

人と人、組織をつなぎ、あなたの暮らしを支えます

愛さぽーと

I support

2023

10

社会福祉協議会

広報 vol.120

特集

日々を 若年性認知症と

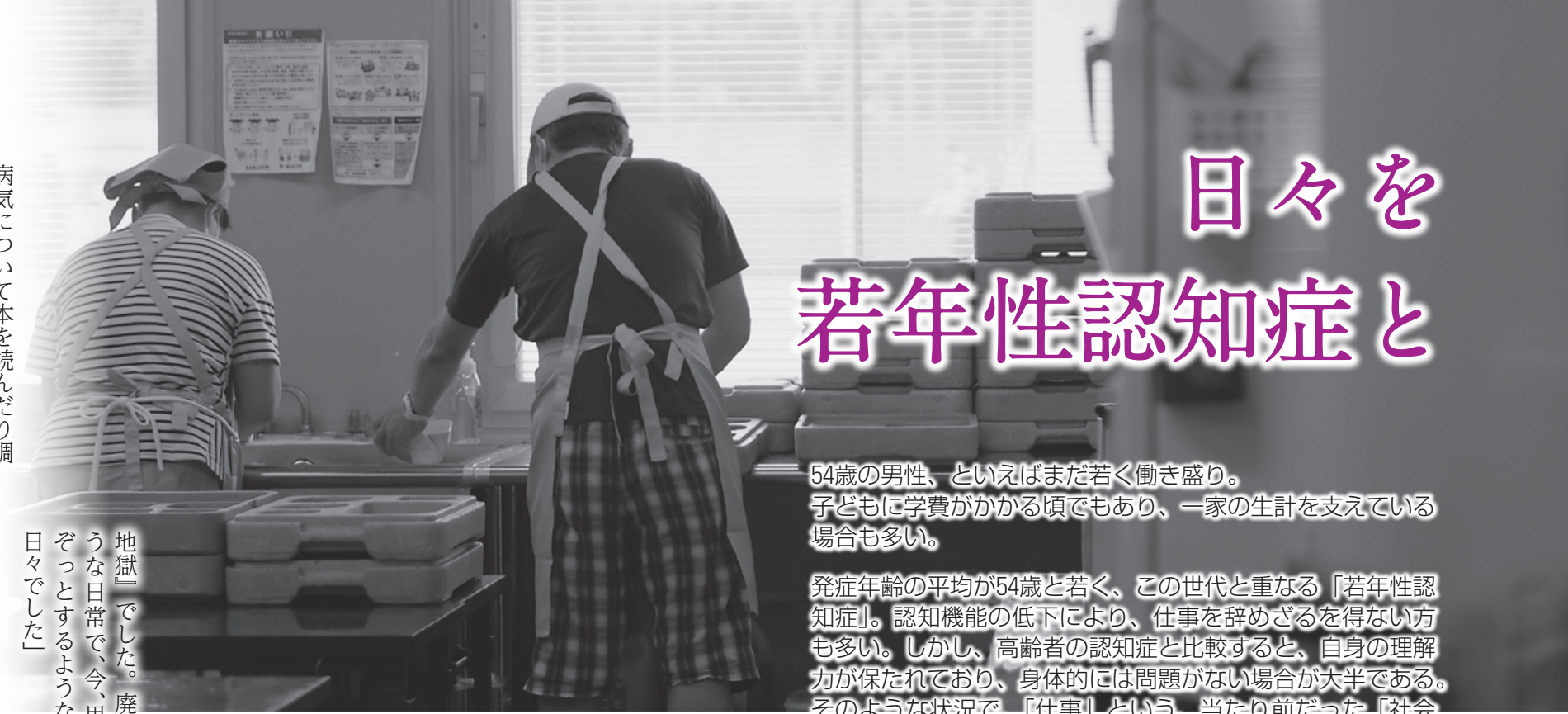
51歳で発症した、私の暮らし



日々を 若年性認知症と

54歳の男性、といえまだ若く働き盛り。子どもに学費がかかる頃でもあり、一家の生計を支えている場合も多い。

発症年齢の平均が54歳と若く、この世代と重なる「若年性認知症」。認知機能の低下により、仕事を辞めざるを得ない方も多い。しかし、高齢者の認知症と比較すると、自身の理解力が保たれており、身体的には問題がない場合が大半である。そのような状況で、「仕事」という、当たり前だった「社会的役割」を失う喪失感は計り知れない。



