

平成 27 年度「みえの現場 “やっぱし” すこいやんかトーク」(玉城町) の概要

平成 28 年 1 月 25 日(月)に、玉城町保健福祉会館で、「みえの現場 “やっぱし” すこいやんかトーク」を開催しました。

当日は、認知症の人やその家族を応援することを目的に活発に活動されている『サポーターさくら』の皆さん」9名に、活動のやりがいや今後の活動についてご意見などをお伺いしました。



【参加者からの発言】

順に自己紹介を兼ね、スライドを使い様々な団体の活動について紹介をしていただきました。

(活動紹介)

- サポーターさくらは、もし認知症になっても安心して生活できる町にすることを目標に活動している。
- 認知症サポーター養成講座では、認知症の理解とサポーターの役割などの講義やグループワークを行い、また、キッズサポーター養成講座は、5・6年生を対象に、認知症って何？どんな気持ちで認知症の方が生活しているか、ということを伝えている。結構、子どもたちは楽しんでやってくれる。
- 視察研修で古民家を改装した認知症カフェに行った際に、何となく家にいるような、こじんまりしていて落ち着ける環境で、その時、これが玉城にできると良いなと感じた。

- 施設の行事で支援をさせてもらった時に、「あんたまた来てくれたの、良かった、ありがとうね」「あんた、親切にしてくれたもん、よく覚えとるわ」などと言ってもらったことが嬉しかった。
- 健（脚）健（脳）教室でサポーターをしている。手足の運動をしたりいろんな遊びをしているが、初めは利用者さんも私達サポーターも緊張でいっぱいだった。回数を重ねる毎にみんなの表情が柔らかくなり、楽しくて仕方がない。
- サポーターさくらのメンバーの中には介護をされている方やご本人さんも何人か入っていただいており、認知症の方の家族会を2ヶ月に1回している。そこでは認知症についての情報を共有したり、一緒にお食事をしてゲームをしたりしている。だんだん馴染みになってくると、安心していろんな話が出てくる。
- 徘徊高齢者の見守り活動では、徘徊している方を発見した時の対応方法を子どもたちに伝えている。近くの大人に報告して安全にこの人を家に帰すことを目標にしている。
- サポーターさくらを知ってもらうために、このちょっと派手なピンクのユニフォームを着て活動している。これを着ると背筋がシャンとして、ますます元気が出る気がする。
- 町内の出来事を元に寸劇を作った。この寸劇は、町外でも行っている研修や養成講座でも披露し、認知症のことや、認知症の方々への対応の仕方がすごくよく分かって良かったと喜んでもらっている。
- 会員全体のお楽しみ会を開催し、ダンスを披露したりしている。昼食も一緒に囲んで、泣いたり笑ったりいろんな経験をして、まさに認知症予防を活動の中で行っている。
- 高齢者問題を地域で考える「地域ケア会議」において、誰でもいつでも気軽に集える場所があると良いよね、ということで居場所づくりプロジェクトができ、第一号店として、つどい場「協（かなう）」ができた。この「協」は空き家を借りて、みんなで片付けや掃除をしてオープンを迎えた。開催日にはみなさんと折り紙や工作などをして一緒にして過ごしている。「協」には畑もあり、暖かくなったらその畑でお花や野菜を作って、その野菜でごちそう作って楽しみたいなと、みんな楽しみにしている。

【町長の発言】

- 玉城町として、町づくりの一番大事にしていきたいことの一つは、町民の皆様方が玉城町で安心して暮らしていただくこと。その一番大元をさくらの皆さんが支えてくれていると思っている。「できたら玉城町に住みたいな」という人が近隣の市町からたくさんあり、本当に良い形で盛り上げていただいている。ありがとうございます。

Q この活動に参加してこんなことが良かったよ、こんなことが楽しかったよ、こんなうれしいことがありました、というような、自慢話を教えてください。

- 昨年傾聴について勉強させていただいた。認知症の方に寄り添っての対応の仕方が目から鱗だった。「死にたい、死んでしまいたいわ」と言われた時に「そんなこ

と言わないで、頑張って」と言ってしまうがちだが、「そんなに死にたい、どうい
うところが」と具体的に聞くことができるようになったり、昔のことを思い出さ
れてその話をする事で、話が現代につながってくる。その瞬間が垣間見えると、
すごく嬉しくなる。

○父と母の介護を経験したが、傾聴についてもっと早く勉強できていたらもっと優
しく接していたかなと思う。まだ実の母もいるのでそういう形でこれから接
していきたいなと、すごく傾聴の勉強は良かったと思う。

○一日半という長時間の研修でも、先生や各種ボランティアの方に「こんな熱心な
人達は初めてだ」と言われ、それもすごく嬉しかった。

○ご家族から、「自分自身が前よりよく笑うようになった」と言われ嬉しかった。そ
の方がまた他の方にも親切にしてくださり、他の方からも「とてもありがたい」
という声をお聞きするので、広がっていくってすごく良いなと思う。

○健（脚）健（脳）教室に行くと自分の予防にもなるし、何より認知症の方が笑っ
てくれる。自分自身の生き甲斐にもなっている。どんなに忙しくてもやりたいな
と思っている。

○私がしばらくちょっと休んでいて、久しぶりに会ったら「どうだったの？」とか
「あなた、元気？」とか、反対にこちらのほうが癒された。

○面白い話は、全然覚えのない方から「おむつはどんなのを買ったらいいの？一緒
に行ってくれる？」と相談され、一緒にお店に行って、買って、「ありがとう」っ
て言われたので私もびっくりした。活動を通じてその方は私のことを覚えてくだ
さっていたのかなと。田舎ですから人と人との繋がりがとっても嬉しかった。

