



第 1 3 号
平成 26 年 10 月 31 日
岩手県長寿社会課

中学生のピュアなところにとどけ！
「孫世代のための認知症講座」パート②
宮古市立宮古西中学校の巻

今回は、認知症サポーター養成講座パート2として、中学生を対象とした「孫世代のための認知症講座」の報告です。中学生対象の講座は、岩手医科大学の協力により平成 19 年から開催しており、パート1で報告した小学生の講座と趣旨は同じですが、認知症の病態についてより詳しく学ぶことで、さらに認知症という病気の理解を深めてもらい、こころの目を養ってもらうことを目的としています。

Ⅱ 宮古西中学校「認知症を理解しよう」孫世代のための認知症講座

宮古西中学校へ・国道 106 号線二つの道の駅を越えて



宮古西中学校は、宮古市にある 11 の中学校のうちの 1 つで全校生徒 275 名が学んでいます。
コーラスと郷土芸能の歌舞劇に定評がある学校です。
7 月 17 日（木）、やはり曇天の国道 106 号線をまっしぐら、宮古駅の約 3km 手前を左折し、西が丘に向かいました。



宮古西中学校と「孫世代のための認知症講座」

宮古西中学校は、平成 24 年度から「孫世代のための認知症講座」を継続して開催し、昨年度までに 360 名の生徒が受講しています。（全校生徒のうち、3 世代以上が同居している家族は 25.8%、4 人のうち 1 人は、祖父母と同居している生徒さんたちです。）

講座の会場は体育館

開始時間5分前に一年生の84名がぞくぞくと集まってきました。



体育館の2階ギャラリーの手すりには、「宮古の西を原点と」「切磋琢磨」の横断幕が風に揺れていました。

いよいよ講座開始

この講座の担当をされている亀岡教諭から、岩手医科大学 岩手県認知症疾患医療センター（神経内科・老年科）の医師である高橋純子講師の紹介がありました。



講座理解への3つの目標

講座は「認知症を理解しよう」のテキストに沿いながら、岩手の認知症患者アンケートの分析結果も含めて進められました。

講座の目標は以下の3つです

- 認知症って何？
- なぜ認知症のことを学習する？
- 認知症の人にどう接する？



製作：岩手医科大学神経内科
認知症研究グループ
監修：同大学医学部内科学講座
神経内科・老年科分野
寺山靖夫教授

「認知症って何？」の項では、61歳と78歳の男性の事例を挙げ、認知症はその重症度によって症状が違ふこと、また、経過によっても症状がかなり違ふことなどが、説明されました。

「なぜ認知症のことを学習する？」

社会の変化と認知症の関係では、次の説明がありました。

- *核家族化が進み、多くの家族が若い夫婦の世帯と高齢者だけの世帯に別れてしまっていること
- *現代社会は、インターネットの普及などに代表される急激な生活様式の変化により、若い人にとっては何でもないことでも、高齢者にとっては暮らしにくい世の中になっていること

「認知症の人にとどう接する？」

認知症の治療、そして私たちにできることでは、認知症に対する治療、予防、かかわり方がポイントで解説されました。

- *認知症の方々のための根治薬開発が進んでいるほか、ペット療法・音楽療法・回想療法など、さまざまな治療法が開発され、かつ注目されていること。
- *今からでもできる**楽しい、また、安心な環境づくり**によって、認知症の症状を軽くすることができること
- *おじいちゃん・おばあちゃんにとって、家族と一緒にいく旅行などは忘れがたい楽しい記憶として保存されること
- *絵画等の趣味をする、料理を一緒にするなどの家族とのかかわりによって前頭葉の働きが活発になり、脳全体が活性化することで認知症の進行を遅らせることができること
これらの説明により、生徒が抱く認知症という病気のイメージが変化し、具体的におじいちゃん・おばあちゃんへのアプローチの方法が見えたのではないかと感じました。
- *認知症の周辺症状を少なくする具体的なかかわり方を物語にした**「やすおじいちゃん物語」**

『わしの万年筆、使っておらんか？』からはじまる、
「やすおじいちゃん物語」は、もの忘れをしているやすおじいちゃんに対する周囲の対応を2つのパターンで紹介し、家族のかかわり方の違いで、認知症の主人公が受ける心の動きをわかりやすく描写している物語です。

