市民フォーラム 第4回 認知症サミット鳥取

市民フォーラム「第４回認知症サミット鳥取」が８月４日、ＪＲ米子駅前の米子市文化ホールで開かれた。認知症になっても、だれもが安心して暮らせる町づくりを目指し、基調講演やパネルディスカッション、寸劇を通して認識を深めた。要旨を紹介する。

＜ごあいさつ＞
医療法人真誠会理事長　小田　貢

「認知症サミット鳥取」は県内の会場を巡回し、米子では２回目の開催となりました。ご承知の通り、認知症の方は増え続けています。多くの方が自分も認知症になるのではないかと心配され、年々関心も高くなっています。認知症を正しく理解し、予防していく。地域で認知症の方を支える。認知症になっても暮らしていける明るい町づくりに一緒になって取り組んでいきましょう。

〈共催〉認知症サミット鳥取実行委員会、エーザイ
〈協力〉鳥取大学医学部保健学科生体制御学講座環境保健学分野、鳥取短期大学、医療法人真誠会、ＮＰＯ法人がいなネット、「新老人の会」鳥取支部
〈後援〉新日本海新聞社など

早期発見、早期治療、早期ケアで充実人生

＜基調講演＞「認知症医療の課題と今後の展望」

浦上克哉氏
鳥取大学医学部保健学科生体制御学講座教授

認知症医療には三つの課題があります。

まず早期診断です。今年、厚生労働省の調べで認知症患者は全国に462万人。2年前は200万人でした。急に増えたのではなく、明らかに早期診断ができていなかった。さらに予備群（軽度認知障害）は400万人。検査を恐れず、物忘れを早い段階でチェックすることが大切です。

二つ目は、適切な薬物治療です。代表的なアルツハイマー型認知症には薬の組み合わせで記憶力など大きく4種類の薬があります。改善の変化がなくても、進行を食い止めている可能性があり、薬を勝手に止めないよう注意が必要です。増量や薬が戻った例もあります。

予防し、治すことができます

最後に予防対策です。認知症は治すことができる、予防できることが分かってきました。神経細胞が死んでからでは遅く、そのためには早期発見です。

平成16年から琴浦町を皮切りに展開し、効果を上げている「物忘れ相談プログラム」を鳥取発の取り組みとしてさらに推し進めていきたい。

パネルディスカッション「いつまでも地域で暮らせるために」

地域のサポート体制が必要

藤田和子氏
若年性認知症問題に取り組む会「クローバー」代表

若年性アルツハイマー病と診断され、大きなショックを受けました。早期診断と治療により、6年たった現在も自立した日常生活を送っています。

認知症に対して一般に疾患としての認識が低いと感じています。この病気は緩やかに進行していきます。実際には家族が気付く随分前から発症しています。その理解ができていないため、病気に辛い思いをする本人や家族を増やし続けています。

社会の中に出ていく認知症の人をどう支えていくのか。その仕組みも必要です。買い物をする。仕事を続ける。そうした状況を地域で理解し、サポートする体制が必要です。とくに初期に考え直す時期だと思います。

新しいケアを地域と一緒に

吉野　立氏
認知症の人と家族の会鳥取県支部代表世話人

アルツハイマー病の母を10年間在宅で介護し、看取りました。言葉で分かり合うことができず、びっくりするような行動にいい感情を持てないこともありました。しかし、認知症の人の行動には全て何か原因があるということを学びました。

認知症のそれらしい兆候にもっと早い段階で注意を払っていたら、違う生活が送れたかもしれない。そう思うこともありました。早い時点で認知症に気付くこと。本人と話ができる早い段階での受診をお勧めします。

認知症の人はこれからさらに増えてきます。正しく理解し、新しいケアを地域で一緒になって考えていきましょう。そのことが医療のレベルを押し上げることにもなります。

私たちの会では毎月、介護家族の集いを開いています。困ったときには「鳥取県認知症コールセンター」に相談してください。

病気だという認識を持って

森脇美香氏
米子市弓浜地域包括支援センター管理者

私たちのセンターが受け持つ地域の人口は約2万3千人で、高齢化率は26・7%です。社会福祉協議会の「いきいきサロン」などの支援を通して介護予防などに取り組んでいます。認知症への関心は高いものの、「分かるのが恐い」など現実を受け止めたくない傾向が見られます。

