

VIVID LETTER

No.23

発行 2019/9/1

社会福祉法人悠遊での「認知症」をテーマとした地域づくりの試み	1
高次脳機能障害相談 VIVID	2
セミナー開催報告	3
ひとこと通信	4

“VIVID”は高次脳機能障がい者の社会参加を支援する特定非営利活動法人です。

特定非営利活動法人 VIVID(ヴィヴィイ)
〒161-0033
新宿区下落合 4-20-16 ルイ小白 103
TEL: 03-5849-4831 FAX: 03-6908-3364
E メール hbd-vivid@vivid.or.jp
HP <http://www.vivid.or.jp>

社会福祉法人悠遊での 「認知症」をテーマとした地域づくりの試み

悠遊は、生活クラブ生協が母体となって、1993年に設立した社会福祉法人で、西東京市・世田谷区・中野区の3拠点で、通所介護、訪問介護、グループホームなど高齢者福祉分野の13事業を展開しています。「尊厳・自立支援」「地域」「サービスの質の確保」の3つを法人理念としていますが、今回西東京市での地域づくりについて紹介させていただきます。

厚労省は、2025年に認知症の人が700万人を超え、65歳以上の5人に1人という推計を出しています。悠遊ではグループホームはもちろん、その他の事業においても多くの認知症の方との接点があります。グループホーム(認知症対応型共同生活介護)のご入居者は、全員が認知症ですがその症状は様々です。悠遊ではご入居者が自分でできることを奪わないこと、自分のペースでの生活の尊重を大切にしています。

また、日中は玄関の鍵をかけないため、一人で外出されるご入居者もいらっしゃいます。「徘徊」という言葉がありますが、悠遊ではその言葉は使わ



グループホーム入居者
100歳お祝いの会

社会福祉法人悠遊
理事・統括責任者 山田健介



新たな拠点「安心ケアセンター・悠遊え
ごた」

ないようにしています。なぜなら、あてもなく歩くではなく、その方なりのしっかりと理由があるからです。職員は決して否定せず、その気持ちに寄り添いながら、外出の見守りを行うようにしています。また、近隣の方も、ご入居者が一人で出かけられた時に声をかけていただき、職員が到着するまで見守っていただくなどのご協力もいただいています。

認知症の方は、外出した時に、今自分がどこにいるのか、どこに行こうとしているのかがわからなくなり、行方不明となることがあります。交通事故など生命にかかわるような危険を伴う可能性もあることから、できるだけ早期に発見・保護することが必要です。悠遊では地域全体の見守り力を高めていくために、11年前から「西東京認知症SOSネットワーク模擬訓練」を実施しています。地域の民生委員、福祉事業関係者、大学生、地域の市民の方をはじ

めとして毎年 100 人くらいの参加があり、認知症を知るためのミニ講座、認知症の方と街で出会った時の対応のロールプレイング、街に出ての模擬訓練などを中心に行なっています。今年も、11月 17 日(日)10 時～12 時に西東京市立保谷小学校体育館・校庭で開催予定です。今回は、小学校高学年以上の子どもたちとその親を主な参加対象として楽しみながら学べる企画を検討しています。

認知症をとりまく課題は、医療や介護の枠組みの中だけで考えるのではなく、地域社会づくりとしてとらえることが必要です。また、認知症は自分とは関係ない「厄介ごと」「困った人」と考える方が多くを占めているのではないかでしょうか。しかし、誰もが認知症になる可能性があります。「自己ごと」としてとらえることで、地域の中で自分に何かできないかという発想に転換できると思います。まずは、街で歩いている時も、困っている方はいないか?という

目線と察知する感度を持つことがその一歩です。そして、勇気を出して「何か困っていませんか」「大丈夫ですか」と一声をかけ、周りの人にも協力を呼び掛けて対応する輪を広げていきたいと思います。このことは、認知症の方だけでなく、障がいのある人、子どもたち、その他地域で支援を必要としている人が、必要以上にバリアを感じずに、自分らしい暮らしができるような地域づくりにつながるはずです。地域の資源(町会、コンビニ、銀行、郵便局、商店、スーパーなど)とのネットワークづくりも重要な課題です。地域でのネットワークをつくりながら、この取組みを着実に前進させることをめざします。



