

高知精神保健

発行所 高知市丸の内1丁目2-20
 高知県地域福祉部障害保健福祉課内
 高知県精神保健福祉協会
 電話：088(823)1111・088(823)9669(直)
 FAX：088(823)9260
 E-mail：kochi-mhwa@mopera.net
 発行人 明神 和弘 編集人 谷 晃

第257号

第54回高知県精神保健福祉大会

「認知症になっても高知家で」 ～おもてなしのところで支えあう医療と介護～



大会実行委員長
吉本 啓一郎

今年度は認知症をテーマとさせていただきます。私たちはいろいろな病気の予防に気を配り、しばしば検査を行って早期発見につとめ、時に苦しい治療を乗り越えて健康の維持に努めておりますが、認知症はその人の人生の後半に思いがけなくやってきます。認知症がまだまだ根治できる病気ではないとすれば、出来るだけ早期から診断がなされ、一人一人の方にあった適切な治療や介護が受けられ、その人らしい生活を長く失わずにいられることが大切ではないでしょうか。大会前半での講演は、京都府立医科大学の成本迅先生と高知大学の上村直人先生にお願いいたしました。認知症に関する最先端のご研究をされながら、実際の診療でも地域で大変にご活躍されている先生方です。わたしはこれまでに両先生のご講演を聴く機会に恵まれ、大変感銘を受けましたので、是非大会でお話ししていただきたいとご講演のお願いをいたしました。大会の後半は、香美市市役所の時久さんと同仁病院の横川さんに、以前から香美市で行ってられます、認知症の方々への真摯なお取り組みにつ

いてお話ししていただき、認知症になっても安心して暮らせる地域とは、というテーマでお話し合いをもっていただきます。座長は、昨年の大会でも素晴らしい座長をされていた岡田和史先生にご無理を言ってお願いいたしました。また全体の進行は高知大学で基幹型認知症疾患医療センターの連携担当者をされ、私たちもふだんから大変お世話になっている中村京子さんをお願いしました。今大会が認知症という病気に向かい合っていく力がわくきっかけになりましたら、実行委員会の代表としては何より嬉しいかぎりです。最後になりましたが、今後も精神保健福祉協会がますますのご発展をされることを祈願しております。

大会パンフレット
プログラム詳細はP6参照

目次

第54回高知県精神保健福祉大会(案内) 1
 高知県自殺対策シンポジウム・トークセッション 2

講演「無縁社会を乗り越えろ！」..... 3
 精神障害者フットサルチーム「Citrungs Tossa」..... 5
 第54回精神保健福祉大会プログラム 6

高知県自殺対策シンポジウム 「孤立をなくそう ～つながりのある社会をめざして～」

日時：平成26年9月14日（日）
場所：高新文化ホール

トークセッション

コーディネーター：

高知県立精神保健福祉センター所長 山崎正雄
ゲスト：NHKチーフ・プロデューサー 板垣淑子
四万十町保健師 中屋綾子



山崎正雄さん

山崎 うつ病などの病気、経済生活問題に苦しむなど、自殺につながるさまざまな問題がある。特に高知県は超高齢化社会になり先の見えない状況が進んでいる。

中屋 地域での暮らしはどんどん変わってきている。人と人のつながりが希薄になり、切れている部分もある。生活の困難性も増している。県外で仕事をしていた若い人が、コミュニケーション能力や周囲の環境のため続かず、帰ってきた。地元で仕事に就いたがやはり続かず、どんどん自分の生活圏が狭くなって、引きこもりの生活になっている。家族の中でも引きこもっている。もう死ぬしかない、とポツリとこぼされた。また80代後半の高齢者の夫婦が年金暮らしでつましい生活している。行くたびに怪我や骨折をしている。介護保険サービスを利用しませんかと情報提供をするが、首をたてにふらない。お金がない。子どもとの関係が悪く連絡も取れない。家族が崩壊



