

事務局からのお知らせ

☆ 1月から行われた事業の報告

○ 介護者交流会

3月2日 総合保健福祉センター「ゆとろ」多目的ホール 参加者 47名
「あなたと私とクローバー～楽しい音楽の時間」

理学療法士のお仕事のかたわら、ボランティアでライブ活動をしているクローバーのみなさんと、写真家の清水さんによる音楽ライブと、トークの集いが行われました。

「ふるさと」「知床旅情」「上を向いてあるこう」など、なつかしい歌を参加されたみなさんと一緒に歌い、日々の介護を離れ楽しい時間を過ごしました。

○ 平成23年度当別町介護者と共に歩む会総会及び講演会

4月12日 総合保健福祉センター「ゆとろ」多目的ホール 参加者 30名

総会終了後、当別にグループホーム開設5年の「すぎの子の郷」の取り組みを、医療法人社団豊生会総合支援センターはつらつ当別センター長野坂達也氏と、「すぎの子の郷」管理者小林直美氏に、お話していただきました。「すぎの子の郷」での日々の暮らしが映像で紹介され、スクリーンに映る利用者さんの笑顔がとても印象的でした。

また、私達が認知症の方と接する時にたいせつな共感的援助や、コミュニケーションの取り方について、ユーモアを交えた身近なお話のなかから、役立つ情報を教えていただきました。

☆ 5月からの事業予定

○ 交流会

日時 5月17日（火）1時30分～3時30分

場所 総合保健福祉センター「ゆとろ」多目的ホール

内容 講演会 「地域に暮らす、認知症の方とご家族を支援する取り組みについて」

講師 当別町地域包括支援センター

○ 平成23年度全道家族の会総会

平成23年5月21日～22日 函館市 当会より五十嵐会長他数名出席予定です。

○ 介護者の集い

日時 6月8日（水）1時30分～3時30分

場所 総合保健福祉センター「ゆとろ」保健相談室

昨年に引き続き、介護されている方同志の集いを行います。‘いきいきクラブ’として託老も同時に行いますので、介護をうけておられる方同伴の参加も歓迎です。

○ 道家族の会道央ブロック研修会

日時： 6月29日（水）午前10時～午後2時30分

場所： 当別町総合保健福祉センター「ゆとろ」多目的ホール

日程： 午前の部 10時～11時30分

講演：「加齢による物忘れと認知症による物忘れの違い、予防について」

講師：放送大学教授 井出訓氏

： 午後の部 1時～2時30分 「各支部における活動報告、情報交換」 グループ討議

○ 施設見学

日時： 8月予定

場所： 介護老人保健施設愛里苑（当別町）

特養老人ホーム ばんなぐろ

詳しくは後日ご案内します。



第35号 認知症になっても安心して暮らせる地域を

2011年 5月 発行

ぬくもり

発行所

当別町介護者と共に歩む会

石狩郡当別町西町32番地2

当別町総合保健福祉センター

当別町社会福祉協議会内

電話：(0133) 22-2301

平成23年度「当別町介護者と共に歩む会」の総会終わる。

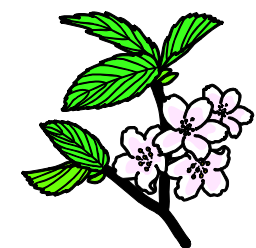
この度の東日本大震災は空前絶後の国難となっています。亡くなられた方々に、謹んで哀悼の意を表します。



平成23年4月12日（火）午後1時30分から“ゆとろ”多目的ホールに於いて歩む会の総会が開催されました。平成22年度の事業報告と収支決算、監査報告。平成23年度の事業計画案と予算案の討議は原案通り承認されました。ことしは新規事業として、6月29日に北海道認知症の人を支える家族の会道央ブロック研修会を当別町で開催することになり、初めての事なのでとまどいも有りますが、それに取り組む準備を今から始めています。毎年恒例の「介護者の集い」も2回開催します。その準備にも掛からねばなりません。会員の皆様方のご協力よろしくお願いいたします。総会の後、豊生会総合支援センターはつらつ当別のセンター長 野坂達也氏とグループホームすぎの子の郷管理者小林直美氏による、「グループホームすぎの子の郷の取り組みとケアのあり方」と題した講演会が行われました。町内の少ないグループホームの一つの取り組みについて、会員の皆さんは熱心に耳を傾けていました。

☆ 認知症相談 ☆

北海道認知症の人を支える家族の会（本部・札幌）は3月から、従来の電話相談に加え、医師が面談して直接話を聞く「医療相談」を始めました。予約制で毎月1回、金曜日の午後に行われます。料金は無料、申し込みは相談電話と同じ、☎011-204-6006（平日の午前10時～午後3時）へ。どの週に実施するかは適宜決めます。道家族の会は「認知症を疑っても精神科をためらい月日が経過する例も少なくない。気掛かりな人は電話を」と呼びかけています。



☆ 3月7日にあゆむ会
「交流会の集い」を開催 ☆

講師に理学療法士トリオ「クローバー」による歌と、作業療法士さんと写真家の清水麻衣子さんによる認知症のリハビリから体験談のお話がありました。



最初に作業療法士で写真家の清水さんから、認知症のおじいさんに昔使っていたカメラを、娘さんに探して貰い、それを使っていろいろと写して行くうちに、最初は気が乗らない風でしたが、根気よく進めて行くうちに昔を思い出した「この明るさなら絞りは絞った方が良さな」とか被写体も自分の好みの物を選ぶようになりました。施設のお祭りにおじいさんの写した写真展を開いたら、本人も家族も、特にお嬢さんが一番喜んでいました。使われていない脳をここまで回復させるリハビリに聴きながら大変感動しました。