武蔵野大学ゼミと
グループホーム入居者との交流

高次脳機能障害相談支援 VIVID

育児支援の事例

今号は、電話での相談からサービス等利用計画作成に至るまで関係機関の連携と相談支援の仕事について紹介します。

Bさん(女性)は、東京都高次脳機能障害相談専用電話相談窓口からの紹介で電話をかけてこられた。聞き取れる範囲で本人の困りごとをメモに起こした。主訴は化学療法で在宅治療を受けているが薬が変わるために、投与後の体調によって自分が動けなくなることがあります。買い物、炊事、洗濯などのサービスを入れてほしい、子どもが心配なく学校に通えるような支援が欲しいとのことだった。

計画相談の一般的流れでは、治療が一段落し症状固定となればその時の診断書をもって手帳を申請し、その後に必要な支援を申請することになる。生活支援が必要にもかかわらず通常の手続きでは時間がかかりすぎるため、新宿区の基幹型相談支援障害者福祉課支援係に相談し、障害者総合支援法居宅介護の家事援助の中の「育児支援」サービスが使えることがわかった。利用条件

は、「障がい者本人が親として十分に子どもの世話ができない場合で、子どもは概ね小学3年まで(状況によってと小6まで)」となっている。障がい者の認定も条件の一つである。

改めて本人とお母さんのふたりでVIVID相談室に来られた。家族は夫と子ども一人。病気が判明した後も転移が見つかるまで企業で働いていたというだけあり、要点を押さえた話しうさが、たまに話がわからなくなり「もう一度説明してください」と言われ、高次脳機能障がいの症状がみられた。お母さんの訴えは、Bさんは頑張り屋で、どんな時も自分でできるから大丈夫と母の手伝いも断り、小学校低学年の孫が家事をしたり、夫も出勤前に洗濯、掃除、夕食の準備などやっているがもう限界で、子どもの気持ちも聞いてもらえる支援が必要というものがいた。

「育児支援」の手続きの流れを説明し、支援を受けることを本人が承諾。治療を受けている病院の相談員(MSW)が区の保健所に連絡し、かかりつけ精神科医に診断書をもらう予約まで本人と一緒に進めた。同時に区の支援係と保健センターの連携で担当保健師も決まり、保健師とワーカーの訪問面接も終わり、VIVID相談支援事業所に計画作成の依頼書が届いたのは面談から2週間後だった。次は、夫と子どもの意見も反映した計画づくりにつなげていきたい。

(相談支援専門員:池田敦子)

高次脳機能障害相談支援 VIVID

事業所番号: 1330401637

☎ 03-6380-2015

高次脳機能障がいのための 注意と情動のコントロール ～マインドフルネス～

2019年7月20日セミナー開催 新宿区委託高次脳機能障害者支援セミナー

日本リハビリテーション医学会専門医・穀間剛先生（医療法人社団敬智会梶原病院リハビリテーション科）を講師に迎え、セミナーを開催しました。内容の一部を報告いたします。

型にはまらない支援が大事

もしやこの漫画は「あのTwitterの漫画？」一つことは、Twitterの主が穀間先生！ってこと？と、まずは驚きから始まりました。漫画で高次脳機能障害などの解説をしているTwitterのアカウント名は「高次脳機能障害・発達障害・認知症相互支援」。フレッシュスタート目白（フレスタ）のTwitterもフォローしていたのです。

講演は漫画をいかしてのものでした。

まず「高次脳機能障害・発達障害・認知症は脳に問題があり認知機能（脳の働き）が落ちていること。全て同じものです」と言われ、障がい名でくつた支援ではなく、型にはめないポジティブな行動支援や治療環境づくりで、全タイプ共通の支援の作り方を学びましょう、と話されました。