中屋綾子さん



会場の様子

している。そのように生きづらい状況になっている人が地域に増えている。

板垣 私が「無縁社会」というテーマで取材を始めたのは2010年。とくに都市部で無縁化が深刻になっていた。つながりが濃いと思われていた地方でも、無縁社会がひたひたと来ている。社会から孤立している人は、自ら助けを求めようとしない人が多くいる。取材しているほとんど全員の人から、「迷惑をかけたくない」と聞く。子どもに迷惑をかけたくない。近所や地域に迷惑をかけたくない。一人ががんばっているうちに、助けて、と言うことも出来なくなってしまう。地域の保健師や民生委員の方は繰り返し、手を差し伸べてあげようとしても、なかなかその手をつかんでくれない。これをどうして乗り越えていくかが、喫緊の課題。

山崎 保健師の活動を通じて、いま欲しいものは？

中屋 寂しい、孤独という思いが、人とのかかわりが無い日々の中でどんどん深くなり、それが外への暴言や暴力になったり、自分を殺してしまうという形になったり、悪循環に陥ることになる。不安やいらした気持ちは病院で薬をもらって少なくすることは出来るが、寂しさや孤独の本体は紛らわすことが出来ない。人とのつながり、ふれあい、コミュニケーションがそれを埋めてくれることがある。地域で人と人、会話と会話をつなぐことで、心を軽くし、扉を開き、地域に出られるという期待を持ちながら、日々仕事をさせてもらっています。

高知県自殺対策シンポジウム
**講演「無縁社会を乗り越えろ！
 ～超高齢化社会を迎えて～」**

講師：板垣淑子

NHK大型企画開発センター チーフ・プロデューサー

NHKテレビ夜の「クローズアップ現代」という特集番組や、日曜日夜の「NHKスペシャル」という番組の中で、孤立の問題や社会保障の問題を発信しています。「無縁社会」という言葉が最初からあったわけではない。2010年頃身元がわからないような孤立死が都内で急増していた。孤立死した人の遺体はいったん警察の冷蔵庫に入り、身元調べで8,9割の遺体は近親者などに引き取られる。ところがどれだけ調べても引き取り手が見つからない場合は、自治体が火葬や埋葬を代行する。そのことを「助葬」といい、その件数が各市町村に残っていてデータを全国で集計すると、究極の無縁死は3万2千件あった。孤立死はその数倍数十万人ある。

生前この人たちはどういう生活をしているのか。ほとんどが一人暮らしの高齢者。一昨年2012年には団塊の世代が65歳に達し、高齢者はついに3,000万人になった。この数はこれからも増えるが、すでにそのうち500万人が一人暮らしをしている。そして残りの9割以上も高齢者同士の世帯。ひとつは高齢者同士の夫婦世帯、もうひとつは高齢者の親子や姉妹といった介護のために同居し支えあっているという住まい方。どちらか一方がなくなればほとんど全てが独居世帯になる予備軍と言える。

さらに一人暮らしの財布の中身を分析すると、40%が年収100万円未満。月に直すと8万数千円。この収入で在宅介護サービスを受けることは、介護度が上がるとほぼ不可能になる。施設を利用しようとしても、この収入で利用できる特別養護老人ホームは全国で80万人分しかない。待機高齢者が52万人、地域によっては10年待ちの状況。

お金もない、自宅で十分なサービスを受けられな

い。施設にも入れない。自分の終の棲家を決めることが出来なくなっている。公的な負担の範囲内ではいれるような病院や老人保健福祉施設は長くいられないので、一生施設を点々とするという人が現れ始めている。認知症が顕れ路上生活者のようになっている人もある。漂流する老人の過酷な現実がある。



