目黒認知症家族会 たけのこ会報

たけのこ広場

Vol.10 No.4 通巻38号 平成25(2013)年10月25日発行 7-9月号

土曜ラミヨ
お医者さんも加わって

８月24日の土曜ラミヨに、都立松沢病院認知症疾患医療センター長の新里和弘さんが、「仕事帰りなんですが」と寄ってくれました。新里さんは６月の「たけのこ広場」にミニフォーラム講師として参加してくれた人です。ラミヨのことは会報「たけのこ広場」などで案内していました。

松沢病院は目黒・世田谷・渋谷３区の認知症医療のセンター病院です。認知症の患者・家族をまちの診療所や介護関係者と連携して、トータルに支えていく役割を担っており、「家族相談日」を新設するなど先駆的な取り組みを進めています。

この日はたけのこのメンバーに加え、前頭側頭葉型の介護をスタートさせたばかりの夫婦、アルツハイマーの母を介護する若い女性、そしてグループホーム「上目黒つどいの家」で暮らす３人などが参加していました。新里さんはこうした人たちとの交流で、「診察室では感じられない家族の思いや患者さんの暮らしぶりに接することができました。来てよかったです」と、帰りがけに話してくれました。

◇

ラミヨにはデイサービスや特養ホームの職員など介護職の人たち、また行政や地域包括の人たちが日常的に出入りするようになっています。認知症の当事者とさまざまな専門職、パブリックサービス、そして普通の市民が“平場”で交歓する場所というテーマが実を結びつつあります。

認知症を入口に、コミュニティとつながる

新しい多くの顔に出会う

昨年7月28日に16人でスタートしたラミヨは、回を重ねるごとに広がりをみせており、今では参加者の多くがたけのこ以外の人になっています。金曜たけのこには来れない人たちです。6月の「たけのこ広場」にも大勢参加しました。4家族はたけのこに新規会員登録しています。ホームページや報道などを見てやってくる区外の人も多く、医師や介護職も足を向けるようになりました。

■ラミヨの参加者数推移

	参加者数（たけのこ）
12年７月～12月の月平均	15.7 人 (9.5 人)
13年１月～６月の月平均	11.3 人 (5.7 人)
13年７月平均	20.5 人 (5.5 人)
同 ８月平均	15.0 人 (2.5 人)
同 ９月平均	21.0 人 (4.0 人)

多彩な顔ぶれ　赤ちゃんから百歳まで

ラミヨは「コーヒーとスナック付きで参加料300円」というシステムを取りました。時間は午後1時から4時まで。といっても4時に終われたことはありません。話し込んでいると時間を忘れるのでしょう。認知症のご本人も皆と同じテーブルで懇談しています。近くのグループホームの入居者たちもおなじみさんになりました。

育児ママが赤ちゃんを連れてやってくることもあります。別の日に開催している「子育てサロン」のメンバーです。100歳のお年寄りも常連になりました。「コミュニティカフェ　いよさん家」に参加していた、近所の一人暮らしさんです。

たけのことは少し趣の異なる集まりになりつつあります。

1歳と100歳の出会い

市民交流スペース“ラミヨ”

ラミヨでは多様な市民活動が行われています。月に6日、以下のような集まりを開催しています。

◇市民交流スペース“ラミヨ”のラインナップ

名称	開催日	主催者
ラミヨ	第２日曜日 第４土曜日	ラミヨ
ｺﾐｭﾆﾃｨｶﾌｪ いよさん家	第２水曜日	認知症サポーターズクラブ
らっこサロン	第２・第４ 火曜日	遠野のわらべうた ぐるみゃんこの会
子育てサロン ほっこり	第４水曜日	ばあばの子育て応援隊

コミュニティカフェ　いよさん家は、区が育成した認知症サポーターが運営する一般高齢者対象の“見守りカフェ”で、独居や高齢者のみ世帯の人たちの「集い場」です。

らっこサロンは0～2歳児親子を対象に、岩手県遠野地方で伝承されてきた「わらべうたで子育て」の方法を生かした活動。ほっこりも0～2歳児対象の子育て・見守りサロンです。

ばあばの子育て応援隊
「ほっこり」

異なる世代、異なるテーマのグループの相互交流が始まっています。

わらべうたで子育て
「らっこ」

7月5日

7月19日

8月2日

9月6日

9月20日

トピックス

松沢病院　認知症疾患医療・介護連携協議会
7月1日　松沢病院2階会議室

都立松沢病院は、世田谷・渋谷・目黒３区の認知症疾患医療センターです。この協議会はセンターと３区の医療・介護関係者との間で年に２回開催されています。目黒区は医師会から村上幹高さん、行政から田邊俊子さん、包括は宮田由美子さん、家族会から竹内弘道さんが出席しました。