独自の取り組みとして毎年1回、「弓浜助け合いネットワークの会」を開催しています。認知症になっても安心して暮らしていける町づくりを目的に、講演や活動発表を行い、毎回約300人が参加しています。

これまでの会を通して、認知症を身近な問題としてとらえるようになった反面「認知症が病気である」との認識がまだまだ薄いことが分かりました。

継続的に分かりやすい啓発を行い、民生委員との連携も強化し、重度化予防に努めたいと考えています。

本人意思尊重し権利擁護を

末吉徳二郎氏
権利擁護ネットワークほうき事務局長

このネットワークは昨年4月、米子市の「ふれあいの里」に、鳥取県と県西部2市7町村の連携で開設されました。成年後見制度に基づき、判断能力が衰えた認知症の高齢者や障がい者の財産などの権利を守る活動をしています。

本人意思の尊重、個人の尊厳、権利擁護―の意識が薄いと実感しています。認知症であれ、生きているその人の生活は全てにおいて権利が保証されています。親子でも他人。「違法ですよ」と話すことが増えています。

認知症を含め、社会の中で権利を守ってあげなければならない人は全国に約600万人います。県西部では約1万6千人いますが、成年後見人は千人に満たないの現状です。市民後見人の育成も急がれます。

原点は人の命。そうした意識を持って地域づくりを進めていくことが大切です。

物忘れがひどいと思ったら

小田　貢氏
医療法人真誠会理事長

予備群と言われる軽度認知障害の人の約70%が7、8年以内に認知症に移行すると言われています。物忘れが最近ひどいなと思ったら、かかりつけ医にぜひ相談してください。早期発見、早期治療の大切なポイントです。

本日の会場アンケートによりますと、認知症に対する考え方は随分進歩してきたと思います。発症率が高いことを多くの人が知っています。自分、家族に対して心の準備ができている人も多い。こうした知識は、みんなに伝え、考えていくことが大切です。

認知症はだれもがなりうる病気です。糖尿病や高血圧などの生活習慣病が誘発し、増悪させます。運動する、食事に気を付ける、禁煙する―など健康的な日常生活を送ることが認知症の予防につながります。そして、周囲と和やかな人間関係を作ることが、地域での助け合いを広げます。

寸劇「やっぱり家はいいね～」／ディスカッション

認知症を発症した家族の姿をユーモラスに演じた寸劇

寸劇で演じられた課題に答えるコメンテーター

認知症をより良く理解してもらおうと、真誠会と米子市長寿社会課の職員による「劇団ご近助座」が「やっぱり家はいいね～」と題した寸劇を披露した。認知症を発症した家族の戸惑いや施設での支援、在宅での看取りなどがユーモラスに演じられ、浮き彫りとなった課題に5人のコメンテーターが答えた。

社会の中で穏やかに暮らす

社会医療法人明和会医療福祉センター渡辺病院院長　渡辺　憲氏

高齢化が進み、認知症の人はますます増えています。これからの地域社会では、すべての人が若いころから健康管理に取り組み、認知症になるリスクを少しでも抑えることが求められます。心も体も元気で社会生活を続けることです。

生活習慣病の予防はもちろん、うつ病を予防し、社会の中で温かいコミュニケーションを保ちながら暮らしていく。そのことが、認知症予防に極めて重要であることも分かってきました。

地域におけるケア、ターミナルケアでは、かかりつけ医のかかわりも大切です。関係機関が共に力を合わせ、生き生きと暮らしていける成熟した地域社会づくりを考えていきたいと思います。

周囲と助け合うことが重要

山田修平氏
鳥取短期大学学長

だれもが介護し、介護される時代となりました。介護は、命と人生の重ね合わせだと思います。親は子どもを育むことで、自分自身の人生を豊かにします。

親の愛情の中で育っていきます。介護も同じです。介護し、されることによりお互いの命と人生を豊かにします。とはいえ、介護は先が見えません。

もし、家族に、認知症なり、介護を必要とする人がいたらどうするか。「自分が」介護する気持ちは大切ですが、自分だけで背負わないことです。家族全員の協力が必要です。また公的なサービスをよく知り、上手に活用したいと思います。認知症や介護の技術も身に付けることです。さらに地域の温かいまなざし、助け合いも不可欠です。