板垣淑子さん

一人暮らしのたくさんの人を取材したが、万人共通に「迷惑をかけたくない」と言う。その状況が長く続くと、自分が社会の迷惑になってしまうのではないかとこの恐れをもってしまう。一歩進んで私が迷惑をかけることが間違いだ。人との接点を自分から絶っていく傾向にある。これに貧しさがくわわるとなおさら。お金のことで迷惑をかけるくらいなら、と縁を断ってしまわざるを得ないような例もある。自分が生きていることさえ罪なのではないか、思うようになる。孤立の究極、絶対的孤独に陥る。訪ねて来る人もなく、自分が朝起きても、自分が生きていることを知る人さえない。生きていてもしようがない、自分をどんどん追い詰めていく。生きる価値がないのではないか。

「無縁社会」という番組のプロジェクトの中で、孤独や寂しさについての体験談を募集するために2週間留守番電話を設置したところ、1万4千件も電話があり、そのほとんどが「死にたい」と訴える声だった。いのちの電話のように誰かが話し相手になるのではなく、一方的にメッセージを残す留守番電話に、そのような切実な思いを語らなくてはならない人がこれほどいることにおどろかされた。定年退職して、仕事や社会とのつながりを失った高齢者の孤立が深刻だろうと思って体験談を求めたが、留守番電話に入ってくる声は若い10代20代のものがたくさんあった。貧困家庭、非正規労働、リストラなどから、自分が働くことで社会に必要とされる

場所から絶たれている。働くのはお金を稼ぐだけでなく、誰かの役に立っていると実感する場所を人は求めている。若い人でも自分が社会との縁が非常に薄いことをとても懸念して、将来に大きな不安を抱えている。無縁社会が末広がり広がる恐ろしさを感じた。



手話と会場内及びロビーに要約筆記を表示

どうしたらいいか。地域で始まっている模索をいくつか番組で紹介した。

千葉県南房総の穏やかな農村に、3年を期限としたフリースクールがNPOによって設置された。親兄弟に虐待されたりして、不登校、引きこもりがひどい小中学生を施設に集めて、共同生活をさせながら、学校に徐々に通ってもらって、義務教育課程の学校に戻していく取り組み。心を閉ざした子どもたちが週1回、地域のお年寄りの家を訪ねて、戦争についての実体験を聞き平和学習をする「戦争を語り継ぐ校外学習」が企画された。

先に元気が出たのはお年寄りの側だった。子どもたちが来ると、一生懸命自分たちの見聞きしたことを話し、さらに図書館で資料を集めたり、学校の一室を借りて打ち合わせをして、役割分担をするなど、めきめき元気になっていった。

遅れて子どもたちにも各家庭で歓待されることで、自分たちが訪ねることでお年寄りたちが全身全霊で喜んでくれている、自分の存在が誰かを笑顔にしている。理屈抜きで子どもにそのことが伝わる。校外学習がない日にも行き来があるようになり、最

後卒業するときの文集を皆で作った。傷ついたり子どもたちと、地域にとり残されていた高齢者、お互いがお互いを必要とするような関係が生まれていた。

74歳男性の縁作りについての事例。仕事一筋の男性が定年退職したその週、妻が末期進行癌で倒れ、数ヶ月で亡くなった。夫婦には近所付き合いもなく、四十九日を過ぎて引きこもり生活になった。テレビの演芸番組を見ていて笑おうとして自分の声が出ないことに驚く。何日も誰とも話していない。これではいけない。そんなとき、マンションの隣室が救急車を呼び、担架がエレベーターに乗らないなどの騒ぎが持ち上がった。しばらくして退院してきた隣の婦人が挨拶に訪れ、彼女は亡くなった妻の無二の親友で、自分が未亡人となった後わざわざ隣へ引っ越してきたのだと、告げられる。

男性は妻との縁を感じ、何かを始めないか提案するが、婦人も人付き合いが苦手でわざわざ声をかける、顔をあわす事が面倒に感じる。そこで相談し人形リレーの工夫を始めた。朝男性が起床して朝刊を取り込むと、リボンのついた人形を自室のドアノブに下げる。隣の婦人が出かける時、人形が出ていることで、男性が起きたことを確認し、人形を自分の部屋のドアノブに下げる。男性は夕方外に出たとき、婦人が人形を移したことで、彼女が元気であることを確認し、人形を自室に取り込む。婦人は人形が無くなっていることで、男性が部屋に戻ったことを知る。