同センターの活動報告から入退院の実績を紹介します。平成24年度の入院者数は186人で、４人に３人が３区の住民です。退院（転院）先は41％が老健や特養などの施設、29％が精神科療養型病院。自宅に戻った人は21％です。３区内には受け入れてくれる施設や病院が少なく、自宅から入院しても施設・病院へ転院という現実がうかがえる数字です。この件の討議では「最近、自宅に戻る人が多くなった」「自宅退院が多いのに驚いた」という発言がありました。

入院期間は２か月をめどに、入院１か月後に関係者間でカンファレンスを行い、患者家族の生活状況などについて話し合い、退院先を決めるということです。「家族が帰宅を希望すればチャレンジしてもらう。うまくいかなかったら再入院」というのが原則で、経済的な理由などで遠方に転院というケースもあるということです。委員からの「２か月は短い。せめて３か月の入院期間を設けてほしい」という発言に対しては、「長期になりそうだから受けないということはない。長引くことが予想できるケースこそ、早い段階で外来につないでほしい」という返答でした。

入院患者は増加傾向にあり、今年度４～６月期の受入れ数は93人です。

認知症サポーター養成講座
７月26日　目黒区総合庁舎２階大会議室

目黒区主催の定例講座で、対象は区民および区の職員。介護保険課長など約100人が受講しました。

地域ケア推進課の伊藤係長（保健師）の司会で、ビデオの上映につづき、南部包括支援センターの豊田さんと白井さんが「認知症を理解する」「認知症サポーターにできること」の講義を行いました。そのあと「家族会から伝えたいこと」コーナーで竹内弘道さんがたけのこの活動を話しました。

終了後は数人とたけのこのことについて質疑しました。

９月末現在、認知症サポーターは全国で約440万人、目黒区では5,000人（小学生1000）を数えています。

在宅療養支援窓口開設
８月１日　中央包括支援センター

在宅療養支援窓口というのは次のようなケースを想定して開設されました。

①往診してくれるお医者さんを探したい
病院から家に戻ることになった。在宅での療養生活を支えてくれる医師や看護師、ヘルパーなどの情報がほしい。

②医療処置を家で行いたい
点滴、胃ろう、たんの吸引、酸素処置などのやり方と支援システムを教えてほしい。

③自宅で看取りたい
在宅ターミナル態勢をつくる手伝いをしてほしい。

ほかにも、例えば認知症の人の服薬の管理など、在宅療養のさまざまなアドバイスを行います。病院やかかりつけ医、ケアマネなどとの間を調整し、患者の家を訪問するなどして全体的なコーディネートを行います。

「施設介護から在宅介護へ」という流れを補強するための重要な事業で、３年間は中央包括支援センターでモデル実施し、４年後には５包括すべてに設置する計画です。開設後２か月で相談件数は50件を数えています。

在宅療養支援窓口の開設に合わせ、関係者が情報を共有し協議を行うための「在宅療養推進協議会」（委員９名）も設置されています。

地域包括支援センターとの定例懇談会
８月23日　中目黒スクエア2階2・3会議室

地域包括支援センターから５人、地域ケア推進課から３人出席しました。

６月に開催した「第10回たけのこ広場」の反省点として、「名札の不備でスタッフの名前と顔が一致せず困った」「個別相談の希望者が多く、交通整理がうまくいかなかった」などの点が指摘されました。一方で、「たけのこ広場」を10年間つづけてきた手ごたえとして、目黒区以外の人にも頼りにされていると感じたなどの意見もありました。

後半は目黒の地域資源、すなわち５地区の介護者の会、コミュニティカフェ、そして家族会たけのこが連携を深め、認知症の人をサポートするためにどのような取り組みをすればよいかという点を話し合いました。

松沢病院認知症家族相談
９月から相談料が自費扱いに

認知症の疑いがあっても本人が病院へ行くのを拒否して困っている。そんなケースに対応して、松沢病院認知症疾患医療センターは24年12月から試験的に、「専門医による認知症家族相談」の枠（予約制・無料）を設けてきました。家族だけの来院でもアドバイスをするというサービスです。本人が来院しなければ保険診療にならないため、病院の無料サービスでした。25年６月までの７か月間で相談件数は18件。そのうち受診につながったのが７ケース、入院は４ケースでした。

健康保険の原則にのっとり、９月からこのサービスは有料になりました。相談時間により6,000円～7,000円程度の自己負担になります。

松沢病院院長・斎藤正彦さんの講演会
９月７日　目黒区総合庁舎２階大会議室

認知症サポーター・ステップアップ講座として、オレンジリングを持っている人を対象に行われました。タイトルは「認知症の人の世界を理解する」。

講師の齋藤正彦さんは都立松沢病院の院長で、病院の改革と認知症疾患医療センターとしての機能、とくに地域連携の強化に努めています。

齋藤さん自身、母の認知症介護の経験があり、長く認知症の診療に当たってきたことから、講演の内容はとても説得力があり、「目からうろこ」の連続でした。当日の講演から印象に残ったことを紹介します。

□言葉
「『知っている』けど『分からない』」
「病院にいると落ち着く人もいる」
「物盗られ妄想は繰り返す、被害妄想は発展する」
「障害を受け入れる心理的支援をする」
「正しい介護より、まずまずの生活」
「失敗にめげない」

