「共生社会の実現を推進するための認知症基本法」を暮らしに活かし育てるために

認知症の人と家族等が地域で安心して暮らせるために、適切な保健医療、福祉が切れ目なく提供されることが共生社会の実現を推進するための認知症基本法の基本理念に記されています。保健医療サービスとして身近なところでは薬局、薬剤師の存在があります。病気の備えや気づき、症状の変化など、医療や介護を生活の支援につなぐ位置にもあるところからさまざまな取り組みが行われています。今までの関わりからの思いやこれからの活動、課題などについて、ゆう薬局グループ執行役員の船戸一晴氏からお話しいただきました。

第6回　地域共生社会を目指すなかで認知症の人と家族を支えるために、薬局・薬剤師として地域で出来ることを考える

ゆう薬局グループ 執行役員
（丹後・舞鶴ブロック担当）　船戸　一晴

認知症患者さんと向き合う経験から

保険薬局の薬剤師となり22年、今までに多くの認知症患者さんの対応を行ってきました。新卒から所属する“ゆう薬局グループ”は在宅医療に積極的だったこともあり、ご家庭へ伺っての服薬支援や生活の場を見たうえでの助言も多く経験しました。薬が全く飲めていない方へは服薬時点を減らす提案を医師に行ったり、ケアマネジャーから過量服用の兆候を聞き急いで訪問対応したり、他愛のない話のなかで症状の進行度合いをチェックしたり…そういった患者さんと向き合う日々のなかで、「地域のことを知っている薬局の薬剤師だからこそ、患者さんの些細な変化に気づき、その情報を必要な人に繋ぐことが出来るのでは」と思うようになりました。今も京都・滋賀109店舗のゆう薬局では日々、薬剤師が患者さんとの何気ない会話のなかでケアに結びつくような評価とアプローチを行っています。

薬局が行なう地域向けの広報啓発活動

ゆう薬局は京都府と京都府立医科大学が中心に進めている、「認知症にやさしい異業種連携協議会」に発足時から参加し、共同宣言(注)の策定にも関わって参りました。ここからは、私が担当している京都北部エリア（舞鶴市・京丹後市）での活動を中心に、ゆう薬局が行っている認知症ケアに係る取り組みの一部を紹介します。

高齢者サロン等への出前講座は2010年から行っており、その延長線上で“認知症カフェ”や“認知症介護者家族教室”でも薬剤師として出前講座を実施してきました。サロンの後に個別相談→初期集中支援チームに繋いだことも。また、私がパーソナリティを務めるコミュニティFMの番組内では、認知症カフェの取り組み紹介や、認知症ケアに関わる人達を招いたコーナーを放送。薬局でも認知症カフェを含む認知症関連の行政企画について、チラシ配布するなど、地域に根を張った啓発活動のお手伝いをしてい

ます。

弥栄ゆう薬局（京丹後市）では、京都を中心に活躍されている若年性認知症当事者のカメラマン下坂厚さんの写真展を薬局内で開催。展示インストールは京都府地域アートマネージャーに協力してもらい、1週間の期間展示でしたが多くの方に足を運んで頂きました。また、その御縁で、翌年は障害者アートの作品展を行なうことが出来ました。

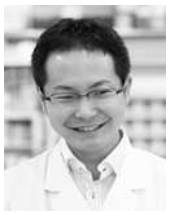
ゆう薬局には、私を含めて2名、キャラバン・メイトの資格を持った薬剤師がいます。弊社職員向けの認知症サポーター養成講座だけでなく、地域で求めがあった場合には積極的に養成講座を開催しています。私自身これまでに、地方銀行・保険会社・出版社・地元スーパー等の職員向けに養成講座をさせて頂きました。また、その際は必ず地域包括支援センターと協同の形にして、その後に薬局・地域包括支援センターといつでも相談・連携が出来るようなカリキュラムにしています。地元銀行では新入社員の導入研修で実施したところ、現場に出た際に先輩社員から「どうしてこんなに高齢者対応がしっかり出来るんだ?」と驚かれ、今では毎年恒例の講座となっています。

