

# 動世界の情報

### 2つの新たな希望

弘前大学大学院医学研究科脳神経内科学講座 教授

東海林 幹夫

アルツハイマー病の原因であるアミロイド  $\beta$  タンパク質  $(A\beta)^{(i)}$  の蓄積が20~30年前から始まっていることは、11 月号で紹介しました。A  $\beta$  の産生が亢進したり、長期間にわたって脳からの運び出し機能が低下したりすると、蓄積が始まります。従って、現在はこの $A\beta$  の産生を抑えることや運び出し機能を高めることを目指した根本的治療法の開発が盛んです。

京都大学の井上教授らは、優性遺伝性や孤発性のアルツハイマー病の人から樹立したiPS細胞(iPSC)を神経細胞に分化させ、1,258種の化合物の効果をスクリーニングし、 $A\beta$ 産生の抑制効果が大きい6種を発見しました。

そして既に薬剤として一般に使用されている ブロモクリプチン、クロモリンとトピラマート で作用が強く、3剤の組み合わせが最も強力で  $A\beta$  42産生を70%抑制することを発見しました。それぞれ、パーキンソン病や喘息、てんかんなどに従来から処方されてきた薬剤で、あまり 重篤な副作用も知られていません。実際の患者さんの神経細胞で $A\beta$  産生を抑制できた点が 画期的で、結果は今年の暮れにCell Reports誌に発表され、現在、世界中から注目されています。 臨床治験も安全に早急に進む事が予測され、早急な臨床医応用の検討が期待されます。

● 新・卅男の桂却 東海井齢+

もう一つは、ワシントン大学のグループから の報告で、睡眠がどの様にAβ産生に関係する かの臨床研究です。36時間睡眠しないグルー プ、薬剤で睡眠した群とコントロールで脳のA β 産生を特殊な方法で測定し、比較した報告で す。結果は明瞭で、睡眠を取らないと脳でAβ の産生が25~30%増加することが明らかにされ ました。つまり、十分な睡眠を確保しないと、 ABの脳への蓄積を促進するのです。疫学的に はこれまでにもアルツハイマー病の発症リスク とされていましたが、科学的にもAB産生増加 が示された事になります。睡眠を十分取れば、 発症がどの程度遅くなるかどうかはさらに臨床 試験でエビデンスを確立しなければなりません が、良い睡眠を心がけることは、アルツハイマ 一病の発症予防やより良いライフスタイルに役 立てることができそうです。

注) アルツハイマー病の病理学的特徴の一つである老人斑の主要構成 成分は、アミロイド $\beta$ タンパク質( $A\beta$ )と呼ばれる40アミノ酸 程度のペプチドである。 $A\beta$ 沈着が病理学的に捉えられる最初期 病変であること、 $A\beta$ が凝集し、直接神経細胞毒性を示しうること、そして家族性アルツハイマー病患者の遺伝学的解析から、 $A\beta$ の産生および蓄積の異常がアルツハイマー病の発症に深く関係しているという「アミロイドカスケード仮説」が現在広く支持されている。

#### 参照文献

- 1. Kondo T等,Cell Rep. 2017 Nov 21;21(8):2304-2312.
- 2. Lucey BP等, Ann Neurol. 2017 Dec 8. doi: 10.1002/ ana.25117.

#### 2018 • JANUARY

		d	
_			
4			
_			
C	7		١

● A/I IE 7 F ♥ / IFI + IX A / A / A / A / A / A / A / A / A / A
●新年のごあいさつ 鈴木森夫代表理事3
●新春特集 愛犬と共に過ごす日々4-5
● 福祉の原点・社会保障の歴史② 神野直彦6-7
●大病を経て、分かったこと 早川一光6-7
●本人登場 私らしく仲間とともに (148)
埼玉県支部 猪鼻秀俊さん8
●"つどい"は知恵の宝庫(129) 本部電話相談員編 父に祖母の介護を担ってもらうには どうしたらよいでしょうか?9
<ul><li>●いきいき「家族の会」―まちでもむらでも 山梨県/福井県/大分県/滋賀県10</li></ul>