○認知症という言葉の知られていない時に、母親の気持ちを汲めなかったことを凄
く残念に思っている。サポーターさくらに入らせてもらったのは自分のためでも
ある。

○色々な勉強をさせていただいて自信が少し付き、こちらから進んで声を掛けられ
るようになった。声をかける時は、前からゆっくりとお話するということを教わ
り、すごく勉強になっている。

○私も 60 歳を過ぎたら世間にお返ししなければ、という気持ちで始めたが、結局
は自分自身も元気にしてもらうことなんだなということが分かってきた。

○歳をとるというのはすごく不安だが、でもそんなに心配することはないんじゃない
かと、この活動を通じて教えてもらった。

○認知症になっても元気なところはいっぱいある。主人の父親も老人性認知症で、
ちょっと前のことを忘れてしまうが、だから何でもいつも新鮮な感じで聞いてき
て、当たり前のことでも喜んでもらえるということが嬉しい。

○困っている人、こういうことの援助をすること、助け合うこと、やはり真心を持
って接するということが、よく聞くこと、これが一番大切だと思う。

○町職員として、認知症になっても歳をとっても安心して生活できる町、そういう
町づくりをどういうふうにするといいのかを考えてきた。その答えが何となくこ
のサポーターさくらさんとの活動を通して見えてきた。徘徊高齢者の声かけ訓練
やサポーター養成講座等々全てサポーターさんたちが協力して下さっているので、
その力は本当に大きい。

【知事の発言】

- 「自分が前より良く笑うようになった」と自覚できるということはすごいことですね。みなさん笑う量とか測っていませんからね。その時はよほど精神的にしんどかったんでしょうが、「笑える機会が増えた」と言ってもらえる皆さんの活動は素晴らしいですね。
- 皆さん街中でいろんな人に声を掛けてもらう、声掛けられる率が高まっているんですね。良い有名人ですね。
- 認知症は「ものすごい大変なことだ」と思って突然迎えるよりは、いろいろ勉強していったって「あ、こういうふうにして、こうすれば、こうなんだな」というのを知っているか知らないかでは全然違うということですね。それにはやっぱり多くの人に勉強する機会というか、知ってもらう機会を持ってもらうのは大事ですね。

【町長の発言】

- サポーターさくらの皆様方をはじめいろんな方の活動により、人の繋がり・交流が盛んになるような、そんな町にしていくとより一層住みやすくなると思っています。
- 認知症の方がいるということを隣近所にもオープンにすると気持ちも楽になって、万が一の方不明になった場合にはみんなで助け合うことができる。「家族がいなくなった」という問い合わせが町にあると、承諾のうえ名前まで放送させてもらっている。そうすると発見されるのが早い。

Q サポーターさくらの活動を組織として継続していくための課題や、ご自身達がやっていく自分の課題、今後に向かってもっとこうなったら良いということをお聞かせください。

- 一番の問題はメンバーの高齢化。ちょうど定年後 60 歳くらいの方が一緒に活動してくれたらと、それをどういうふうに育成、養成していくかっていうのが一番の課題だと思っている。
- 「みんながえらい時は休もうな」と休んで交代で活動しているが、本当にへとへとなる時がある。
- この活動に男性が少ないことが悩みの一つ。男性も介護に加われば良いが女性のお話を聞く場合には、やはり 2 人で行くようにしている。もうちょっと若い男性がいれば良いと思う。
- つどいの場「協」は、各地ボランティアさんの方々の参画のもとにオープンして、今年からは週 2 回、火曜日と木曜日にやっているが、どうしてもサポーターさくらがしていると誤解を受けてるところで私達も実際悩んでいる。

【知事の発言】

- メンバーの高齢化や、減少に悩まれる団体は結構ありますが、まずは、参加の仕方は色んなバージョンがある方がいいと思います。夜だけとか土日だけとか子どものキッズサポーターの時だけとか「協」の所の時だけとか、色々バリエーションができてくると色んな人を受け入れやすくなってくると思います。

○活動が広がってくると批判を受ける時があり、すべての人に理解が進むというのはなかなか難しい部分があります。何でそうなるのだろう…とブラックボックスに不満を持つ人が結構多いと思うので、参加者の基準や、お金の取り方、その手順や募集方法等、仕組みを透明にしていけることが大事だと思います。

【町長の発言】

○仕組みを透明にするという、知事から素晴らしいアドバイスをいただいたので、課題を一つ一つ解決していきたいと思う。

○本当に周りからも注目のサポーターさくらの皆様方の取組みで、お年寄りになっても玉城なら安心して暮らせるんだというような声もストレートに聞いている。是非これからもこの活動を継続していけるよう、一緒になって頑張っていきたいと思う。

【知事の発言】

○特に、「協」の取組みは地方創生の取組みの一つで、空き家対策と認知症対策と居場所づくりという一石三鳥の取組みがなされ、玉城は認知症対策で地方創生を行っているという、これは非常に大きなメッセージです。これからもどんどん自慢をしてください。我々もPRをしていきたいと思います。

○それから5月26、27日に伊勢志摩サミットがあります。せっかくサミットをやるのですから認知症サミットみたいなことを、というようなお話も色んなところからいただいています。もし実現した場合にはこのサポーターさくらのみなさんは先頭切って、是非お手伝いをしていただければと思います。