認知症ケアを通じて、当事者の人達と“まちづくり”に関わる

私自身、楽しみながら認知症ケアに関わる中で、当事者を含めた多くの人達と出会い、助けて頂き、一緒に活動を行なう輪が増えていきました。医療・介護・福祉だけでなく地域に暮らす様々な方が、少し自分の手の届く範囲を広げたり、相互理解をしながら見守る姿勢を見せたり、誰かの“やりたい”“こうありたい”を尊重して一緒に活動したり…そんな積み重ねが地域を住み良くしてくれる事を、認知症ケアの活動を通じて理解する事が出来ました。私が暮らす地域でもまだまだ不十分なところが多いので、これからもその輪を広げて行くとともに、同じ様な関係性が全国様々な地域で生まれていく事を願っています。

（注）認知症にやさしい異業種連携共同宣言

プロフィール



船戸（ふなと）　一晴（かずはる）

薬剤師
ゆう薬局グループ　執行役員（丹後・舞鶴ブロック担当）
丹後薬剤師会　会長
ラジオ・パーソナリティ（FM たんご、FM まいづる）

京都府京丹後市在住。薬局薬剤師として認知症ケア、在宅医療、地域医療への関りを経験すると共に、キャラバンメイト/認知症オレンジロードつなげ隊の一員として、地域内で様々な媒体を通じた認知症に係る啓発企画を実施している。

1979年　京都府京丹後市生まれ

2002年　熊本大学　薬学部　卒業

同年　ゆう薬局グループ
株式会社ユー・ピー・ディー
（現 株式会社ゆうホールディングス）入社

2010年　NPO法人京丹後コミュニティ放送（FMたんご）参加（パーソナリティ）
コミュニティ放送による健康・医療に関する情報発信を始める。

2014年　ゆう薬局グループ
執行役員（丹後・舞鶴ブロック担当）

2016年　FMまいづるmarine station京都 開局パーソナリティとして参加

2019年　丹後薬剤師会　会長

次号は認知症当事者とつくる誰もが生きやすい社会を目指すオレンジイノベーション・プロジェクトの予定です。

本人登場

私らしく仲間とともに No. 227

茨城県支部　平田（ひらた）　裕介（ゆうすけ）さん（42 歳）

平田さんは、2023年の夏、診断をまだ受ける前に、ご両親と一緒に「家族の会」事務所に来られました。その後、「認知症フォーラム In いばらき」に参加され、今年2024年の2月に入会され、支部総会でお話もされました。平田さんの原稿と茨城県支部代表牧野優子さん提供の情報から紹介します。

（編集委員　松本律子）

ふざけんな! もう楽にさせてくれよ

若年性認知症と診断されたのは 2023 年 9 月でした。「俺はいつまでも病気で悩まされなくちゃいけないんだ！」と、怒りの気持ちでいっぱいでした。

毎日起きるのも辛いし、病気の数値変動はなくても、悪化していると思います。左半身の動きとふらつきが増え、重いもの（水の入ったペットボトルなど）を持ち上げるのが困難になっています。自分の身体のことは自分にしか分からないと言われているのは、本当にそうだと思います。

ゆっくり忘れるんだ……

認知症も少なからず進んでいると感じています。いつの日か、人の顔も忘れてしまう、昨日の記憶も、新しい記憶もすぐに忘れてしまうという症状も出てくるのでしょう。ただ、若年性なので、プツンと忘れてしまうわけではなく、ゆっくり忘れるんだ……と、私の体験から感じています。

現在の身体の状態は悪いです。楽しくないし辛くて希望を感じられない……「夢や希望をもって……」なんて言ったことを悔やむときもあります。

山中しのぶさんと会ったのが、きっかけかなぁ

2023年12月に「認知症フォーラム In いばらき」のイベント「しのぶさんとのしゃべり場」で、山中しのぶさんと会い、その後、交流もしています。それから、今年2月の茨城県支部開催の本人交流会「イチゴ狩りとランチ会」（上記写真はその時）に参加し、「家族の会」に入会しました。5月には、支部総会でお話もさせてもらいました。

茨城県支部総会でお話ししました

調べる勇気、知る勇気、諦めない勇気を

迷いながらですが、困難や諦めなくちゃいけなくとも、私はまだ生きている！生きると決めたなら、進める勇気を大切にして生きてやる！と、みんなに伝える使命感をもって発言していきたいと思います。