● 2018年度の全国研究集会に向けて福开県知事を表敬訪問 11
●地球家族パートⅡ11
<ul><li>事務局ほっとコーナー/業務日誌11</li></ul>
●会員さんからのお便り12-13
<ul><li>●支部だよりにみる介護体験 (160)</li><li>大分県支部 足立由美子さん</li></ul>
●鈴木森夫代表の忙中〝感〟あり <u>→</u> 15
●編集委員の窓15
<ul><li>●各地のつどい20</li></ul>

## 「温故知新」未来につながる出発の年に

- 平和と人権、認知症とともにある 「暮らし」を大切にする社会をめざして-

代表理事 鈴木 森夫



新年あけましておめでとうございます。

会員のみなさんにとって今年が良い年になり ますように、お祈りいたします。

日ごろお世話になっているみなさまには、どうか今年もよろしくお願いいたします。

さて、昨年の「家族の会」は、二つの大きな 出来事を経験しました。一つは、37年間代表を 務めてきた髙見国生氏からバトンを引き継ぎ、 新しい体制となりました。もう一つは、「家族 の会」としては2回目のADI国際会議を開催 し、多くの方々に参加いただいたことです。積 み重ねてきた歴史と理念を"引き継ぐ事業"と国 際会議でつながった様々な人々との共感と連帯 の輪を力に、"ひろげる事業"の二つが始まった ともいえるでしょう。

今年は、この二つの事業を推し進めて「未来につなげる年」にしたいと思っています。発足時の「家族の会」は、30歳代、40歳代の若い介護者や支援者の集まりでした。それから40年近くが経ったいま、当時のことを伝える世話人のみなさんの多くは70代を超えてきています。

「家族の会」の理念や発足当時の原点、存続を支えてきた思想、運動体として活動を広めてきた歴史を、新しい世代の世話人のみなさんも共に学ぶための機会を作ります。篤志家からの寄付を基に、"「認知症の人と家族の会」未来へつなぐ基金"を立ち上げ、"「認知症の人と家族の会」の理念と未来を考える学習会"と名付けました。

「家族の会」の生みの親のおひとり、今年94歳を迎えられる顧問の早川一光先生は、大病を

患い、ご自宅で療養されていますが、毎月、本部の常任理事会に来られて、様々なお話で私たちを叱咤激励してくださいます。(会報で「大病を経て、分かったこと」を掲載中)

先生は、常々「家族の会」には追い風の仕事と向かい風の仕事があると言われています。追い風の仕事とは、認知症に対する偏見をなくし、イメージを変える仕事。認知症は誰もがたどる道であり、認知症になっても自分らしく生きられる社会づくりを推し進める仕事です。向かい風の仕事とは、これからますます強まる「人手やお金がかかるからと、福祉が縮小され、人の命が粗末に扱われる」という方向に抗して、人権と平和が守られ、病や老いとともにある暮らしが大切にされる社会の実現をめざす仕事です。この二つの仕事を次の世代に引き継いでいくことが、私たちに託されている課題です。

「家族の会」の理念には、「ともに励まし合い助けあって、人として実りのある人生を送るとともに、認知症になっても安心して暮らせる社会を希求する」とあります。早川先生の言われる向かい風の仕事として私たちは、今の介護保険制度の後退に物申さないわけにはいきません。昨年、大きな議論を生んだ訪問介護の生活援助の利用制限は、ヘルパーの助けがあるから在宅生活を維持できている人たちの命の綱を断ち切ってしまうようなことにもつながります。「家族の会」は、当事者の集まりであるということをしっかり心に留め、みなさんと共に新しい一年へ歩みを進めていきます。