病気になるまで本を読んだり調べたりする中で、私の心の状態はとても穏やかにいられるものではなかった。それは、「医療によって完治の見込みがない」ことがわかったため。毎日毎日、自分の境遇を呪い、なぜ他人ではなく、私がこんな病気になるのか。悔しくて、人知れず涙をこぼすことも何度となくあった。嘆き悲しんでも、病気が治るわけでもなく、それが現実であることが容赦なく私に突き付けてくる。「やがて、病によって死ぬことが約束されているのであれば、今すぐ死んだ方がいいのではなにか。早く死んでしまいたい！」と日々、自問自答を繰り返した。悔しい思いをする中で時の経過とともに、あきらめることに慣れていくようになっていった。

そのため、日常の生活では、ほとんど誰とも会わない、人と交流することのない世界で孤独な時をずっと過ごしていた。身体的には元気なのに、何もすることがない毎日。「それは苦痛を通り越し『生き

地獄』でした。廃人になったような日常で、今、思い出ししてもぞっとするような中で、孤独な日々でした」

支える妻からのひと言

そんな日々には転機が訪れたのは、妻の何気ないひと言。「ボランティアでもやってみたらいいんじゃない？」私にとっては青天の霹靂ともいえる言葉だった。消極的なながらも、妻に従うことにした。

ボランティア活動に申し込みを行うのは初めての経験だった。社会福祉協議会の配食ボランティアの担当者に、アルツハイマー型認知症の診断を受けていること、休職中であることを正直に話した。担当者は「身の回りのことができれば大丈夫ですよ」と全てを受け止めてくれた。その返事に心から安堵した。

「私はいつの間にか、自分で自分のことを『ダメな人間扱い』していたことに気が付きました。私は『若年性認知症』になったけれど『ダメな人間』になったわけではない。できることはた

仕事をしても、頭が混乱して何もできなくなった

2019年、学校の教員として、働き盛りだった秦さん（仮名54歳）。最初はちょっとした小さな気づきだった。誰もが当たり前に行っている職場での電話対応。電話を取っても受け答えが難しくなってきたことを自覚した。そうなる、仕事にも支障がでてくる。

「テストの採点をしていたところ、急に頭の中が混乱し始め、何も手がつかなくなった。涙がでるほどに混乱がしばらく継続した」自分の中で、「何かがおかしい」と感じ、受診をすることとなった。

「初めての診察では、『異常なし』ということに済まされた。しかし、私の頭の中では『そんなはずはない』と、その時は思った」



ボランティアで容器の消毒を行う様子

心穏やかには、いられない日々

医師の指示もあり、1か月の休暇を取ることになった。

最初は、病気があっても仕事も普通にできると思っていたが、上司からはすぐに休職するように言われ、休職した。自分では、まだまだ問題なくできると思っていたのが、病人扱いされるだけだった。その後、何度か職場復帰の機会もあったが、復帰できる状況には至らなかった。診断が下りた時点で、「もう、自分はやめなんだ」と感じた。

当時、2人の子供もは、まだ高校生と中学生。進学を目指す子どもがいる中で、仕事ができなくなれば収入も減る。これから学費がかかるときに、この先どうなるのだろうと、言い知れぬ不安を拭い去ることができなかった。

暮らしの中での楽しみ



猫の「ミルク」と過ごす時間が癒しになっています。名前は娘がつけました。「ミルク」は名前のとおり、白い長毛なので毛が抜けやすく、私が毎日ブラッシングしています。特にしっぽが「ふさふさ」です。

暮らしの中で困っていること

できていたことが、できなくなっていることを感じています。新しく何かをしようとしても、できないことが多いです。例えば、文字を書こうとしても、それがなかなか難しい。以前はパソコンを利用し日記などを書いていましたが、今はあまりしていません。メールや手紙も使わなくなってきました。世の中で便利といわれるものも、できない人にとっては難しいものです。本も読むことが減りましたが、電車の中では集めるので読んでいます。湊かなえ、東野圭吾、村上春樹などが好き。できなくなることは、深く考えないようにしています。

秦さん（仮名 54歳）

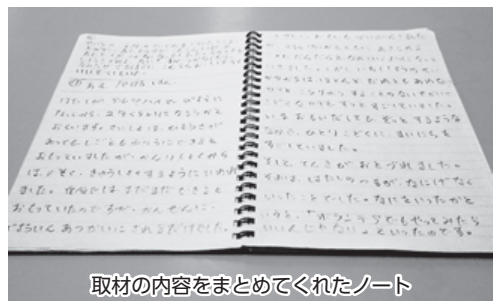
教員として勤務していた51歳のときにアルツハイマー型認知症を背景とした軽度認知障害との診断を受ける。3年10ヶ月間の休職ののち、退職。現在は、家族5人と猫1匹と暮らしている。寒河江市生まれ、山形県内の大学院修士課程修了。いっぱい勉強したけど、すっかり忘れた(笑) とご本人。