他人から「認知症なんでしょ?」と言われても、思われていても、私は私の道を生きている、問題ない、大したことないさ、と勇気を持って下さい。

まだ認知症のことを知らない人たちに伝えて、広く国や市を動かして住みやすい国にしたいと思います。

情報コーナー

本人交流の場（詳細は各支部まで）

北海道◉10月7日㊊13:15～15:30
本人の「つどい」→かでる2.7

宮城◉10月3・17日㊍10:30～15:00
本人・若年認知症のつどい「翼」→仙台市泉区南光台市民センター

山形◉10月22日㊋13:30～15:00
若年性認知症の人と家族のつどい「なのはな」→さくらんぼカフェ

埼玉◉10月12日㊏13:30～15:30
若年のつどい・深谷→深谷市フラワーヴィラ花園テラス

神奈川◉10月13日㊐11:00～15:00
若年性認知症よこはま北部のつどい→横浜市中山地域ケアプラザ

静岡◉10月8日㊋10:00～12:00
若年性のつどい→ロゼ会議室

愛知◉10月12日㊏13:30～16:00
元気かい→東海市しあわせ村

兵庫◉10月12日㊏13:00～15:00
若年性のつどい→神戸市立総合福祉センター

和歌山◉10月20日㊐13:30～15:30
若年性認知症交流会→オークワセントラルシティ内ひかりサロンりゅうじん

鳥取◉10月1日㊋15:00～16:00
本人グループ・山陰ど真ん中→わだや小路

広島◉10月12日㊏11:00～15:30
陽溜まりの会広島→広島市中区地域福祉センター

徳島◉10月12日㊏13:30～15:30
縁の会→県立総合福祉センター

福岡◉10月2日㊌10:00～12:00
あまやどりの会→福岡市市民福祉プラザ

熊本◉10月5日㊏13:00～15:00
若年のつどい→県認知症コールセンター

会員さんからのお便り

お便りお待ちしています！
〒602-8222　京都市上京区晴明町811-3　岡部ビル２F
「家族の会」編集委員会宛
FAX 075-205-5104
Eメール office@alzheimer.or.jp
https://bit.ly/45tj93i

このコーナーに寄せられたお便りの他、入会申込書、「会員の声」はがき、支部会報から選び掲載しています。

新潟県で母上を介護しているあなたへ

北関東　Aさん（60歳台　女性）

7月号で「私の近況…」をよせてくださった新潟県のDさんへ。4月号に「春夏秋冬の冬のとき」をよせた本人です。母上を在宅で介護されて、15kg位痩せて、変形性腰痛症、顔面神経麻痺になっているとのことです。今まで母上のためにあなたのすべてのエネルギーを注いできたことでしょう。しかし介護者であるあなたの命が尽きてしまうことを母上は望んではいないのでは。

施設に入ることによる経済的負担について、特養やショートステイには「介護保険負担限度額認定申請」があります。収入に応じて負担費用が変わります。

そして母上は食が細くなっているとのこと。私の母は認知症が進んだある時期から自力で食物を口に入れることが困難になりました。脳みそと手足の動きがちぐはぐになって、歩行も困難になりました。当初は理解できませんでしたが、介護の勉強で施設に実習に行ったとき、介護士の方が車いすの利用者に丁寧に食事介助をしているのを見て、食事介助の必要性がなんとなくわかりました。認知症は本質的なものを学ぶことが大切だと実感しました。

私がDさんの文章を読んで感じたことは、介護者である「あなた」を大切にしてほしいことです。医療はとても大切ですが、その他にも支援を受けられるかもしれません。地域にある地域包括支援センターなどは全般的な相談が可能です。ぜひ相談してみてください。

妻の看取りが近づいてきた気がします

愛知県　Bさん（70歳台　男性）

令和4年9月に施設に入所して56.3kgあったのが12月に身長148cmで目標体重が48.2kgの所46.2kgで日標BMI22の所21.1だった。令和5年9月に20.0で体重も43.8kgになり、12月にBMI18.5で体重40.5kgになり、令和6年3月にBMI18.2で体重が39kgになりました。施設に面会に行く事しかできません。

令和6年3月3日（日）の「とらの巻」講演会の午前の部と午後の部に参加しました。今現在介護老人保健施設に妻は人所していますが、1週間に1回、10分間だけの直接面会を実施しています。

Mでは今でも直接面会は実施していないとの事で驚きました。妻の側に寄り添う事が出来なくて残念です。在宅介護している時に「家族の会」に入会していたら妻に寄り添う事が出来たのではないかと後悔しています。

1月号埼玉県Ｃさんへ、私の場合をお知らせしたくて･･･

京都府　Ｃさん（60歳台　女性）

私の母は 90 歳で、アルツハイマー型認知症で要介護 3 です。令和 4 年 9 月から特養にお世話になっています。面会には１ヶ月に１回行っています。コロナの面会制限があり、5 ヶ月間ほど会えない間に私のことが誰だかわからなくなってしまいました。けれども、毎日面会に行くと、「やぁ、久しぶり！」とうれしそうにします。私のことを「誰かわからないけれど、何か知ってる人」と認識しているようです。