研修として参加していたフレスタのスタッフは、いろんな障がいがある人と日々接していることから大いに納得。

記憶の容量を減らさないことで記憶を保つ

記憶はパソコンの容量（メモリー）と同じで、容量が減ると記憶ができなくなるけれど、機能全体が悪くなつたわけではない。だから、容量を減らさないように、他の“邪念”が割り込まないように記憶するのがよく、一番簡単な方法は声を出して確認すること。声を出している間は、他のことは考えられなくなり、作業の集中が高まる。容量には限界があるので、あれこれ注意するのは逆効果！それより「これだけは注意してね」と言うほうが効果あり！というわけです。とはいへ、「考えるな」と



これまでのセミナーと趣向が違うマインドフルネスに興味を持って参加された方が多く、先生のTwitterを見て参加された方も。参加者60人。右の写真が穀間先生

いうのは、「トイレを我慢」と言われるとトイレに行きたくなることと同じで、これまた逆効果。うまく気をそらすのがポイント。

この気をそらす、注意を外向きにするためのエクササイズを参加者で体験しました。注意を呼吸に向け、注意がそれでも呼吸に戻すことを続けることで瞑想状態にする体験です。イライラする、眠れない、という時にも役立てられます。

いつもと違った体験を伴うセミナーで、取り入れたいという感想も聞かれました。フレスタのスタッフも支援の参考にしていきたいと思います。

もっと詳しくお知りになりたい方は、先生原作の冊子やTwitterフォローをどうぞ。（金尾敏恵）



右は冊子の表紙

フレッシュスタート目白（フレスタ）とミニディイそれぞれの利用者さんからの寄稿です。

フレッシュスタートでの1日

私は2014年11月15日(土曜日)息子が高校1年の時、何の前触れもなく、クラスの保護者会で、落ちた鉛筆を拾えなくて次第に意識が遠のいていました。目が覚めたのは手術後の集中治療室で、家族がベッドの側で見守ってくれていました。救急車で運ばれたあと脳梗塞だとわかり緊急手術になったと聞きました。私の場合は幸いにも先生方やお母さん方が沢山いたので助けてもらいました。

手術をした病院で右半身の麻痺と高次脳機能障害の診断を受け理学療法士、作業療法士、言語聴覚士の方々には大変お世話になりました。毎年、桜の季節になると元気になった姿を見せに行きます。

B型のフレスタ通っていて、個々に合わせ又体調に合わせ次の事をしています。レジ、品出し、犬クッキーづくり、パソコン、チラシ数え、チラシまき、ビーズ製作、値札つけ、着物のほぐし、緑化作業です。クッキーは犬が美味しそうに食べる姿を想像しながら全工程に取りかかっています。日直の仕事のひとつでフレッシュさんという名前を付けたマネキンの着替えもやっています。



1周年記念イベントで
1年のあゆみを発表

着物のほぐしは、一針一針『無』になれるので、私は一番好きです。今年4月の一周年記念で私はテーマカラーのオレンジ色を身に付きました。利用者の大半が出席し、スタートの頃を懐かしんでいました。

(フレスタ 小麦)



リーディング劇での
山本さんの語りは秀
逸です(K)

フレッシュスタート目白からのお知らせ

●ショップ販売品の基準を改めました

ご提供いただく品物について、詳しくは、フレスタのホームページをご確認ください。

<https://fresh901.wixsite.com/start>

●企画に参加します

自主製品(11クッキー、ビーズのメガネチェーン等)を販売します。

ぜひ、お立ち寄りください。

★共同バザール 12/3(火)、4(水)

@新宿駅西口地下のイベントスペース

★ハンドメイドマーケット 10/9(火)～15水

@新宿駅タカシマヤタイムズスクエア

VIVID からのお願い

ご寄付でのご協力ありがとうございます。
フレスタの経営は、まだまだ厳しいです。ご協力はいつでも受け付け中！よろしくお願いします。

【銀行口座への振込の場合】

三井住友銀行 国立支店

普通 7907442

名義 特定非営利活動法人 VIVID

【郵便振替口座への振込の場合】

郵便振替口座 00130-7-780312

加入者名 特定非営利活動法人 VIVID

編集後記

毎日、あふれかえる提供品は、地域にフレスタが浸透している証。20人20色の個性溢れるフレスタメンバーが来客お待ちしています。(金尾)