

## 令和元年度「第1回仕事と介護の両立ワークショップ」開催報告

認知症とともに私らしく生きる～若年性認知症になって、今思うこと～

【日時】令和元年10月11日（金）18：00～19：30

【場所】長崎大学文教キャンパス 事務局第5会議室

【講師】福田 人志 氏（認知症サポート会の会）

中倉 美智子 氏（認知症サポート会の会）

令和元年10月11日（金）文教キャンパスにて、「第1回仕事と介護の両立ワークショップ」を開催いたしました。学内外から26名の参加がありました。

令和元年度 長崎大学  
認知症とともに  
私らしく生きる  
～若年性認知症になって、今思うこと～  
令和元年  
10月11日（金）  
18：00～19：30  
（開場17：30）  
会場 長崎大学文教キャンパス事務局  
第5会議室（教育学部2階）  
講師 認知症サポート会の会  
福田 人志 氏  
中倉 美智子 氏  
参加費無料  
※事前にお申し込みください  
一般（地域）の方  
長崎大学学生・教職員  
お申し込みは画像をご覧ください  
申込フォームまたは電話・メール、FAXでお申し込みください。FAXのお申し込みには  
裏面の申込用紙を必ずお添付ください。  
申込フォーム  
【主催・共催】  
国立大学法人長崎大学 ダイバーシティ推進センター  
TEL: 095-819-2179（内線2219） FAX: 095-819-2159  
MAIL: cmyai\_working@nt.nagasaki-u.ac.jp http://www.cdi.nagasaki-u.ac.jp

### 1. ご挨拶（ダイバーシティ推進センター長 吉田ゆり）

最初に吉田センター長より挨拶がありました。認知症についてはイメージでしか想像できず、当事者に聴いてみなければわからないこともたくさんあり、介護についてはやった人にしかわからない面も多くある。ご本人の声を聴きながら、一人一人に合った支援の方法を考え実施していくことが大事だと自分の経験を通して感じており、今回も多くのことを学ばせていただきたいと述べられました。

### 2. 講演（認知症サポート会の会 福田人志氏）

講演では、若年性アルツハイマー型認知症の当事者であります福田氏に『認知症とともに私らしく生きる～若年性認知症になって、今思うこと～』と題しお話いただきました。最初に、福田氏が発症する前後から、診断後に半年以上自暴自棄になり、引きこもり、その後自分を取り戻していくまでの半年間の喜怒哀楽



を、「認知症 杏行の歌」という一行の歌とともにその時の心境を話されました。杏行の歌は、半年間の間、殴り書きしていたメモ帳から支援者である中倉氏が拾い上げた言葉（歌）であり、今ではポストカードを作成したり展示会をして多くの方に観ていただく機会を作っていると紹介されました。

調理師として長く勤務されていたある日、味がわからなくなり、調味料を間違っ入れてたり、調理の手順がわからなくなり、5年前に若年性アルツハイマー型認知症と診断を受けた。認知症を受け入れてからは、同じ当事者に会うために「峠の茶屋」という当事者の集いの場をつくり、相談員としても活動をされているほか、佐世保・県北認知症疾患医療センターの附属機関で若年性認知症支援相談室の相談員としても勤務されており、当事者やご家族からの相談に対応していると話されました。

認知症になっても、普通に話しができる、パソコンもできる、旅行もできる、読書もできる、このように普通の人と変わらず普通のことを普通にできて、普通に考えて生活していることが基本というこ

と普通の人間と何も変わらないことを理解してほしいと述べられました。

当事者がたくさん声をあげることも必要かもしれないが、聴いてくれる人が増えること、当事者やその家族、サポートする人が集える場所が増えていくことが必要だと思うし、それが誰もが住みやすい街作りにも繋がると考える。「壱行の歌」は、私が生きてきた証ですと締めくくられました。

### 3. パネルディスカッション

(医歯薬学総合研究科 井口茂教授、認知症サポート壱行の会 福田人志氏・中倉美智子氏)

井口教授は、認知症の人と向き合い病気も含め正しく理解することが大事だと話されました。認知症に罹っても人格や感情は保たれ、ただ、忘れる・できなくなる等の表面上の問題が起きている状況である。病気が邪魔をして、想い等内面の表出ができないことにより、混乱している状況であると説明されました。

中倉氏は、認知症という病気により本人は不安や絶望から誰を信じ、誰に頼れば良いのかとわからない状況だったんだと思う。福田氏が自暴自棄になっていた半年間は、この人は信頼できる人なのかと試されていた期間だったと思うと述べられました。

福田氏は、認知症になって以降に出会った人からかけられた言葉や対応が心に突き刺さり、その人に会うと今でもフラッシュバックのように一歩下がってしまう。その時に受けた言動や態度がインプットされてしまい、何年経っても消えることはない当事者としての気持ちを話されました。

正確な情報や知識、認知症を正しく理解することで、かわりを通して、信用や信頼、寄り添うことが重要である。認知症であっても一人のみならず変わらない人であり、特別な目で見たり扱いをするのではなく、思い遣りをもって接することが大切だと締めくくられました。「介護される側から、ともに助け合い、支える側になるよう」に勇気を出して、自分では取り組んでおられる福田氏のお話は会場のみなさんの心に響きました。



### 4. おわりに

第1回仕事と介護の両立ワークショップには、多くのみなさまにご参加いただきました。アンケートでは「当事者とその家族の本音が聞けてよかった」「若年性認知症の方ご本人の話を初めて聞き、とても良かったです。ご本人さんの正直な思いを知り、自分が支援するときに思い出しながら、利用者の方と接していきたいです。貴重なお話をありがとうございました」「とてもよかった。認知症の方に笑顔で接すると不安が消えたということは、今後、患者さんに接するヒントを得ました」「気づかなかったことをたくさん教えていただきました」など、気づきや学び、感想を多くいただきました。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、今後も仕事と介護の両立ワークショップの開催を予定しています。今後ますます介護の課題を抱える人が増加することが現実視されているなか、家族の

課題を抱える方や今後課題に直面する可能性のある全ての方々が介護の理解を深められるきっかけとなりますように、仕事と介護の両立支援に取り組んでまいります。