話しかけても答えはちぐはぐで、もはや会話になっていません。でも、いつ行ってもニコニコして顔色も良く幸せそうです。そんな母を見て特養にお世話になって良かったと思います。

母は弟家族と同居でしたが、お嫁さんの言う事は聞かないので、お嫁さんは介護に苦労されていました。お嫁さんも大変でしたが、母も母で自宅に居てもストレスがあったようです。

私は 10 年間、毎週休みの火曜の午前中に実家に行き、母の話し相手をしていました。最後の方は何回も同じ事を聞いてくるし、話題もなくなり、母と居るのが苦痛になってきました。

そのうち、排泄の問題、便をもらすようになり、自分でできないのに汚れた下着を片づけようとして、部屋中便まみれとなり、どうにもこうにもならなくなり、特養へ入れてもらうことになりました。

今母が特養に入って、皆がそれぞれ充実した毎日を送っています。特養に入ったことで、母が私のことを娘だということを忘れてしまって寂しくはありますが、何より母が「今、何も困っていることはないわ」と幸せそうに話すのをみて、私も幸せです。私にとって母自身が幸せなことが一番大事なことです。そして、もうひとつ、施設に介護をお願いすることは、何も悪いことでは無いと思います。

大学で研究中です

大阪府　Ｄさん（20歳台　女性）

認知症だった祖父は 3 年前に亡くなりました。

祖父は二世帯住宅で一緒に暮らしており、看護師さんと母がお世話をしていたのですが母は医者なのですが介護鬱になってしまいました。私は今後、もし家族が認知症になったら正しいケアをしてあげたいと思ったので入会させていただきました。また、大学 4 年生で卒業研究に認知症についてを研究しています。その研究にも活かしたいと思ったので入会させていただきます。

８月号、神奈川県Ｂさんのお便り「相続時の成年後見人」について

京都府　Ｅさん（60歳台　女性）

一定額以上の金融資産がある場合や専門的な手続きや判断が必要な場合、親族間で争いがある場合などは専門職の後見人が選任され一定の報酬がかかることになりますが、事件がひと段落した場合に、一定の要件のもと後見人を専門職から家族に交代する運用がされることもあります。

制度を利用するかどうかも含め、お近くの専門職に相談されることをお勧めします。また、法制審議会民法（成年後見等関係）部会で法改正の議論が進められていますが、その中で制度利用を終了することについても検討されています。今後の法改正の動きにも注目していきたいと思います。

※お名前はイニシャルではありません。年齢は「50歳台」等で表記しています。

全国の「家族の会」支部会報から活動を紹介!!

いきいき「家族の会」

まちでも むらでも

編集委員／合江 みゆき

大分県支部 「専門職委員会」の活動って何

2022 年 9 月に発足した「専門職委員会」はどんな人がいてどんな活動をしているのか委員会にお邪魔してみました。

認知症看護認定看護師・ケアマネジャー・介護福祉士・社会福祉士・認知症ケア専門士・大分県認知症介護指導者等が席を置き、病院や介護施設、地域包括支援センターや居宅介護支援事業所に勤務されている方々 10 名で構成されています。議題は 1、「オンライン集い」実施に向けて取り組むことが決まり、どう具体化していくか、2、ますます充実が期待される、市町村の認知症施策、認知症の相談機関、見守りや支援、普及啓発活動等の情報をどうやって調査していくかでした。専門職委員会の目的は、専門職としての知識や経験を活かし、「家族の会」の「認知症になったとしても、介護する側になったとしても、人としての尊厳が守られ日々の暮らしが安穏に続けられなければならない」という理念や、支部の運営方針に沿った活動を行うことにより、「家族の会」を支援するため、認知症の人、そして介護家族のために活動してくださっています。

専門職委員会の様子

神奈川県支部 「やまゆりの会」がゲスト出演

5 月 23 日に行われたつどいは、7 月 7 日に開催される「若年性認知症本人と家族のつどい＆講演・コンサート」で GrASP（横浜市の若年性認知症支援に特化した介護サービス事業所）のバンド演奏にゲスト出演するため、その準備や練習を兼ねて、16 名が参加しました。