感度を上げて早期に発見を

荒木美都江氏
米子市福祉保健部長寿社会課主幹

平成25年4月現在、米子市の介護認定者は約7600人で、65歳以上の5人に1人が認定を受けています。このうち66%の人に何らかの認知症の症状が見られ、高齢化率の上昇とともにその数は増加しています。

家族が手に負えなくなり、やっと介護申請する。さらに独居、また夫婦の認知症など複雑なケースの中で、生活が破綻してから支援することが多いのが、介護の現状です。

こうした問題に対処していくには、私たち支援者の感度を上げて早く気付く。同時に地域の気付きや見守り支援で早期発見につなげていくことが重要です。地域包括支援センターにどうぞ気軽にご相談ください。

市民フォーラム「第４回認知症サミット鳥取」の開催をお慶び致します。（順不同）

鳥取県認知症疾患医療センター TEL(0857)39-1151
社会医療法人　明和会医療福祉センター
渡辺病院　理事長/院長　渡辺　憲　鳥取市東町3丁目307番地　TEL(0857)24-1151
ウェルフェア北園渡辺病院　院長　日笠親績　鳥取市覚寺181番地　TEL(0857)27-1151

学校法人 藤田学院
鳥取短期大学
理事長・学長　山田修平

「新老人の会」鳥取支部
世話人代表　入江伸二

NPO法人
がいなネット
理事長　小田　貢

鳥取大学発ベンチャー 研究開発商品
もの忘れが気になり始めた方に使っていただきたいアロマオイル。
リ・ブレイン
●ご注文は　お電話/フリーダイヤル
0120-960-299
http://brainaroma.com
■発売元／株式会社 ハイパーブレイン

㈱松本油店
KOA
イシバシホールディングス㈱
岩村商店
山陰石油㈱
㈲ホームアルミトーヨー住器
㈲米子報知機
ラブリーガーデン
㈲安部商店
尾家産業㈱米子営業所
鳥取鶏卵販売㈱
㈲宮本食肉店
ユーシーシーフーズ㈱米子支店
米子中酪牛乳販売㈲
㈲岩崎米穀
求人情報紙グローリー
サンケミカル㈱
㈲サンユービルド
㈱さんれいフーズ
アスカ保険サービス
医業経営コンサルタント（経営）有和寛之
はらガス産業㈱
㈲西日本コンサルタント
日産プリンス鳥取販売㈱米子支店
米子全日空ホテル
㈲井上食品
労務経営オフィス ヒューマン
山陰エレベータ㈱
エディオン米子店
福井ドライクリーニング
米子ガス㈱
水野商事㈱
㈲キット
よみドライ
㈲井上商店
岡田電工㈱
㈲いけまつ環境
㈲OSK
三和商事㈱米子支店
㈱中電工米子営業所
㈱米子マツダ
大和設備㈱米子支店
㈲米子プラスチックス
㈱皆生グランドホテル
日化メンテナンス㈱中国営業所
松江リース㈱
和幸電通㈱米子支店
豊田工芸
㈲松本組
㈲ホームケア渡部建築
㈲福井事務機
協和通信工業㈱
東京印刷㈱
永瀬石油㈱
長田廣告㈱
㈱はらぶん
リコージャパン㈱
㈲花の館よみ
大幸㈱
㈲ほそい牛肉店
㈲エフエスエーシステムズ
㈱備中屋本店
山根商事㈱
ワタキューセイモア㈱中国支店米子営業所

医療法人・社会福祉法人　真誠会　ホスピタウンネットワーク
米子ホスピタウン　米子市河崎581-3
弓浜ホスピタウン　米子市大崎1511-1
米子中央ホスピタウン　米子市西福原8-16-66
在宅福祉センター 真誠会　米子市富益町235-8
真誠会 ふる里　米子市和田町1722
真誠会 ローズガーデン　米子市冨士見町6-6