婦人は最初は人形に話しかけていた。おはよう。お父さん元気だね。そしたら、マンションのほかの人と挨拶をし、いい天気ですねと口を交わすことが出来るようになった。自分の心が開放され、人生が積極的になった。

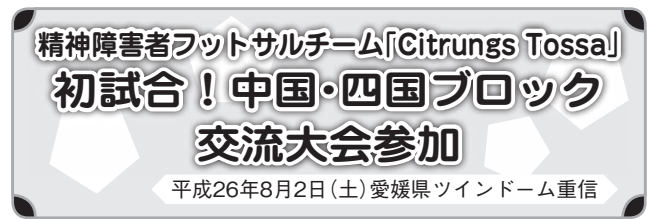
男性は晩酌のお酒がおいしくなった。妻がなくなってからは糖尿病など気になり、もし具合が悪くなり倒れて人に迷惑をかけてはいけないと、おちお

ちお酒も飲んでいられなかった。それが朝、人形を表にかけなければ、となりの婦人が様子を覗いてくれると思うだけで、こころゆくまでお酒を楽しめるようになった。このことで自分の晩年がどれほど豊かになったことか。

自分が生きている、今日も元気にしているサインを、たった一人が受け止めるだけで、人生で大きく変わるなという教訓。このことを放送すると、自分もやってみるという反応もあったが、たった一人とつながるだけで、こんなに安心できるなら、私がその一人になってあげたい、という若い世代の反響のほうが多かった。日本人も捨てたものではない。私たちも番組の放送以外に、何かできることをしなくては、動き出さなくてはと話しあい、マンションでのあいさつなど心がけている。メンバーの中にはお茶会を催したり、近くの公園で「勝手にラジオ体操」をしている人もある。動き出すことで縁が出来ることを感じる。

今自分が孤立した状態ではなくても、見渡せばどこかに困っている状況があるのかもしれないし、将来自分がそうなるかもしれない。是非何が出来るか、考えるきっかけにしていきたい。

(文責:谷晃)



精神障害者の社会復帰への取り組みとして、スポーツなかでもフットサルについての取り組みが、サッカーのJリーグチームの支援を受けるなどして日本各地に広がりつつあります。フットサルとは「サッカー」と「室内」をあらわす言葉の合成語で、いわゆる室内サッカー競技で、コートのはしはサッカーの約4分の1、人数は5人で行います。

年々チーム数・大会数も増加傾向にあり、国内大会で優勝し海外遠征にいたったチームもあると聞きます。高知県でも関係者が集い今夏「フットサル日本一プロジェクト」がスタートし、チーム名も「シントラングストッサ」と決まり活動をスタートしました。

そして8月には「中国・四国ブロック交流会」が愛媛県ツインドーム重信で開催され、台風による悪天候で参加チームが減る中、シントラングストッサは記念すべき初対外試合・初得点・初失点を記録することができました。

3年後の愛媛国体に合わせて開催される全国障害者スポーツ大会で、フットサルはオープン競技として実施される予定です。障害・経験の有無、老若男女を問わず、選手またはスタッフとして参加していただける方を募集しておりますので、下記までご連絡ください。



事務局＝海辺の杜ホスピタル作業療法室(佐野)

TEL 088-841-2289

FAX 088-841-2280

E-mail: otr@umibeno-mori.com

第54回高知県精神保健福祉大会

入場
無料

認知症になっても高知家で
～おもてなしのところで支えあう医療と介護～

日時 2014年10月22日水
午後1:00～4:30

場所 高知県民文化ホール(グリーン)

