

# 長 人 登 壇

## 仲間と出会い 話したい

### 今月の本人 萩原笑子さん（79歳・京都府支部）

会員になって1年足らずの新会員さんです。2年前にアルツハイマー型認知症と診断されました。素敵な笑顔で毎日を過ごしていらっしゃいます。

（編集委員 鈴木和代）



笑子さん（右）とご主人の孝一さん（84歳）

#### 現在の暮らし

現在は孝一さんと二人暮らしで、家事は笑子さんが中心に行なっています。生活の中で一番困っているのは、20歳の時以来飲んでいる糖尿病の薬が多く、管理が難しいことです。さらに認知症の薬も増えて、すべてを間違えずに確実に服用することには神経を使います。ご主人の管理のもと、薬をきちんと飲めるように工夫しています。

要介護1でデイサービスは週に1回午後の3時間だけ利用しています。今は終日利用できるデイ

を探しています。日課の散歩は、天候や気候が良い日に出かけます。孝一さんと一緒に、ナップザックを背負って1時間ほどのコースを決めていて、買い物ごた、近くの神社仏閣や疎水を歩きます。歩きながら計算問題を出し合って、「脳トレ」を実践しています。



天気の良い日は近所を散歩

#### 音楽を続けたい

長く保母さんをしていました。音楽を愛し、ピアノを今でも時々弾きます。病気になる前から本

格的なコーラスグループに所属していましたが、物忘れなどのことでメンバーに迷惑をかけていないかと不安になり、8月に自ら退会しました。コーラスはこれからも続けたいので、認知症でも活動ができるコーラスグループを探しています。

音楽愛好家の笑子さんのために、孝一さんが情報を探し求め、3月から3ヵ月間「音楽療法」を受けました。休止期間が3ヵ月あるのですが、とても良かったので、継続していきたいと思っています。

#### 今の気持ち 夫・孝一さん

地元のつどいと、月に1回のオレンジサロンには必ず顔を出して、認知症の仲間との交流を続けています。卓球が好きで週1回クラブで楽しんでいましたが、事情があり辞めました。自分の楽しみが少しずつ減ってしまって残念です。今のような状況でも卓球やコーラスを楽しめる仲間が欲しいです。「これからどうなるのかなあ…」と不安になる事がありますが、できるだけ今の状態を維持して、1日でも長く今の生活が続けられることを願っています。「家族の会」を通じて、病院では教えてもらえなかった病気のことや生活の情報などを知ることができ、入会して良かったと思っています。

### 情報 コーナー 交流の場

宮城●10月2日(木)・16日(木) 午前10:30～午後3:00/翼のつどい→泉社会福祉センター

埼玉●10月22日(水) 午前11:00～午後1:00/若年のつどい・大宮(北区)→大砂土ふれあいの里

富山●10月4日(土) 午後1:30～3:30/てるてるぼうずの会→サンフォルテ

岐阜●10月19日(日) 午前11:00～午後3:30/各務原市のつどい→ニッケかかみ野苑

●10月26日(日) 午前11:00～午後2:00/岐阜市のつどい→アルト介護センター長良

愛知●10月11日(土) 午後1:30～4:00/元気がい→東海市「しあわせ村」

滋賀●10月8日(水) 午前10:00～午後2:00/ピアカウンセリング→成人病センター職員会館

鳥取●10月25日(土) 午前11:00～午後3:00/東部につどいの会→鳥取市・コトリ舎

広島●10月4日(土) 午前11:00～午後3:30/陽溜まりの会東部→福山すこやかセンター

●10月11日(土) 午前11:00～午後3:30/陽溜まりの会広島→中区地域福祉セン

ター

●10月18日(土) 午前11:00～午後3:30/陽溜まりの会北部→三次市十日市コミュニティセンター

●10月25日(土) 午前11:00～午後3:30/陽溜まりの会西部→廿日市市あいプラザ福岡

●10月1日(水) 午前10:30～/あまやどりの会→大塚公園 雨天時:福岡市市民福祉プラザ

熊本●10月4日(土) 午後1:00～3:00/若年期認知症のつどい→県認知症コールセンター

大分●10月4日(土) 午後1:30～3:30/若年性認知症のつどい→県社会福祉介護研修センター 詳細は各支部まで