大切なことだと改めて感じています。

一筋の光が見えた

笠原寿子

「閉じこもらないこと」。これが現在でおおよそ10年におよぶ介護経験からのわたしの結論です。介護者はまず一步の行動から介護の知識を深め、あわせて介護に関する確かな情報を豊富にすることだと思っています。「たけのこ広場」はそんなことを実現させてくれた場だと思っています。

医師をはじめ各専門家による相談あり、老年者を抱える家族同士の懇談ありで、酷暑の中、参加された方々の多くは一筋の光を得られたのではないのでしょうか。

愛唱歌のレポーター ますます充実 (8月6日)

岡邦子さんと澤橋久子さんの歌詞ボードづくりが着実に進んでいます。音楽ボランティアとしてのたけのこに参加して2年。その間、人気の高い歌から順に手書きのボードにしてきました。大きくて読みやすいのでとても歌いやすいと好評です。これからも日本の歌、世界の歌、いろいろな名曲をレポーターに加えていくということです。



♪東京ラブソディーを熱唱 (9月3日)

銀座育ちで慶応ボーイの今里さんは、東京ラブソディーがお気に入りです。この日は前に出て岡さんとデュエット。手拍子も板について、昔はさぞならしたんだろうと思わせました。



身体をほぐして!! さあ、輪投げ (10月1日)

権田(ごんだ)保健師のリードで、手足のびのびウォーミングアップしてから“輪投げ選手権大会”のスタート。みな思い思いのフォームでチャレンジしました。家族より本人のほうが上手というケースも結構あって、身体能力の不思議を感じました。こうした機能訓練的なゲームをもっと取り入れていきたいものです。ところで誰がいちばん成績良かったんですか?



7-9月の活動から

▽9月17日、音楽ボランティアの大津珠緒さんがたけのこを卒業しました。大津さんは国立音楽院から音楽実習生として参加。今春卒業後も活動を続け、たけのこ広場でも活躍してくれました。お別れに自作のきれいな歌詞カード「赤とんぼ」と「青い山脈」を寄贈してくれました。

▽10月1日、桜美林短大で福祉教育に携わっている久松信夫さんが来場しました。久松さんは各地の痴ほう家族会の実態調査を続けており、7月の「たけのこ広場」に参加しました。

▽新会員の紹介

- ★多嘉良(たから)光子さん(88)・志田絹子さん(娘)
デイホームいちょうを週2回利用しています
- ★富田清さん(75)・ユリ子さん(妻)
長く金属加工の工場を経営した腕利きの職人さん。昭和20年代の日本映画が大好き。毎日の散歩は欠かせません。
- ★N・Mさん(74)・澄子さん(妻)
モダンジャズの大ファン。「たけのこ広場」のジャズコンサートで入会を決めた!
- ★能勢靖夫さん(70)・富士子さん(妻)
宮内庁でやんごとなき方への配膳係りを勤めていました。精密な手仕事が得意。11月からデイホームみなみかぜを利用。
- ★松島まささん(85)・宮本耀飛古(あきひこ)さん(娘の夫)
義母と脳梗塞の奥さんを介護する宮本さんは、群馬県黒保根村でグループホームの設立を準備中。10月14日にはパーシモンホールでコンサートをプロモートするなど多方面で活躍しています。

◆介護のことは 基本デイと痴呆デイ

通所介護（デイサービス）には「基本デイ」と「痴呆デイ」の2種類がありますが、このことは意外と知られていません。「たけのこ広場」参加家族への聞き取りでも、全員が痴呆デイの存在を知らない、あるいは聞いたことがないと答えました。一方で、問題行動などでデイホームから利用を断られるケースもよく聞きます。区立東山デイホームの生活相談員・千竈（ちかま）さんに話を聞き、痴呆デイの上手な利用の仕方を考えてみました。

不安・混乱には、個別対応で“気持ちのクールダウン”

