

cafe通信 スノードロップ

創刊号

NP0法人もの忘れカフェの仲間たち 設立にあたって

ごあいさつ

平成 25 年 8 月 11 日 NP0 もの忘れカフェの仲間たちの設立総会が開催され、多くの方のご賛同とご加入を戴きました。そして、提出された議案はすべて承認され、NP0 が設立されました。

私共は、これまでご本人・ご家族に対する診療、参加者ができるだけ決めるデイサービス「もの忘れカフェ」、認知症に関する相談、研修・指導、多職種・地域連携等を通じて、できるだけ本人や家族の尊厳が守られ、生活の質を維持するための支援を行ってきました。

また、平成 23 年 10 月からは、ていた若年認知症の人が、退職後も「労働の場」を作り、この取り組みに賛一ジャー、保健師、行政職、他の障



診断を受けた後も就労を継続し何らかの仕事を行う「生きがい就同していただける医師、ケアマネがいをお持ちの方の支援者、民間

企業の方たちにも入っていただきながら、さまざまな取り組みを始めています。今後は、これらの活動を発展させ、若年から高齢者までのすべての認知症の人、他の障がいをお持ちの人を医療やケアのシステムで支える一方で、そのご家族、支援者、医療や福祉の専門職、学生や子どもたち、住民等が集える場作りを目指したいと考えています。そして、仲間のみなさまと共に、障がいを持っていても健常者と同じように当たり前に生活できる社会を目指す活動を続けていきますので、ご指導ご協力をお願いいたします。



理事長 藤本直規

スタッフの決意 ひとこと。。

1999年のクリニック開院から様々な経験と同時に、多くの出会い、お別れも積み重ねてきました。デイケアから始まり、マンションでのお泊まりやもの忘れカフェのスタート、本の発刊や数々の学会参加など、どれも自分たちにとっては振り返るきっかけとなり、スキルアップを目指す機会ともなりました。そして今回、NP0 もの忘れカフェの仲間たちの設立にも仲間の一人として参加できたことはとても嬉しくもあり、さらに気持ちが引き締まる想いです。個人の立場を認めあい、高めあえる場として地域に根付けよう、これからも一つ一つの出会いを大切にしていきたいです。



今までの活動も変わらずに続けながら、今以上に充実した活動ができるように、気持ちを引き締めてスタッフみんなで前進していきます。

スノードロップを NP0 もの忘れカフェの仲間たちのシンボルにしました。

別名「待雪草」。ロシアの詩人のマルシャークの劇「森は生きている」に登場します。この花にはこんな伝説があります。エデンの園を追われ、雪降る冬の世界へと追い出されたアダムとイヴ。絶望と寒さで嘆き悲しむ二人の前に天使が現れました。

「必ず暖かい春がやってくる」天使は二人を慰め、雪に手を触れると、溶けた雪のしずくがスノードロップになったといひます 私たちも、困難があっても、必ず春は来る・必ず道はひらける・必ず何かが始まる・必ず何かができる・そう思っています。

NPOもの忘れカフェの仲間たち設立記念

講演Ⅰ 「認知症施策の今後の方向について」

講師：厚生労働省老健局認知症・虐待防止対策推進室長 勝又浜子 氏

講演の第1部では、厚生労働省老健局 認知症・虐待防止対策推進室長の勝又浜子氏が「認知症施策の今後の方向について」と題したお話しをして下さいました。

勝又氏は講演の中で、今までの「認知症の人は、病院や施設を利用せざるをえない」という考え方を改め、「認知症になっても、本人の意思が尊重され、できる限り住み慣れた環境で暮らすことができる社会」をめざすとおっしゃっていました。

具体的には、認知症ケアパスの作成・普及（いつ、どこで、どのような医療、介護サービスを受けられるかの流れ）の推進をあげられていました。また、早期発見、早期対応の大切さを述べられ、そのためには、かかりつけ医の認知症の対応力の向上を目指すこと、一般病院での認知症の対応力の向上も必要であると話されていました。しかし、一般病院の医師や看護師には、認知症患者への理解不足がいまだに深刻であることをふまえ、一般病院の関係者に対する研修を2017年度末までに2,200名にすると述べられていました。私たちのデイサービスの参加者の方にも、今いる家で最期まで過ごしたいと思われている方はたくさんおられます。認知症でも地域で過ごすことのできる施策は最も求められていることだと感じています。今回数字を出して話してくださったので、この施策がより具体的に感じられました。