今後とも、ご指導、ご鞭撻をどうぞよろしく お願いします。



## 猪鼻 秀俊和

62歳・埼玉県支部

診断を受けた後も、会社の配慮を得て、定年まで働き、現在はオレンジカフェでオカリナ演奏をしたり、ディサービスでは、子ども食堂の夕食づくりなど、社会参加を続けておられる猪鼻さん。若年性認知症支援コーディネーターの松本由美子さん(埼玉県支部世話人)が紹介してくださいます。今月と来月の連載です。

(編集委員 松本律子)

### 大学の看護学科で講演

昨年11月16日に大学の看護学科の1年生63名の前で、妻と一緒に話をしてきました。認知症の診断を受けた時の思いやその後の生活で辛かったこと、嬉しかったことなど、自分の言葉で伝えることができました。少し緊張しましたが、学生たちは皆、真剣に話を聞いてくれ、とても充実した時間を持つことができました。

### 診断を受けたのは、上司の気づきから

埼玉生まれの埼玉育ち、理系の大学を卒業後、 住宅設備機器会社の営業マンとして38年間仕事を していました。

約3年前、会社で「話がかみ合わないときがあるようだ」と上司に言われ、MRI検査を受けたが「異常ない」と言われました。その半年後、再度指摘され、専門病院を受診し、2015年6月に「アル



大学で授業をしている猪鼻さんと奥さま (左)

してしまいました。

会社には病気が分かってから、営業職から総務 に配置替え、電車通勤しやすい場所への転勤な ど、配慮してもらい、60歳の定年まで働きました。

### 家族の理解のもと、新しいことにチャレンジ



サンタクロースに変身し、地域のオレンジカフェでオカリナを演奏

長女、長男は独立 し、今は次女と89歳 になる実母と夫婦の 4人暮らしです。子 どもたちも病気のこ とを理解し、協力し てくれています。

毎日、朝食前20 分程度、午前中に1 時間半程度、散歩に 出ています。天気の 良い日はお弁当を

持参し、近くのサイクリングロードを走っていま す。風を切って走るのはとても気持ちいいです。

新しい楽しみは、オカリナ演奏を独学で習得し、レパートリーも披露の場も広げていることです。 (聞き書き:松本由美子さん)

※埼玉県支部は、埼玉県から若年性認知症支援コーディ ネーター設置等事業の委託を受けています。



### 本人交流の場

(詳細は各支部まで)

宮城●2月1日・15日休10:30~15:00/ 翼のつどい→泉区南光台市民センター 山形●2月17日出13:00~15:00/置賜 のつどい・本人のつどい→すこやかセン ター2階

●2月22日休13:30~15:30/若年性認 知症の人と家族のつどい→篠田総合病院 埼玉 ● 2月24日仕)11:00~14:30/若年のつどい上尾→上尾プラザ22

●2月28日例11:00~13:00/若年のつ どい大宮→大砂土ふれあいの里

神奈川●2月17日出11:30~15:30/若年性認知症よこすかのつどい→横須賀市立総合福祉会館5階

岐阜◉2月25日(日11:00~14:00/若年 のつどい→岐阜市・アルト介護センター 長良

愛知◎2月10日出13:30~16:00/若年

本人·家族[元気かい]→東海市しあわせ村 鳥取◎2月24日出11:00~15:00/東部 にっこりの会→コモン吉方温泉

広島●2月3日出11:00~15:30/陽溜 まりの会東部→福山すこやかセンター

● 2月24日出11:00~15:30/陽溜まり の会北部→三次市十日市コミュニティセ ンター お寺で 「認知症を考 えるつどい」 <sub>山梨県支部</sub>

常幸院住職の深山光信さんは、ともしびの会会長の磯野幸子さんが座禅会で「認知症ってすごく身近なことなんですよ」と語った一言から、お寺でつ

さいの開催を思い立ち、磯野さんに手伝って でいる開催を思い立ち、磯野さんに手伝って

いただいた。



「今·ここ・ 生きる·幸せ」 をお寺のテー マとして掲げ ており、ご住

職は「お寺が地域とのつながりを保ち、心の 拠り所となることを改めて痛感した。若い 方々にも認知症の理解を深めていただき、隣 人を気遣い、自然に声をかけあえる地域づく りをしていくことが大切なのではないか」と 語られた。 黄門様が 「認知症」に なった?

