



### 3. 第一部（医歯薬学総合研究科 中根 秀之 教授）

中根教授より、「認知症と向き合う」と題し、認知症とはなにか、認知症高齢者数の推移、認知症の種類と症状、対応、改善策、治療法、認知症の予防とケアについてお話いただきました。認知症高齢者の数はますます増加している現状にあり、65歳以上の4人に1人が認知症とその予備軍であることや、認知症と気づく数年前から脳に変化が起きていること、年齢的な物忘れと認知症の違い等について、詳しくわかりやすく説明されました。また、認知症の方は不快や怒られたという感覚だけが残りやすいため、怒らないことや否定しないこと、本人が生活しやすい環境をつくり不快な場面を避けること、服薬管理や周囲に協力を求めることの重要性についてもわかりやすく説明されました。認知症の予防は、睡眠や食事の生活習慣を見直し、早期発見・早期治療が何より重要であり、認知症のケアは、本人への配慮、記憶は薄れても感情は残る、無理強いや否定をしない、楽しくリハビリをする、医療や福祉サービスの活用が必要であると締めくくられました。

### 4. 第二部（認知症の人と家族の会 長崎県支部長崎地区 副代表 川崎 ひろみ 氏）

認知症の人と家族の會長崎県支部長崎地区川崎副代表より、「私が祖父母の主介護者でした」と題し、孫である自分が祖父母の主介護者となった経緯や認知症の祖父母を介護し看取った経験を実体験に基づいてお話いただきました。継続的なかかわりや専門的なかかわりは専門職に任せることが、在宅介護を長く続けるコツであること、仕事を継続しながら在宅介護を継続するために工夫したこと、祖父母を自宅で介護することが難しいと思ったときに入る施設がなく、母とともに宅老所を開設したこと等についても説明されました。祖母を乗せた車椅子を押している際に、近所の方から「大変ね」と声をかけられたことが、とても嫌だったこと（悪意はなく発した言葉であっても祖母にも聞こえているから失礼である）を例として挙げ、ケアラーサポーターとしての声かけには気配りを忘れないでほしいと述べられました。介護者支援として、例えば、車椅子を押している人を見かけたら、自動ドアの「開ける」ボタンを押すのを手伝う、手動ドアの開閉を介助する、エレベーターの開閉ボタンを押す、横断歩道を通る際の介助等、日常の中で優しい気配りをしてほしいと締めくくられました。



写真3. 中根 教授



写真4. 川崎 氏

## 5. まとめ（座長：医歯薬学総合研究科 井口 茂 教授）

最後に、井口教授より、認知症の方を介護する際に、介護者が要介護者の感情を押し量って接することの大切さや、今後 65 歳以上の 4 分の 1 の人が認知症と診断される社会になること、障がい者のバリアフリーも含めて、今後の社会作りにはケアラーサポーターが地域に多く存在することが重要であると締めくくられました。



写真 5. ケアラーサポーター育成研修風景

第 2 回ケアラーサポーター育成研修には、多くのみなさまにご参加いただきました。センタースタッフ一同、心よりお礼申し上げます。アンケートでは「認知症について専門的内容をととてもわかりやすく話していただき、しっかり学ぶことができた」「認知症の理解が深まった」「実体験に基づいた話で、自分の体験と重ねて聴くことができた」「実体験の心のこもった話に感動しました」「祖母を介護している母の役に立ちたいと思い参加しました。これから介護する立場として役に立てたい」など、気づきや学びについてのコメントが多くありました。アンケートへご協力いただきましたみなさま、ありがとうございました。

長崎大学ダイバーシティ推進センターは、今後も引続きケアラーサポーター育成研修を開催します。次回のケアラーサポーター育成研修は 11 月 2 日に認知症サポーター養成講座を予定しています。今後ますます介護の課題を抱える人が増加することが確実視されているなか、介護者が孤立することなく介護者も要介護者も共に社会参加ができる環境作りができるよう、地域に学び地域で支える支援へ取り組んでまいります。