講演Ⅱ 「認知症の本質『病識低下＝客観視不能』、 本人の視点に立ったケアに活かす」

講師：群馬大学大学院保健学研究科リハビリテーション学講座・教授 山口晴保 先生

第2部は、群馬大学大学院保健学研究科リハビリテーション学講座教授の山口晴保先生のお話しではじまりました。「認知症の本質『病識低下＝客観視不能』を理解して、本人の視点に立ったケアに活かす」というテーマでのご講演でした。

先生ははじめ「笑いヨガ」をしましょうと言われ、会場が笑い声に包まれるなどユーモアあふれるお話で、難しいテーマについてわかりやすく教えて下さいました。先生は認知症の症状は他者との関係で出てくるものもあり、本人が変わりにくい分、周りが変わる必要があると述べられていました。また、笑顔はたとえ0.1秒でも赤ちゃんであってもすぐに伝わるという「表情認知」の話がとても印象に残りました。普段、何げなく相手と話をしている、笑顔や怒った表情はすぐに伝わるのだと分かり、認知症の方だけでなく、誰に対しても表情というのは影響が大きいのだと思いました。

認知症の方は、病気でない人に比べ相手の気持ちの変化を感じ取る力は鋭いと私たちも常々感じています。わかりづらいことが増えていく中で、相手の表情や、語気から読み取ろうとされているのかなと思っています。いつも、相手の立場ならどのように感じるかと考えて、接していくことの大切さを改めて思いました。



講演Ⅲ 認知症の医療とケア 地域包括ケアの新たな取り組み

NPO もの忘れカフェの仲間たちがめざすもの



理事長藤本直規、副理事長奥村典子からは、これまでの藤本クリニックが行ってきた「本人、家族の両方のサポートを考えた取り組みと、これから NPO 法人もの忘れカフェの仲間たちがめざす取り組みについて」という話をさせていただきました。

認知症の啓発普及に関する本人と家族の取り組み

認知症に関する啓発活動は決して「研修・講演」というスタイルだけではなく、本人、家族が懸命に生活しておられる姿を地域にお伝えすることが最良の啓発であると考えます。もの忘れカフェ（認知症デイサービス）の中心的な活動である社会参加活動は、10年間継続しています。

本人、家族、住民、専門職からの相談に関する取り組み

受診前の相談は、早期診断・治療につながります。本人、家族も住民もそして専門職も、医療とケアの両方の相談場所を求めていると考えます。

開院時から相談活動は行っており、その相談件数の多さや必要性に注目され、全国に先駆けて2005年4月に滋賀県の委託を受け、藤本クリニック内に「もの忘れサポートセンター・しが」を設置、2011年4月から「滋賀県若年認知症コールセンター」も設置され、介護相談と現地相談を行っています。



診断後空白期間を作らないための薬物・非薬物治療の取り組み

生活を支える診療と、心理教育（本人、家族の病気の受け入れと理解、仲間との出会いの場の提供）、本人、家族交流会（ピア・カウンセリング）など、多くの仲間と支援者の存在を知ってもらえる場をつくっています。

顔が見える関係から、考え方の共有化

多職種のつながりを深めるためには、顔が見える関係だけでなく、考え方の共有化が必要だと考えます。医療と介護の両面からの人材育成も、丁寧に行わなくてははいけません。私たちも「認知症の医療とケア連携 IN 守山野洲」で日々勉強です！

NPO もの忘れカフェの仲間たちがめざすもの

自分たちから仲間へ、仲間から地域へというつながりを作ること。そのつながりは丁寧にバトンタッチすることからうまれるものです。そして、それでもあちこちにできてしまう様々な隙間にきちんと目を向け、解決のためにいつも何かを始めようとしています。その一つとして、本人や介護のために働けない家族の就労の場をつくることへのチャレンジをはじめました。更には、他の障がいをお持ちの方や地域のみなさん、子どもから学生さんまで、幅広く地域のコミュニティの輪を広げることを今後めざします。そして、藤本クリニックでは、これまで通り認知症の医療とケアで出来ることを頑張りながら、仲間との連携を深めていきます。