ノリにのってるぜ♬

楽器はギターにドラム、小打楽器にキーボード、フルートにピアノ、そしてやまゆりの会、GrASP から来ていただいた応援のウクレレも合わせて熱い演奏。歌はマイク越しにメインボーカル、加えて、これまで通り家族と世話人の方々も一緒にお腹から声を出しての盛り上がり。これぞ“やまゆりの会、本人を中心に全員参加で音を織りなす、音楽の集い”です。この日は、「オリビアを聴きながら」「少年時代」「エーデルワイス」等全 12 曲を楽しみ、バンド名を「キープ・スマイル」と決め、3 時間があっという間に過ぎました。

そして、いつか皆さんの前で披露できたら良いね、と 3 年前に話した夢……その夢が 7 月 7 日に花開くことになります。「夢」が「現実」へと会員の松岡さんは報告しています。

「人はお互いに迷惑をかけ合いながら生きている」から始まる共生社会議論

1. 人に迷惑をかけないようにと教えられ。迷惑はかけるもの?

棚経においでくださった僧侶がお経をあげたあとの講話で「『ひと様に迷惑をかけないように』と小さい頃より親には教わって育ってきたでしょう。しかし、人は『お互いに迷惑をかけ合いながら生きている』と自覚することが大事なのです」と話されました。以外な言葉に聴き入り考えこみました。

「迷惑」の意味は他人の行為により、不快になったり困ったりすることや、その様子を表す言葉とのことです。迷惑駐車、迷惑メールなど、さまざまな行為に対して使われどれも、相手を不快にしたり、困らせたりする行為として使われています。

仏教における「迷惑」とは、「道に迷い、心が戸惑うこと」を意味しているとのことです。

「ひとに迷惑をかけないように」を肝に銘じながら生きてきていました。

考え込んだ先に思ったことは、『人はお互いに迷惑をかけ合いながら生きている』ということは「お互い様」ということではないのか!!人それぞれのさまざまな価値観や行動、能力などに目を向け、認め合い尊重することのように思えました。寛容という言葉も浮かびました。寛容とは「心が広く、よく人の言動を受け入れること、また他の罪や欠点などを厳しく責めないこと、そのさま」と書かれていました。

2. 共生社会の実現とは

「共生の実現を推進するための認知症基本法」では「認知症の人を含めた国民一人一人がその個性と能力を十分に発揮し、相互に人格と個性を尊重しつつ支え合いながら共生する活力ある社会 (以下「共生社会」という。) の実現を推進することを目的とする。としています。障害者基本法でも同様の文章が記述されています。

僧侶の講話での『人はお互いに迷惑をかけ合いながら生きている』で共生社会がどんな社会か見えてきたように思えています。「認知症の人は支えられるだけの存在ではない」のです。

観点は違いますが、当事者参画についてで、本人委員の方が「認知症の人が話すことだから、すべて意見として取り入れるはおかしい」との発言がありました。一人の人として人権を尊重したのなら、異論があれば認知症の人の意見であっても配慮はしながらも、その考えへの意見はしてほしいとの思いと受けとめました。

当事者参画から共生社会の実現は始まると考えています。参画には『人はお互いに迷惑をかけ合いながら生きている』を根底にした議論と思いました。

編集委員の窓

母が亡くなり 10 年。最期の半年、母は中心静脈栄養で生きていました。回復の可能性が無いのなら、点滴をやめて穏やかに最期を迎えさせてあげたいと医師にお願いをしました。何度かやりとりがあり、最終的に点滴をやめるとなった時、母の命がこれで終わると思うと何とも言えない複雑な思いに揺れました。母の為と望みながらも別れの期限が分かることの悲しさ、自分が決めていいのかという迷い、複雑な自分の感情に気づいた瞬間でした。医療・介護現場で終末期の利用者さんを多く見送り、家族の相談も受けて来た私は、決して延命治療は望まない、そう思うようになりその意思をエンディングノートにも記載しました。互いの終末期の過ごし方について妻と話し合い、「延命治療については望まない」それを伝えた時、「息をしているだけでいいから生きていて欲しい」と泣かれました。その時に、「誰かのために生きている命」も意味のある､尊い命だと気づかされました。その日以降、私は妻が望むなら、延命措置で生きていてもいいと思えるようになりました。終末期の過ごし方に正誤はない、それぞれの決断にはそれぞれの思いがあり、その思いを理解し尊重することが大切なことだと思います。

（編集委員　森川　隆）