齋藤さんの心に残った歌：
おさなごに還りし　妻のしあわせを
他人のあなたに言われたくない（作・内藤定一）

□オススメの本：
新日本出版社刊『老王の家―アルツハイマー病の父と私』（アルノ・ガイガー著　渡辺一男訳）

最新の目黒区の人口と高齢化率

８月に発表された「介護保険事業概要（平成24年度実績）」から、高齢者人口の数字を紹介します。目黒区では人口の２割が65歳以上の高齢者で、高齢者の２割、約１万人が介護認定を受けています。

□高齢者人口(人)・高齢化率(%)の推移

	総人口	高齢者	高齢化率
21年度	253,557	48,393	19.1
22年度	254,817	48,619	19.1
23年度	255,892	49,504	19.4
24年度	266,070	51,533	19.4

※介護認定者数　10,184人

たけのこ

【7−9 月の活動から】

■七夕飾りで手品を鑑賞

7月5日。大橋手品クラブの滝口清一さん、中村常司さん、前田充康さん、初めての青木好美さん、それに指導の後藤二三子先生がマジックを見せてくれました。中村さんはハーモニカの演奏もご披露。みんなで合唱しました。

■お琴の演奏を楽しむ

8月2日。山口明美さんと石井晶子(せいこ)さんのお二人。「六段の調」(八橋検校作)に続いて、わらべうたの「たこたこあがれ」「一番星見つけた」「竹の子一本おくれ」「ほ、ほ、ほたるこい」「かごめかごめ」「ひらいたひらいた」「かくれんぼ」「うみ」を聴きました。「たこたこあがれ」では山口さんのリードで二重唱に挑戦。「ほ、ほ、ほたるこい」もみんなで合唱しました。そのあと童謡メドレー(花嫁御料、十五夜お月様、さくらさくらなど)で懐かしいひと時を過ごしました。

■包括支援センターと懇談

8月23日。北部から勝俣さんと山崎さん、東部は有吉所長と内野さん、南部は秋谷さん、西部が田原さんと研修生が出席してくれました。地域ケア推進課からは牧野係長と杉田保健師、浦野さんが参加。

■ボランティアとの本人検討会

9月20日。「本人カンファランス」は小西清子さんの最近の様子を家族の目、サポーターの目、仲間の目と多角的に検討しました。

【ひと・往来】

［取材・調査］

■尹一喜(ユン・イルヒ)さん

8月2日。韓国から東洋大学に留学している女性。アンケート調査に協力しました。

■昭和女子大学2年の文元菜摘さん

8月2日。介護者実態のフィールドワークに訪れました。9月まで4回参加。8月 23 日の包括との懇談会にも出席。

［見学・研修］

■東京医療保健大学の学生

7月19日。笠原邑、山本朗子の二人が認知症介護の勉強に来ました。

■東部包括の研修生、渡辺さんと内野さん

8月23日。武蔵野大学福祉科の3年生。

■杏林大学学生の笠原さん

9月6日。杏林大学で福祉の勉強をしています。

■国立障害者リハビリ研究所の間宮郁子さん

9月20日。リハビリ用具の研究開発をしています。支援会員になってくれました。

［ボランティア］

■アロマテラピーの船戸さん

9月6日。提箸さんの紹介。佐々木利子さんと冨田ユリ子さんがハンドマッサージをしてもらいました。

ラミヨ

【7−9月のラミヨ】

■7月14日

日曜開催「Dカフェ」がスタート。27人が参加して大賑わいでした。認知症カフェへの本格的な一歩です。

■7月27日

鎌倉市の包括支援センターの職員が見学に。グループホーム「上目黒つどいの家」の3人は、すっかりおなじみになりました。

■8月11日

東京新聞の取材がありました。

■9月27日

他区・他県からの見学者やメディアの人が重なり、27人で溢れんばかり。

［予告］

■ラミヨで「お医者さんを囲む会」を開催

秋以降、懇話スタイルの勉強会をラミヨで開きます。認知症専門医、認知症サポート医、訪問診療医、かかりつけ医など、さまざまなジャンルのお医者さんの話を聞く会です。毎月開催予定。

目黒認知症家族会　たけのこ

□**ミニデイサービス＆家族会**
- 第１・第３金曜日 10時〜12時
  中目黒スクエア 3719-0694
- ミニデイ参加費
  会員無料、ビジター１回300円
  ※見学・下見はご自由に。無料です。

□**年会費**
- 家族正会員 3,000円
- 個人正会員 2,500円
- 支援会員 1,000円

□**連絡先**
- たけのこ（世話人・竹内弘道）3719-5527
- 目黒区保健予防課 5722-9503
- 目黒区地域ケア推進課 5722-9385
- 目黒区社会福祉協議会 3714-2534

たけのこHP 検索

たけのこホームページURL　http://takenoko.kazekusa.jp/
e-mail　takenoko@kazekusa. jp