毎日の過ごし方

夏は自転車、冬は徒歩にて週2回ボランティアに通っています。他の日は、山形市内の病院で実施している「デイケア」に電車通っています。デイケアではカラオケのプログラムが好きで、浜田省吾をよく歌います。

好きなもの

しょっぱいものよりは甘いものが好き。チョコレートなんかいいですね。お酒も好き。以前はビールをよく飲んでいましたが、最近は酎ハイなどを飲んでます。スキーも好きで、数年トライしていないけれど、一緒に行ってくれる人がいるといいなと思います。



取材の内容をまとめてくれたノート

撮影のため、ボランティア活動の様子をのぞいた。額に汗をにじませ、次から次へと運ばれてくる容器を運び、黙々と作業をする様子は、俊敏かつ、力強さを感じるものだった。

「社会に属する」と感じる事ができる場所や、活動の選択肢が増えることを、私たちは応援していきたい。

「暮らしにあったらいいな」と思うことを尋ねると、若年性認知症の人の過ごし方の選択肢の少なさを上げた。「ひとくくりに認知症といっても、現役世代の人が楽しく過ごす場所や機会が少ないですね。もしかしたら、他にも同じような思いを感じている人がいるんじゃないかなと思います」

「若年性認知症の課題」というテーマでまとめられたウェブサイトを、本人にみていただきながら、特に共感することがあるか聞いた。ゆっくりと目を通して、「社会から必要とされていない不安」という部分に指をさして、こう話す。「仕事を失うことは、自分を失うことと同じ、一度手放したら戻ってこない。就労を目指したこともあったが、うまくはいかなかった。社会とのつながり、社会に属しているとい

全国における若年性認知症患者 3.57万人 (R2.3)

発症時の平均年齢 54.4歳

発症前と同じ職場で働いている人 7.1%

収入を伴う仕事に就いている人 10.4%

若年性認知症の本人が困っていること



※日本医療研究開発機構認知症研究開発事業による「若年性認知症の有病率・生活実態把握と多層的データ共有システムの開発」より作成

発症前と同じように業務を行うことが難しくなり、本人に就労意欲があるものの、解雇や退職、休職となる人が約9割。身体は元気な方が多いのに、役割がみつからない日々を送る場合も少なくないのが現状。

周囲の理解と適切な関わりを

認知症患者の大半は65歳以上の高齢者であり、若年性認知症患者の数は少なく、そのサポートは不足しています。もちろん利用できる認知症対応型のデイサービスや認知症カフェなどはあるものの、利用者の多くが高齢者であることから、使いたがらない方もいます。

また、仕事を続けたくても職場内でのサポートが受けられず、仕事を失う方もいます。その場合、社会から切り離されたような気分や、扶養家族がいることで経済的な不安に陥ることがあります。認知症と診断されたショックや悲しみだけでなく、その後もどうしていいかわからなくなる。言葉がなかなか出てこないなどの不安は続いていきます。

若年性認知症患者が安心して生活するには、患者と家族が病気や将来への不安を払拭できるよう、症状への対応方法を事前を知っておくことが大切です。さらに、周囲が理解し、適切な支援が行われることで、認知症の人たちの住みやすい地域づくりが実現できるのだと思います。



柿崎 雄輝 社会福祉士 伊藤 三佳 主任ケアマネジャー

寒河江市地域包括支援センター ☎ 0237-85-0896

本人の権利を守り、認知症の人が「地域の中でその人らしく過ごさせる」ような支援を、関係機関と一緒にしています。



失って思う、重要だったもの

くさんあると思う。その後、私は妻のおかげで今まで濃んでいたものがクリアにみえるようになったのです。配食ボランティアは週2回の活動だが、とても尊い時間。一緒に活動する方々は、人生の先輩でありみんな優しい。人生経験が豊富なだけある。嫌な顔や、理不尽な要求をする人はいない。わからないことは、聞く前に先回りして親切丁寧教えてくれる。私は、そんな人たちに出会えて、本当に良かったと思う。人と接することが自分にとってかけがえのないものになるなんて、思ってもみなかった。こんな機会を与えてくれた皆さんに心から感謝している。