プログラム

- PM1:00 開会あいさつ 高知県精神保健福祉協会会長 明神 和弘
来賓あいさつ 高知県知事 尾崎 正直
高知市長 岡崎 誠也
- PM1:20 表彰式
- PM1:30 …… 休 憩 ……
- PM1:35 アトラクション 藤戸病院デイケア
コーラスグループ「HAZAMACER'S (ハザマッカーズ)」
- PM1:45 …… 休 憩 ……
- PM1:50 講演「アルツハイマー型認知症の人の地域生活をサポートするには」
講師 京都府立医科大学大学院医学研究科精神機能病態学講師 成本 迅
- PM2:40 講演「非アルツハイマー型認知症について
～レビー小体型認知症とピック病～」
講師 高知大学医学部精神科講師 上村 直人
座長 (医)一条会渡川病院 院長 吉本啓一郎
- PM3:25 …… 休 憩 ……
- PM3:35 シンポジウム「認知症になっても安心して医療と介護を受けられる地域とは」
シンポジスト
「香美市における認知症連携について」
香美市役所健康介護支援課地域包括支援班長 時久 朝子
(特医)同仁会同仁病院医療相談室主任 横川 貴恵
助言者 京都府立医科大学大学院医学研究科精神機能病態学講師 成本 迅
高知大学医学部精神科講師 上村 直人
座長 (医)精華園海辺の杜ホスピタル 副院長 岡田 和史
総合司会 高知県基幹型認知症疾患医療センター精神保健福祉士 中村 京子
- PM4:25 閉会あいさつ 高知県精神保健福祉協会 副会長 森信 繁

【主催】 高知県精神保健福祉協会
【事務局】 高知県精神保健福祉協会 高知市丸ノ内1-2-20
高知県地域福祉部障害保健福祉課内 TEL 088 (823) 9669

講師

京都府立医科大学大学院
医学研究科精神機能病態学
講師

なるもと
成本 迅



アルツハイマー型認知症では、近時記憶の障害を中心として、いくつかの認知機能障害がみられますが、一方で保たれている能力も多くあります。低下した能力をどのように補っていきとよいか、逆に保たれている能力をどのように活用してもらえばよいのかについて発症からお亡くなりになるまでの経過に沿ってお話ししたいと思います。また、物盗られ妄想を中心として生活の妨げとなる精神症状も出現することがあります。医療的な対応の実際と地域生活を支える上での注意点についてお伝えしたいと思います。

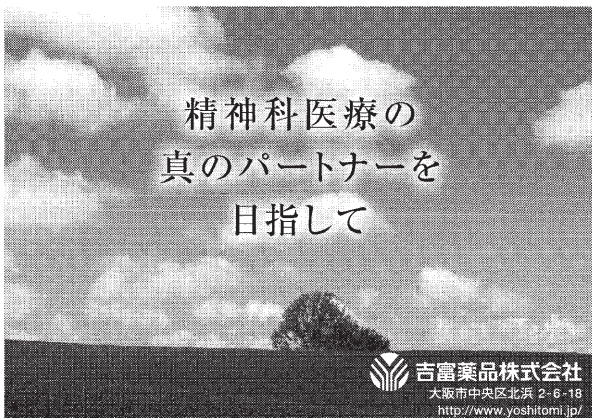
講師

高知大学医学部精神科
講師

かみむら
上村 直人



超高齢社会を迎えた高知県では認知症の問題は、県民のこころの健康にとって非常に重要です。認知症の人が増えていくのはもちろんのこと、認知症の介護にかかわる家族も含めると決して稀な病気ではありません。そこで、私は今回、認知症の中でも最近注目されているレビー小体型認知症と、初老期認知症の中でも稀ではないピック病に関して講演では述べてみたいと思います。またこころの病は、「明日は我が身」と言われるように誰でも起こりえるものです。その際の心構えや支援の仕方についても触れてみたいと思います。



からだ・くらし・すこやかに



www.ds-pharma.co.jp