＊講演会に向けての参加者の取り組み＊

デイサービスの参加者から診断直後の人たちへメッセージを作りました



全ての手順を一人ですることは難しかったのですが、カードを丸く切る人、メッセージを書く人と分担しました。

ハサミが上手く使えなくても、ひもを三つ編みすることができる女性や、パンチで穴をあけて下さる男性など 自分たちができることを見つけて、取り組みました。

できることに注目！

メッセージには「慌てなくてもいいですよ。」「今までがんばったんだから、がんばりすぎなくてもいいよ」という声や、「メモをとることは後で思い出しやすいです」「たまには外に出て、道の花などを見てみましょう」など具体的なアドバイスまで、病気になる本人だからこそわかる言葉や思いがたくさん出ていました。

これは講演会での資料に1つつつつけられ、皆さんのお手元に届けられました。

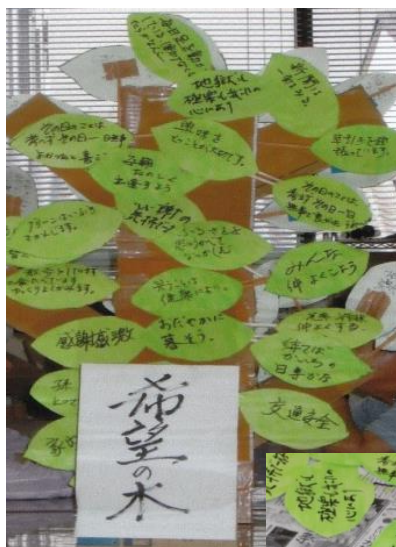
心に届くたくさんのメッセージ

資料の袋詰めは仕事カフェの皆さんが取り組みました。
その袋にデイサービスの皆さんがメッセージをつけました



もの忘れカフェの作品ポスターを展示

希望の木



「希望の木」という作品がありました。ご覧になった方もいらっしゃるかと思います。

葉っぱの一つ一つには、デイサービスの参加者の方のメッセージが込められています。自分が頑張っていること、気をつけていることなど、たくさんの経験を積まれた方たちだからこそそのメッセージがいっぱいです。色をつける人、切る人、字を書く人、組み立てる人、それぞれの力を発揮していただきました。



**いろんな言葉が書き込まれました
想いを言葉にすることって
大切なことですね**



参加者もスタッフも全員で取り組みました

活動紹介Ⅰ

～ 仕事カフェ ～

2011年10月から、毎週水曜日の
12:00～16:00まで、若年認知症の人達
が働く場として内職を受注し、作業を行っています。

ご家族、住民さんも参加

仕事カフェは、診断後の空白期間を埋めるためと、次のステップ(介護保険サービス)
へスムーズに移行できることをめざし、若年認知症の方々を中心として、どんな障が



いであるにも関わらず、共に働く場所であることをめざ
します。また、現在、介護をされている方、すでに介護
を終えられた方など様々ですが、ご家族なども参加して
くださり、共に作業をすることで、ケアのヒントを得たり、
語らいによるリフレッ
シュなど、社会参加の機会
にもなってきました。最近

社会参加の場に

では、クリニックがある守山市梅田町の住民さんもお顔を
を見せてくださるようになりました。

ある日の出来事

仕事カフェでは、水曜日の作業の為に、前日スタッフが
が仕上がった品物を会社に届けています。作業内容に
ついて、いくつかのチェックポイントの指示があり、
それを参加者の方に伝え、仕上げまでに何度かのチェ
ックを入れています。



不良品を納品した！

ある日、届けに行ったスタッフが、表情を変えて帰っ
てきました。「前回の仕事に不良品があり、ラインを止め取り付けた品物を一つ一つ
チェックすることになった。」と報告があったのでした。

参加者、スタッフ共に、事の甚大さに
意気消沈、しばらくは言
葉も出ません…。

失敗しない工夫を考える

しかし、企業の第一線で働いてこられた皆さんは、「申し訳ないことを
した」「失敗しない為には…」とお互い声を掛け合い、気合いもはいり
ました。



その後、「ビジネスパートナーとして考えていますから」との温かい声に、全員感謝
と仕事への責任を改めて感
じました。

ビジネスパートナーとして

体調や症状の変化で、集中
が続かなかったり、作業がしにくくなったりありますが、仲間とともに充実した時に
なるよう、過ごしたいと思っています。

活動紹介Ⅱ

もの忘れカフェの 社会参加活動



自分たちにもできることはある

2004年から始まったもの忘れカフェの活動の中に、社会参加活動があります。これには、守山駅前清掃・古切手収集・雑巾作り、マザーレイク滋賀基金への協力として、古新聞・段ボール・古雑誌・ペットボトルのキャップ・空き缶のプルタブの収集などがあります。