秦さんの 日常の困りごと

「認知症世界の歩き方」 寛裕介著 ライツ社出版
認知症による心身機能障害の分類を参照に、本人の体験から作成



単語・漢字・記号の想起

漢字や英語がほとんど書けなくなった。

記憶

抽象的な言語・概念・記号の意味

アナログ時計は「長針が分、短針が時間」を表すということを強く意識しないと読むことが難しい。意識しながら読むと疲れてしまう。

→デジタル時計を12時間設定にすることで解決

知識・情報の記憶

「19日10:00」と自分でメモしたが、メモ自体が何を意味するかわからなくなり、人との約束を忘れてしまった。

考えの言語化

何かを言おうとしても、言葉がすぐに出てこない。

五感

形や大きさの正しい認識

複数の硬貨があると金種が区別できず、混乱してしまう。食器のふたの形状が複数あると、正しいふたを載せることが難しい。

注意・手続き

手続き、習慣の実行

パソコンの操作の仕方を忘れてしまった。得意だったギターのチューニングがわからなくなってしまった。仕事や公的手続きの手順がわからなくなった。

簡単な数の計算

買い物をして簡単な計算が難しい。
→電子マネーで解決

身体の位置や動きの認識・動作

エプロンを正しく着用できない。素材が柔らかく、形の捉えどころがない。ひもとボタンが多くあるため混乱する。
→試行錯誤し、エプロンは下から履くことで解決

時間・空間認知

時間経過の感覚

ボランティア活動に行く前に付近の散策を行っていたところ、まだ余裕があると認識していた時間が、実はボランティア活動が始まる時間だった。感覚に1時間のずれがあった。

日・曜日・月の感覚

カレンダーや新聞をみないと、今日が何日かわからない。

共同募金を活用しています

各地区社協
ふれあいサロン 135万円

事業運営



「居場所」や「生きがい」があると、いきいきと暮らせるね

申請のあった
町会 32万円

児童遊園の遊具補修等



安心して遊具が使えます

市社協 19万円

ふれあい相談所
相談員の費用等



弁護士などに無料で相談できて助かります

町会長連合会
民児協 19万円

町会長・民生委員児童委員への協力金



市社協 51万円

見守りネットワーク等
地域福祉事業に



見舞金として 214万円

経済的に困りの方や、高齢者・障がい者、準要保護児童等へ



社会福祉施設・
団体への配分

40
万円

- 放課後児童クラブ第三わんぱくクラブ
▶ 冷蔵庫の購入
- 放課後児童クラブやまびこクラブ
▶ タブレット端末の購入
- 放課後児童クラブさくらっこクラブ
▶ 空気清浄機の購入
- やまがた絆の架け橋ネットワーク
▶ こども食堂の広報チラシ印刷

施設配分金

13
万円

- NPO法人らっふる (生活支援・就労継続支援B型)
- 社会福祉法人さくらんぼ共生会 (就労継続支援B型)
- 社会福祉法人寒河江学園 (児童養護施設)
- 社会福祉法人牧人会 共労育成園 (就労継続支援B型)
- NPO法人西村山共同作業所 (就労継続支援B型)
- 寒河江市身体障害者福祉協会
- 寒河江市母子寡婦福祉連合会
- 虹の会 (寒河江市心身障がい児・者協会)
- ふるさとウオークアイ (中途視覚障がい者の会)

※千円単位切り捨て。詳しくはHPをご覧ください。

税法上の優遇措置

共同募金会は、税制上、国や地方公共団体と同じように、寄付に対する「優遇措置の対象団体」となっています。共同募金会への寄付金については、個人からの寄付は、所得税に係る「所得控除の対象」、または、「税額控除の対象」及び住民税に係る「税額控除の対象」、株式会社等法人からの寄付は「全額損金算入の対象」となります。

※「全額損金算入」とは、法人の課税対象となる所得から、当該法人が支出した寄付金額の全額が、一般寄付金の損金算入限度額の枠とは別に控除されることをいいます。

愛さぽーとのご感想をお待ちしています



じぶんの町を良くするしくみ

赤い羽根共同募金

寒河江市の地域福祉の推進や、県内の民間社会福祉施設の充実等のために活用される募金活動です。



歳末たすけあい募金

新たな年を迎える時期に支援を必要とする方たちが、地域で安心して暮らすために活用される募金活動です。配分の申し込みや詳細は本会ホームページを確認ください。

インターネット経由でも募金ができます！

クレジットカード、コンビニ支払、ペイジー、携帯（キャリア）決済による募金が可能です。

こちらのQRコード、または <https://hanett.akaihane.or.jp/donate/entry/100/06/06206/> まで、お願いします。