協調性のある人を対象にする基本デイに対し、痴呆デイは①集団行動が困難で個別の対応が必要②問題行動があり他の人への影響が大きい③痴ほう性高齢者の介護により介護の負担が大きい——人を対象にしています。そのため基本デイに比べ人員の配置が厚く、場合によってはマンツーマンで対応することも可能です。痴ほうの人はしばしば「わたしは今、ここに居ていいのだろうか」と思い、不安から歩きまわったり、大声を出すなどの行動に出ます。痴呆デイではこうした場合、その人の状態を受け入れ、場合によってはグループから離れ個別対応します。そして、落ち着ける環境をつくり“気持ちのクールダウン”を待ちます。ときには部屋を出て表をひと回りするなど、気分転換してからグループに戻ります。

家庭では見慣れない風景・景色に混乱する人もいます。このようなケースでは「場面環境を整理して、狭いエリアに居場所を決める」ことで対応します。利用者にとっていちばん安心できる場所、落ち着く場所——例えば畳のコーナーなど——を見つけてやるのがポイントなのだそうです。

多彩な介護メニュー

いちょうでの基本活動メニューは「趣味活動（手作業）」「歌」「体操」「書道」などです。これに折々の行事（運動会、外出、誕生会など）に向けた準備作業やお菓子作り教室などが加わります。利用者によっては参加しにくい活動・作業もある

ため、小グループの中でさらに別々の活動・行動を行うこともできます。週に2日は入浴サービスがあります。家庭では入浴拒否の人も、手厚いサポートでうまく入浴できています。

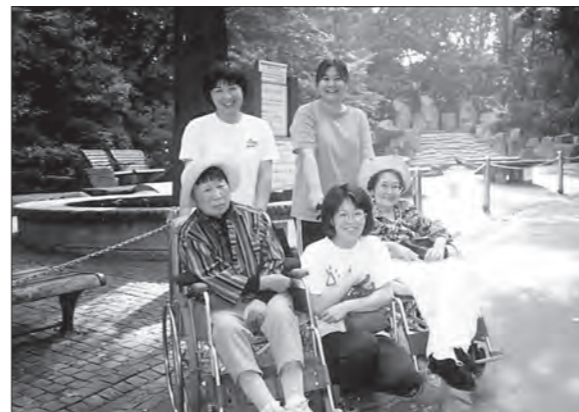
デイサービスを拒否する人への対応

デイサービスを本人が強烈に拒否するということがあります。いちょうでは利用前に必ず相談員が家族面談に行き、本人の状況や家庭環境を把握し“拒否”に備えます。家族からの情報量が多いほど良いケアができるといいます。送迎車に乗ってくれない場合でも無理強いせず、何度も声かけし、顔なじみになり、根気良く誘い出します。慣れるまでに1カ月、3カ月とかかかるとありますが、千竈さんは「一度でも来てくれればあとは何とかできる」と言っています。

週1日のデイサービスがどれほど介護負担を軽くできるかは、わたしたち皆が経験してきたところです。「うちの人は無理だ」「ホームの人に迷惑がかかる」などと引いてしまう家族が多いようです。まず相談員に事情を聞いてもらうことから始めるようアドバイスしたいところです。また見学の際は“拒否”が出やすいので、親しい人が見学に同行して本人のストレスを軽くしてやる配慮も必要でしょう。

目黒の痴呆デイ

目黒区を送迎エリアとする「痴呆デイ」は、区内に区営2軒と民間が1軒、そして品川区に民営の施設が1軒。合わせて4軒にすぎません。今後



外出



運動会

「いちょうでの活動」



なつまつり



ケーキづくり

の痴ほうケアとデイサービスに関する目黒区の取り組みを、高齢福祉課の平岡課長に聞きました。

「現在の形での痴呆デイホームを増やす計画はありませんが、痴ほうを持つ利用者への対応が今のままでは難しいこと、そして基本デイでも痴ほうを持つ利用者の割合が急速に増えていることは承知しています。

近年は住民ニーズが多様化し、公の施設で行うサービスにも多様性、柔軟性、専門性が求められています。民間でも利用者の満足度の高いサービスを効率的に提供する事業者が増加しています。こうした社会状況を背景に、国は規制緩和の一環として、公の施設の管理について“指定管理者制度”を導入しました。民間の能力の活用を図ることを目的としています。しかし、痴呆デイを民間に委託した場合、採算性の上から現状の運営形態は難しくなるかもしれ

