

★心に残っているあのことこのこと◆

## 内山カツさん 百歳のお誕生日おめでとう



祝 “ 自分史 ふたりで二百歳 ” 完成

アカシア会理事長・クリニックふれあい早稲田院長

大場 敏明

「年を重ね、長生きしてしまって、若いひとたちに迷惑かけて」と、嘆かれる高齢者の方に、私はいつもこう言います。「人生、幸不幸、運不運様々ですが、一歳ずつ同じ速さで年を重ねること、あの世に行くことが出来るのは一回だけなのは、全ての皆さん同じです。有名人であれ、庶民であれ、これは全く平等なのです」と。

しかし、「ふたりで二百歳」の内山ご夫妻は、それ自体が、文句なしに幸運であり、幸いなことです。こんな貴重なカップルをお創りになるとは、神様、実に不平等。でも、とても高嶺ですが素晴らしい目標を、我々にお与えになった。



百歳を迎えて、総理大臣から感謝状をいただきました。息子さんご夫婦とご一緒に



自分史「ふたりで二百歳」の出来上がりを喜ぶカツさん

今年、百歳を迎えられたカツさん。その百年は、多くを伴にされたご主人との二人三脚を抜きには語れない人生です。また、ひと足先に天国に旅立たれた清高さんの生涯を振り返る時、それを支え、力を合わせて温かい家庭を築きあげられたカツ夫人の存在が欠かせない。もう思い出を語れない清高さんは、編纂にたずさわった「村史」と、引退後に描きとめたいくつもの著作、そして、膨大な日記などに、自分史が滲み込まれていました。一方、自らが書き著したものはなかったものの、記憶を蘇らせて、思い出を語られ、アカシア会の高杉さんが中心になって記録にまとめあげたのです。

そもそも自分史(自叙伝)は、これまでの人生を振り返り、ご家族・ご親戚などの方々に、ご自分の経験・思いを伝える記録です。

そしてそれは、我々アカシア会職員にとっては、その方の人生と背景の歴史・社会を深く知ることです。そして、地域・自治体関係の方にとっては、そのあるべき姿を創り上げてきた清高さんの人生は、規模の大小が異なるとも、自治体・市町村の真髓を、浮かび上がらせてきた、深い人生のお教えを感じるものでもあります。

百歳という頂きにたたれたカツさん、さらにしなやかな歳月を重ねられて、我々に、「その人らしい人生」を引き続きお示し頂けるよう、願っております。

(カツさんの誕生日によせて 2011年9月26日)

# かけがえのない人生を形に

～自分史が完成 みんなで祝う～

デイサービスふれあい倶楽部



人は誰でも、かけがえのない人生の足跡があります。それを“形”として表すことも大事ではないでしょうか。その試みをデイサービスふれあい倶楽部の利用者さん3名と一緒に昨年5月から「自分史づくり」として取り組んで参りました。大場理事長をはじめ、職員・御家族・ボランティアの方々との協力し、ようやく完成に至りました。

認知症予防には脳を活用して創作・回想・工夫・応用・転機などを駆使する事が効果的とされています。このサイクルを活かしながら履歴書作りや聞き取りなどエピソードを引き出し、更には写真を使って視力から刺激する。人生は社会の歩みと重なります。そのため日本の歴史を調べ深みを出すなど試行錯誤を繰り返し、壁にぶつかっては協議しながら作り上げました。



自分史のタイトルは『私の歩んだ道』(本多精忠さん)、『九十五歳のみちのり』(岩崎梅子さん)、『わたしの記憶』(中埜濱子さん)で、人生の深みと重さを実感させられる自分史が誕生しました。

9月18日の敬老の日のお祝いと共に慰労会と称して当日の利用者さんと共に作成に携わった方々をお招きして完成慰労会を開催しました。

オープニングとして塩澤様の心和むピアノ演奏から始まり、贈呈式が開催され、大場理事長より完成に至るまでのエピソードを語りながら御本人様とご家族へ贈呈しました。

御家族からは自分史を夢中になって読んでいる方や終戦記念日に息子さんが読んで涙した事など完成によせてお言葉を頂き、ボランティアさんからも戦争は二度と起こしてはならないと痛感したこと、良い経験になったとの感想を頂きました。



そして自分史の完成と敬老を祝って、早稲田健康友の会の斎藤様より力強い日本舞踊、むげん太鼓さんの迫力満点の和太鼓が披露され時間はあっという間に過ぎてしまいましたが無事に終了いたしました。

自分史づくりを通じて私たちは日本の歴史を知り、御本人の歩まれた人生を知り、支援に対する視点が変化しました。一緒に取り組んだボランティアさんとの交流も深める事が出来、時間は掛かりましたが取り組んで良かったと思います。何より御本人や御家族が喜んで下さったことが嬉しく御協力下さった方々へ心より御礼申し上げます。

完成した自分史はデイサービスふれあい倶楽部に、いつでも閲覧出来ますので宜しければ是非足をお運び下さい。お待ちしております！

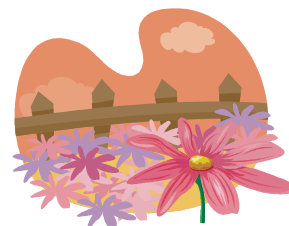
<田中絵里>

# 今 高齢者が求めている「物忘れ外来」

～医療・生活・心のより所を大切に～

先生がハグ(抱いて)してくれた  
いいよ いいよ 年だもの  
とても 私に気を遣い  
一生懸命 話してる  
いい先生だね  
いい先生だね

(アルツハイマー型認知症の診断を受けた男性の詩から)