そのおじいさんは昨年亡くなったそうです。開場の1時間も前から会場入りして、スピーカー等をセットし、清水さんの後にクローバーのライブが始まりました。ボーカルの井雲さん、ギターは今村さん、カホンという打楽器の谷さんのトリオの「涙そうそう」で始まり、トークを挟み、「知床旅情」を会場の皆さんで歌いました。その後クローバーの歌「虹の彼方に」が入り、また会場といっしょに「故郷」を歌いました。会場にグループホームからも数人の方の参加あり、その人たちと理学療法士のクローバーとのやり取りも会場を和ませてくれました。歌う前に声を出す練習、身体を動かす軽い体操などを入れて、会場の雰囲気をやかにさせてから歌に入りました。会場といっしょに「上を向いて歩こう」を歌い、最後にクローバーオリジナルの「天気雨」の歌に合わせて、会場の人たちもいっしょに身体を動かして、フィナーレとなりました。このような交流会は初めての経験で始めてみるまでどうなるのか心配でした。予定していなかった清水さんのリハビリ体験談も聞け有意義な交流会になりました。

そのおじいさんは昨年亡くなったそうです。

開場の1時間も前から会場入りして、スピーカー等をセットし、清水さんの後にクローバーのライブが始まりました。ボーカルの井雲さん、ギターは今村さん、カホンという打楽器の谷さんのトリオの「涙そうそう」で始まり、トークを挟み、「知床旅情」を会場の皆さんで歌いました。その後クローバーの歌「虹の彼方に」が入り、また会場といっしょに「故郷」を歌いました。会場にグループホームからも数人の方の参加あり、その人たちと理学療法士のクローバーとのやり取りも会場を和ませてくれました。歌う前に声を出す練習、身体を動かす軽い体操などを入れて、会場の雰囲気をやかにさせてから歌に入りました。会場といっしょに「上を向いて歩こう」を歌い、最後にクローバーオリジナルの「天気雨」の歌に合わせて、会場の人たちもいっしょに身体を動かして、フィナーレとなりました。このような交流会は初めての経験で始めてみるまでどうなるのか心配でした。予定していなかった清水さんのリハビリ体験談も聞け有意義な交流会になりました。



このような交流会は初めての経験で始めてみるまでどうなるのか心配でした。予定していなかった清水さんのリハビリ体験談も聞け有意義な交流会になりました。

シリーズとして「認知症の解説」を連載しています。

一六、「アルツハイマー病にはどんな薬が使われますか？」

長年、アルツハイマー病には有効な治療薬が無いとされてきましたが、一九九九年に塩酸ドネペジル（商品名アリセプト）という薬が認可されました。この薬には、アルツハイマー病の発症によって神経伝達物質（アセチルコリン）が減少するのを防ぐ作用があるため、記憶障害や認知障害が改善されて病気の進行が抑えられます。飲んでいる内に徐々にこうした効果は弱くなっていきますが、意欲を向上させるという別な効果もあり、継続して服用することで前向きな気持ちで生活出来ます。ただし、まれに食欲不振

や吐き気の他、怒りっぽくなる、徘徊や暴力がひどくなるなど副作用が現れることがあります。また自分の判断で勝手にやめると一気に症状が悪化する危険があります。非常に危険です。薬は家族が管理し、医師の指示に従って服用して貰うようにして下さい。

なお、塩酸ドネペジルはアルツハイマー病の早期であるほど効果が大きいので、できるだけ早くから服用することが大切です。

（この度新たなアルツハイマー治療薬2品目が製造販売の承認を取得。薬はメマンチン、ガントミンで一月二一日付けで製造販売の承認を取得したと発表した。事務局より）

一七、「漢方薬は認知症に効果がありますか？」

認知症の症状には、誰にでも見られる「中核症状」のほか、人によって現れ方の違う「周辺症状」があります。周辺症状は、お金を取られたと思いついて妄想や、あちこち歩き回って帰れなくなる徘徊、排泄物をいじる不潔行為など様々ですが、こうした行動につきあうのはとても大変なことです。介護する人が疲れ果ててしまふことが少なくありません。漢方薬は、こうした周辺行動を改善する効果が高いと言われています。

これまで、周辺症状に対しては抗精神病薬、抗うつ薬、抗不安薬などの西洋薬が使用されてきました。抗精神病薬の中に

は身体は活動すべてを鈍らせてしまう作用がでてしまうものもあります。それに對して漢方薬には、日常生活動作を低下させることなく困った症状だけを抑えていくという特徴があります。たとえば「抑肝散」というお薬は、神経の興奮状態を鎮めてイライラや不安を改善し、穏やかな生活を

取り戻す手助けをしてくれます。こうした周辺症状の改善は、介護する人にとっても大きな救いになります。また、西洋薬に比べると副作用が非常に少ないので、安心して長期間服用できるお薬と

言っていていいでしょう。「レビー小体型認知症」にも効果有り。
なお「抑肝散」のほかにも「釣藤散」「抑肝散加陳皮半夏」「黄連解毒湯」

※ 公益社団法人 認知症の人と家族の会会報「ぼーれぼーれ」付録「緊急時対応シート」と裏に「もしもの時の応急処置」を会員の皆様にお届けします。