ません。また、「基本デイ」「痴呆デイ」と分けてケアすることの是非についての議論もあります。

一人ひとりの身体状況に合わせたケアという理想と採算性の問題。痴呆デイのように民間として手の出しにくい事業に区がどのように関わっていくのか。区としては平成17年度中に今後の方針を決める作業をしたいと考えています。」

□

痴呆デイを拡大・発展させる、あるいは痴呆デイのサービス態勢や介護ノウハウを基本デイにまで拡げていく方向に進んでほしいと願うところです。（文責 竹内）

	東山けやき (基本)	東山いちょう (痴呆)	東が丘しいの木 (痴呆)	アームズ(祐天寺) (痴呆)	みなみかぜ(品川区大崎) (併営)
1日の定員	24人	10人	10人	10人	基本2人 痴呆2人
職員数	6人	8人	8人	7人	11人(合計)
入浴	なし	週2回	週2回	毎日	なし
送迎	目黒全域	目黒全域	目黒全域	目黒全域	目黒全域

✉ 母を思う

高橋衣佐子

母が痴ほう症と判明した時は、天地がひっくり返るほどびっくりしました。その時から十年が経ち、今はもう子どもであるわたしたちの顔も解らなくなってしまいました。ただボケの状態でも手のつけられなかった頃のことを思うと、母にとっても家族にとっても静かな時間が過ぎていくようになりました。記憶がとぎれていく中で、母はとても恐い毎日を送っていたのでしょう。わたしたちも同じでした。今日までに、多くの患者さんにお会いしたり、病気として痴ほうを学習してきて、見る側の心も落ち着いてきたと思います。まだ先は見えませんが、母とゆっくり付き合っていきたいと思っている今日この頃です。

✉ 「たけのこ」 広場で思ったこと

— 広場全体が見渡せなくて
片隅からのつぶやきですが —

吉村耀子

平成14年秋。「頭が悪くなっちゃった、馬鹿になっちゃった、つまらない、生きていてもしょうがない」などと、気力が落ち、自分からは何もしようとしなくなった、大正8年生まれ之母。痴ほうの介護に直接関係がなく、特別な関心も持たずにいた者が、痴ほうケアに向き合うことになりました。

○記憶が日々失われていくことは怖く、不安で、淋しいのです。

○痴ほうは淋しがり病。愛情のシャワーを注ぎましょう。

これは活字から得た示唆です。そうかもしれないし、そうではないかもしれない。当人の思いを把握するのはむづかしい。

いろいろな立場で痴ほう介護にかかわる方々の体験や意見をしっかり聞き、参考にし、その上で当人の状況をよくみつめて対応していくことが大切だと知りました。

ふとしたきっかけから、母が歌を歌うことに意欲をみせ、童謡、唱歌、懐メロをしばしば一緒に歌うようになりました。音楽（聴いたり、歌ったり、演奏したり）には、計りがたい力があると実感しました。母の体力ももどってきたことで、たけのこミニデイ「痴ほう高齢者のための音楽療法

と小物製作」へ駆け込みました。

ケアには、当人に明るく楽しく生活してもらいたいと願う情熱が欠かせない。情熱と痴ほうへの認識とが重要な2本の柱ではないでしょうか。

母は「たけのこ広場」のコンサートで皆さんと一緒に歌い、「楽しかった」と帰路につきました。たけのこの活動、活動を支える多くの方々に感謝します。ありがとうございます。

📅 これからの主な予定

■クリスマス会

12月17日(金) 定例会／中目黒スクエア

■新年会

1月7日(金) 定例会／中目黒スクエア

■大道芸鑑賞会

3月4日(金) 定例会／中目黒スクエア

★誕生日

11月5日 今里安利さん

11月19日 堀口富貴子さん

目黒痴呆性高齢者と家族の会 たけのこ

□ミニデイサービス&家族会

第1・第3金曜日

9時半～12時

中目黒スクエア TEL 3719-0694

□年会費 3,000円(家族単位)

□連絡先

たけのこ(代表・青木篤三)

TEL 3716-7502

目黒保健センター

TEL 5722-9504

東部保健福祉サービス事務所

TEL 5722-9702

目黒区社会福祉協議会

TEL 3714-2534