何かの用事をするために階段を降りている時に、「あれ?? 何をするんだっけ…」と、一瞬戸惑ったり不安になった事はありませんか。だいたい、《ああ、あれだ》と思い出しホッと胸をなでおろします。しかし、忘れたことを思い出さなかったり、忘れたことを認識できないということも…。

皆さんは、クリニックふれあい早稲田に「物忘れ外来」があることをご存知ですか。その外来についてお話します。

「先生、忘れて、忘れて困っています」と、涙目で訴える70歳代の女性。「一日中何度も同じ事を聞かれて困っている」と、嫁さんと一緒に来所した80歳代の男性。「私は何でもないが、人に迷惑をかけているらしい」と、地域包括支援センターの相談員と一緒に受診した高齢者。などなど、「物忘れ外来」には様々な地域の高齢者が、《物忘れで困っている》ことを理由に来所されます。

今、認知症は、診断の技術が進み、アルツハイマー型認知症、脳血管型認知症のみならず、レビー小体型認知症や前頭側頭型認知症などの診断が精密にできるようになりました。それぞれの病気では、障害された脳の部分が少し異なるため、症状の種類や出方に特徴があります。

認知症の症状の解析も進みつつあり、しかし未だ治すことができない病気なのできています。しかし、それまでの自分さの中で生きていく人々には、進行をしていくための支援、そして心のより所



特徴に合わせたケアも研究されています。症状の改善には良い薬も開発されを失っていくことへの不安と生活の不自由抑制し症状を改善させる医療と、生活が必要で

クリニックふれあい早稲田は、まさに

地域の「かかりつけ医」として、心身の

健康のより所の一つとして、毎週火曜日午後、定期的に「物忘れ外来」を開き、専門機関と連携して早期の診断を行い、医療を行いながらケアと一体となって生活の不自由さを改善していこうと取り組んでいます。

「物忘れ外来」には、1ヶ月に50人前後の方が来所しています。まだまだ来所者の敷居は高いようです。本人の拒否もあろうが、家族の偏見や地域の偏見もあるでしょう。気軽に風邪をひいたら受診する感覚でご利用いただけるような日が早く来ることを願っています。

あらためて、病気は「早期発見、早期治療」が大事です。物忘れは、それに加えて「適切な支援」が必要です。まよわず私達に一声かけてください。その一声がこれからを左右するかもしれませんから。

## 受診予約方法

クリニックふれあい早稲田まで、お電話ください(電話 950-3330)

看護師が対応し説明の上、お名前、連絡先などをお伺いし、日時を予約します

<保健師 高杉春代>

保団連の全国集会で

## アカシア会の活動を発表する

法人で4演題発表

9月17日(土)18日(日)に熊本県で第26回全国保険医団体連合会の医療研究集会が開催され、アカシア会では4名が参加をして来ました。

この研究集会は2年に1度開催され、今回テーマは「医療再生」を掲げ、医療を再生させるための手がかりを探ることを目的として、全国各地から集まりました。記念講演では反貧困ネットワーク代表の宇都宮健児氏を招き、法律家の立場から貧困問題と医療の必要性に照らし合わせ「広がる貧困と医療に求められること～医療への期待と医師の自立」と題して医師の自律の必要性も提起していました。

ポスターセッション、分科会において当法人では事業で取り組んできた研究、成果についてそれぞれが発表を致しました。

大場クリニック院長は「原爆写真展・被爆体験を聞く会・平和のつどいを、クリニックで開催して」と題して地域での小運動を創り実践し、「平和」の環境こそが安心して生活でき、地域社会も発展し、良い医療が行なえる大前提なのだと発表、

高杉アカシア会教育部長は「認知症家族の会の『集い』に協力して」とケアの担い手である家族支援の大切さをまとめ、

ふれあい倶楽部田中施設長は「記録しておきたい人生がある～世界に一つの自分史から学ぶ～」と認知症予防の一環として取り組んできた自分史づくりの様々な視点からの効果、考察をまとめ、

アカシアの家の寺崎施設長は「小規模多機能型居宅介護のマネジメント課題」とケアマネジメント機能における課題を考察し、

相談支援センター山田主任は「高次脳機能障がい者へのネットワークづくり～埼玉県からの委託事業を通して」と高次脳機能障がい者への支援について埼玉県委託事業について取組を発表しました。

この他にも様々な地域の取組や工夫が聞かれ参考になり、また、市民公開シンポジウムでも活発な議論がされ、大変貴重な経験ができ、勉強になりました。ありがとうございました。

残念だったのは、せっかく熊本まで行きながら熊本城に短時間いただけで帰ってきたことです。少しは、観光という土産を期待していたのですが…。 <障がい福祉相談支援センターパティオ 山田一三>



左縦上：ポスターセッション  
左縦下：分科会発表の様子  
中上：記念講演(宇都宮健児氏)  
中中：分科会発表の様子  
右上：参加者で記念写真



### 【編集 あれや これや】

アカシア通信No6を皆さんにお届けします。「自分史づくり」は、保団連の発表でも大きな反響があったようです。なによりもご本人・家族の宝物が一つ増えた事を嬉しく思います。寒くなりました。風邪は万病のもとです。 (長 島)