この活動は、2004年に公園の清掃活動をされている姿を見たのがきっかけになり、「自分たちにもできることはある」「世間の役に立つことをしよう」と始めました。

駅前清掃

自分たちにも出来ることがある。何か役に立つ事がしたい！と始めました。
天候や気候で出来ない時もありますが、10年間継続されています。



雑巾づくり



たとえ針が使えなくても、タオルを切ったり、シールの色付け、袋に入れる事で参加して頂いています。出来上がった雑巾は、外来に置かせて頂き持ち帰ってもらっています。
タオルは、ご家族の方や住民の方、外来の患者様が持ち寄って下さっています
今後ともご協力よろしくお願いいたします。

集めた古切手は、周りを丁寧に切って、神戸にある団体に送っています。
その切手は、しおりなどにリサイクルされ、バザーなどで販売され、障がいをお持ちの方のための活動に役立っているそうです。



古切手回収



～マザーレイク滋養基金へ～

資源を回収し、琵琶湖にヨシを植える活動 もの忘れカフェの仲間たちも参加しています



ボトルキャップ・プルトップ

以前の回収箱ではすぐに一杯になっていました。「もう少し大きい箱に出来ないか」と相談。

「そんなのお安い事や!」「大きさは?」と次々と計画が進み、その日のうちに仕上がってしまいました。男性同士の少人数グループでしたが、チームワークも良く、各々に意見を出し合っておられました。

割り箸

昼食時、回収用のはし入れを各テーブルに置き、食事が終わると、各自で入れて下さっています。スタッフが出し忘れていると「ないよ」と合図して下さる方もあります。



古新聞・ダンボール



「これだけか」「きちっと結んだか」とスタッフの結び方をチェックされるAさん。ボランティア活動にはとりわけ熱心に取り組んで下さっています。人の為に役立つ事の思いが行動・発言に出てくるのだと思います。もちろん仲間の方たちの協力もバッチリです。

回収している団体からは、どれだけの金額になったか琵琶湖にどれくらいヨシが植えられたかが届きます。参加者もこの手紙が励みになっています

日程の確認はいつも使うホワイトボード

社会参加日程	
1. 駅前清掃	毎月 1日、11日、21日
2. 小部屋、準備室 整理	毎月 6日、16日、26日
3. ボトルキャップ、プルトップ 古切手の整理、郵送等	毎月 10日
4. 雑巾、縫い、展示室整理	毎月 3日、13日、23日

ホワイトボードはデイサービスでもよく活用しています。言葉で聞いてもすぐに忘れますが、目で見えて読むことで気づくことができ、思い出すきっかけになりやすいのです。また、理解をすることに時間がかかりますので、文字を読むことで落ち着いて頭の整理をすることができます。



これからの予定

平成 25 年 11 月 2 日

関西地域部会 I 事例検討会
(奈良県医師会館)

11 月 16 日 本人・家族交流会

11 月 18 日～22 日 デイサービス作品展
「もの忘れカフェの仲間たちの作品展」

ぜひお越し下さい！力作揃いです。場所は守山駅前案内所です

12 月 14 日

第 1 回 NP0 もの忘れカフェの仲間たち研修会
参加者受付中です。詳しくはお問い合わせを！！

平成 26 年 1 月 11 日

本人・家族交流会

1 月 12 日

第三回滋賀県認知症医療とケアフォーラム (ピアザ淡海)

2 月 1 日

関西地域部会 I 事例検討会 (ピアザ淡海)

藤本クリニックの書籍紹介



会員募集のお知らせ

正会員 会費 3,000 円(年間)
賛助会員 会費 10,000 円 1 口以上(年間)
詳しくは 藤本クリニックまで

あとがき

皆様のご協力のおかげをもちまして、無事に創刊号を発行することができました。これからも、定期的に NP0 の活動などを発信していくことができればと思います。ご意見や、ご感想がいただければ次号からの励みになりますので、いつでもお待ちしております。これから寒い時期を迎えます。皆様、風邪などひかれませんようご自愛ください。(monowasure)



発行者 : NP0 もの忘れカフェの仲間たち
滋賀県守山市梅田町 2-1-303
TEL 077-582-6032
発行日 : 平成 25 年 10 月 17 日