募金箱設置の協力をお願いします！

募金箱の設置場所

- 社会福祉協議会 窓口
- ゆめはーと 総合こどもセンター
- 地域包括支援センター
- 老人福祉センター



各施設の窓口や、企業・店舗のレジ付近等へ募金箱を設置いただけませんか？

寒河江市共同募金会では、10月1日～11月30日までの期間で募金箱を設置いただける施設や企業を募集しています。

問い合わせ：電話0237-83-3220
寒河江市共同募金会（社会福祉協議会内）

ありがとうメッセージ

運営者からのメッセージ

赤い羽根共同募金に寄付していただいた方々のご支援により、会員の皆さんには大変喜んでいただいております。心から感謝申し上げます。会員の皆さんは、昔話を聴いたり、股旅舞踊を観たり、生け花や創作活動を楽しんでいるほか、コグニ体操で頭と体を動かし、輪投げ大会では歓声を上げるなど、お蔭さまで充実したひと時を過ごしております。コスモス会の活動を支えてくれる寄付者の方々に対し、会員並び運営委員一同重ねてお礼申し上げます。
「ありがとうございます。」



ふれあいいきいきサロン
「南部コスモス会」

就労継続支援B型事業所 「NPO法人らっふる」



利用者からのメッセージ

お菓子の製造事業において、材料購入費の一部に充当しました。私たちは、毎日みんなで、色々な仕事を協力しながらお菓子作りをしています。これからも、たくさんのお客様に「おいしい」と言ってもらえるように精一杯がんばってまいります。ありがとうございました。

募金してもらっちゃおう!

寄付付きグッズを希望される方には、一定額以上の募金の協力で進呈しています。

※数に限りがございますので、希望のグッズが欠品している場合は了承ください。

取り扱い場所▶▶▶ハートフルセンター 2階 社会福祉協議会窓口

初音ミク

500円以上

ボールペン



Art by mof

赤い羽根共同募金と piapro が
コラボしました

支えあうココロ、
未来へ。

300円以上

クリアファイル



Art by ろむにー



Art by 苺紅茶



Art by 雨音もも

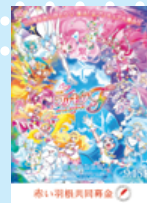
© Crypton Future Media, INC. www.piapro.net piapro

プリキュアオールスターズF

300円以上

クリアファイル

©2023 映画プリキュアオールスターズF
制作委員会



赤い羽根共同募金

赤い羽根×チェリン

寒河江市オリジナル! 福祉と健康フェアでの限定提供です



500円以上

缶バッジ

ほかにも、モンテディオとのコラボのグッズもあります



表紙の写真

できますポケット

—みんなの
とくいを体験—

「自分の得意なことや好きなことが他の誰かの喜びにつながればいいなあ」。そんな思いから始まった「できますポケット」。今回のコンセプトは「自分の得意を誰かに体験してもらう」こと。奉仕だけではない、新しいボランティアの形を見つけようと、大学生から地域の高齢の方まで幅広い年齢層の得意の先生が集まりました。スタッフには寒河江高校生も参加。市内の小中学生 36 名が「クラフトテープの金魚づくり」や「遊べる折り紙」、「ネイルチップ制作」ほか、6つの出店ブースを体験。いずれのブースも、予定時間を延長するほど大盛況。「得意を体験して、色々な事に興味を持つことができた」「普段できないことばかりで特別な体験ができた」と、うれしい声。また、「大学生や高校生と話せて嬉しかった」など、日常では関わることのない年代との交流は参加者にとって貴重な体験に。

「マッサージのやり方も教えてもらったから、家に帰ったらお母さんにもマッサージしてあげたい」と、参加者同士でマッサージを練習している姿は、誰かの「とくい」が参加者の「とくい」に広がったと実感する光景でした。

ほかにも事業の様子を
掲載しています



夏休みボランティア体験 2023

「障がいのあるお姉ちゃんに手話を教えられる!」と嬉しそうに話す参加者。

「3日間だけじゃ短すぎる! 来週もボランティアに来てもいいですか?」と積極的な姿も。放課後児童クラブ・高齢者施設・障がい児者施設・ボランティア団体など22か所に、延べ91名の小学生から高校生が参加。

「地域の方と交流して、会話の大切さや接し方がわかった」

「介護職員が利用者の個性に合った接し方で、とても勉強になった」など、多くの子ども達が学びを得ました。施設・ボランティア団体の皆さまに、子どもたちの学びの機会をいただいたことを感謝申し上げます。