福井県支部

支部世話人が中心の劇団[に じいろ]は、敬老会や文化祭に 招かれて公演している。今回 は「小浜市まちの駅・旭座」で公

演を行った。「認知症は他人事ではない」と若い世代から高齢者まで60人ほどの参加があり、認知症について楽しく勉強をした。

筋書きは、京都から「鯖街道」を通り、小浜入りする道中、黄門様の異変に気づき心配した助さん、格さ



んが小浜の名医・杉田玄白先生に診てもらうよう勧めたところ、認知症と診断された。しかし助さん、格さんの力を借りれば、悪人を懲らしめることができると気がつき、生きる希望が湧いてきたという物語だった。

## いきき

全国の「家族の会」支部報から活動を紹介!!

## 家族の会しまちでもむらでも

編集委員/小宮俊昭

講演「男はつらいよ」〜男性介護者 日常の暮らし〜 大分県支部

立命館大学の津止正敏教授 を招いて、中津市教育福祉センターで講演会を開いた。 「男性介護者の急増、高齢で自身も健康に不安を抱えながら介護

をしている。男性の介護に限らず、介護のある暮らしに支援の輪を広げよう、これからの 社会をどう支えていくかみんなの問題だ」と

訴えられた。



介護者の孤立、 貧困、介護離職な ど問題は山積して いる。男性介護者 は3割なのに、虐

待の加害者は7割が男性だ。しかし「介護は一人じゃない!誰かが気遣っている!見守っていてくれる!という実感がわく地域づくりを目指したい」と締めくくられた。

近江牛を 堪能

滋賀県支部

今年度の支部の交流会は日帰りだった。夏は京都方面 ・ へ、秋は休暇村近江八幡へ出かけた。介護家族の気分転換を 図り、情報交換や精神的ケアを図

る目的で開催。

秋は32名が参加、近江牛料理を堪能した。

中でも加藤光 保さんは、98 歳のお母さん とご夫婦で参 加された。 「お料理が大

変おいしく、



皆さまの自己紹介で事情を詳しく聞けて大変さもわかりました。皆さまとの交流は大変重要と思います。今回の交流会は本当に良かった」など喜びの声が多かった。



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。

### お便りお待ちしています!

〒602-8143 京都市上京区猪熊通丸太町下ル 仲之町519番地 京都社会福祉会館内 〈「家族の会」編集委員会宛〉

FAX.075-811-8188 Eメール office@alzheimer.or.jp

## 全国研究集会の会場に行きました

●徳島県 Aさん 40歳代 男性

11年前から仕事の関係で徳島県に在住しています。長崎県に住む母の介護を同じ長崎に住む兄弟、親戚とともに始めて10年目を迎えました。誰にも理解してもらえない母の行動、また家族間の葛藤で、心身ともに疲弊しておりました。

入所施設の方から何度も連絡をいただき、トラブル解消のため帰郷する日々に、何度かどうでもよくなって、一緒に死のうかと考える時もありました。そんな経験をされている同世代の仲間がいなくて辛い時期がありましたが、仕事仲間の励ましがあり、今は落ち着いております。

先日、初めて「家族の会」のことを知り、 全国研究集会の会場に行きました。もっと早 くに知っていればと思う内容で、同感しまし た。母も今は落ち着いていますが、まだまだ 先は長い年齢です。情報収集など、全国での 取り組みをもっともっと知っておかなければ と思いました。



## 同じ悩みを持つ仲間

●神奈川県 Bさん 50歳代 女性

自宅で父と一緒に認知症の母の介護をしています。平成18年に診断されたので、はや11年。10年が在宅介護の限界とよく聞きます。父も老いているので、このまま自宅で介護を続けていけるのか、不安に思っています。

「ぽ~れぽ~れ」に載っているお便りを読むと、私と同じことで悩んでいる方が多くいることがわかり、安心します。

今の母は、紙パンツを交換すると「気持ちいいね、ありがとう」と言ってくれます。その言葉が聞きたくて、いろいろ工夫するのが、私の喜びです。いつまでも聞いていたくて、母を手放せないのは私なのでしょう。

### 父に学んだことを…

●秋田県 Cさん 50歳代 女性

昨年亡くなった父が認知症でした。20年近くの闘病生活の中で、本人が最も苦しく、その不安を周囲に訴えていた初期の時期に気が付かず、結果的に本人を責めて孤立させてしまったことが心残りです。母も周囲に打ち明けるまでは辛かったと思います。

病気になって、家族以外の人にやさしくされている姿を見ることはとても嬉しく、怒られている姿を見ることはとても辛かったです。特に医療者に…。

父に学んだことを周囲の人に行うことが、 父の望んでいることだと思っています。

### 一歩を踏み出すきっかけ

●長野県 Dさん 60歳代 男性

60歳代の妻はMCIと言われ、アリセプトを服用して1年半になります。妻は認知症を受け入れることができず、認知症への恐怖と不安、それに人に知られたくないという気持ちで、このごろは外出もせず、人に会うことも嫌がります。医師からは人に会うなどの刺激を勧められますが、一歩を踏み出すきっかけがつかめません。妻は同じ立場の人となら話してみたいとも言うので、「家族の会」のつどいなどへの参加も有効ではないかと考えています。

### 物盗られ妄想に悩んでいます

●東京都 Eさん 50歳代 女性

田舎に住んでいます。87歳の実母が認知症と診断されました。「盗ったのは父だ」と言い張ります。しかも、父の妹の家に盗った物を運んでいると言うのです。自分が隠して忘れたのなら良いのですが、運んでいるということにどう対処したら良いのか悩んでいます。母は自分はいたって正常だと思っています。

### 在宅での介護がなつかしい

●京都府 Fさん 60歳代 女性

91歳の母は要介護4です。1年前にインフルエンザから肺炎になり、医療センターのICUでお世話になりました。いつ急変するかわかりませんと言われながらも、転院できるまでにしていただき、鼻にチューブを入れてはいますが、機嫌よく過ごさせていただいております。3ヵ月過ぎますと、同じ病院の第2病棟の方へ入れていただけることになっていて、安心できました。

大変でしたが、家でデイサービスに行かせ ていただいていた時が、なつかしく思います。



### いつか自分も

●三重県 Gさん 80歳代 女性

いつか自分も認知症になるかもしれないと 思うと不安でならないが、このような団体に 所属しているということは、気持ちの上で安 心感につながると思っています。

### 背中を押してもらった

●兵庫県 Hさん 50歳代 男性

80歳代の実母はまだ診断を受けていません。これまで誰も相談する相手がおらず、ネットや本で認知症に関する知識は得るものの、なかなか具体的な行動を起こすことができずにいたが、やっと先日「家族の会」に電話するに至った。「つどいに参加してみたい」と申し出ると、「当日、会場にきて世話人さんにその旨伝えてください」とのことだった。

参加してみると、つどいの雰囲気は非常に フレンドリーで、同じ体験をした者のみに通 じるシンパシーを感じ、皆同じように苦しん できたんだと安心した。

また、これまで誰にも話せなかった、話しても全く理解してもらえなかったことを話せ、心に溜まったものを吐き出すことができ、重荷をおろすことができる。先行して様々な経験をしてこられた先輩方から、有効なアドバイスをいただくことができる。専門家のゲストに直接質問して疑問を解消できる。という、3つのメリットを実感した。

そして、メンバーの方々やゲストの方からいただいた意見で、「今、何をしなければならないか」が明確になった。これまでグズグズしてきたが、つどいで背中を押してもらって、やっと行動を起こす決心がついた。

※お名前はイニシャルではありません。 年齢は「50歳代」等で表記しています。