その1) **あたたかい感情がこころに残る笑顔の主人公。**

その2) **まさにかかわりの悪循環による周辺症状満載の主人公。**

物語とその解説を伺い、認知症の方にとっては、それが本人の一方的な誤解であっても、周囲の人がその誤解を解こうとすることは、かえって本人の気持ちを混乱させてしまうこと、それよりも、こうした認知症の特性を正しく理解し、本人のこころを楽しく安心できるほうへ導くことに知恵を使うことが大切であり、認知症の方の**こころにより添うかかわり方**こそが、一緒に楽しい介護生活を送る方法であるということを感じました。



「まとめ」

高橋先生の講話の結びは、いとうひろし著「**だいじょうぶ だいじょうぶ**」の絵本の朗読でした。

「**だいじょうぶ だいじょうぶ**」のことは、ちいさな主人公が不安な気持ちになったとき、いつもそばで見守ってくれていたおじいちゃんのおまじないのことはです。場面が変わり、主人公が成長したあるとき、今度は主人公が病床にいるおじいちゃんの手をにぎり、「**だいじょうぶ だいじょうぶ**」とくりかえします。



朗読をされた高橋先生が、この認知症講座で中学生のみなさんに最後に伝えたかったことは、「**相手を尊重する人と人とのつながり**」、「**安心で包んでもらった思い出の引き継ぎ**」ではないかと感じました。

生徒代表から感想発表



先生のお話を聞いて、認知症のことがよく理解できました。ここで学んだことを生かし、お年寄りに優しく接しようと思いました。
私も祖父母と一緒に住んでいるので、家に帰ったら、今日学んだことを家族に伝えたいと思います。
どうもありがとうございました。



「孫世代」とは、まさに皆さんの世代です。
全国的に高齢化が進む中で、みなさんの認知症に対する正しい認識により、明るい地域社会が生まれると思います。

地域のキャラバンメイト(保健師)さん登場

次に、宮古市の地域包括支援センターの大向保健師から、認知症サポーターの必要性について説明がありました。

宮古市の高齢化率は 32.8%になり、宮古市においても、高齢者の増加に伴う認知症高齢者の増加が見込まれます。認知症高齢者の環境適応が難しいという特徴から、地域で支えていくことが求められ、認知症のことをよく理解することが必要であるとのお話がありました。



宮古市では、認知症予防対策として、認知症サポーターの養成を平成18年から行っています。現在、3,300人のオレンジリングを持つサポーターが育っています。

「みなさんも、今日から宮古市の認知症サポーター3300人の1人です！」との言葉で生徒の気持ちをグッと惹きつけていました。

最後に、「今日の講義でここに残ったことを家族や友達に話していただきたい」と、認知症サポーターとしての初仕事を伝え、締めくくられました。

インタビュー



この講座の連絡調整機関でもある、宮古市地域包括支援センターの副主幹山崎さんと主任保健師の大向さんに、宮古市の認知症対策と地域づくりについてお聞きしました。



山崎副主幹と大向主任保健師

——宮古市のキャラバンメイトとして、強く伝えたかった「思い」はなんですか？

この講座を受講した生徒さんに、認知症の人を家族だけでなく、地域で支えていくという意識を持ってもらうこと、また、認知症の学びを通して認知症の方だけでなく、地域の高齢者の方へどのように接していけばよいのかということが少しでも伝わるといいなと思っています。

講座の後半で解説のあった**「できることを大切に」「ゆっくりやさしく話を聞く」など、認知症の人への接し方をよく理解することが、ひとにやさしく安心して暮らせる地域づくりにつながっていく**と思います。

——宮古市の認知症対策事業を含めた介護予防事業について、力を入れていること（順調に進んでいること）はどのようなことですか？

介護予防事業が地域で自主的に進められるよう、地域のリーダーの養成と関係者のネットワークづくりに力を入れています。

各地域のリーダー（自主グループにつなげるためのリーダー）の育成は、地域の人材を吸い上げることから始まります。宮古市は県内市町村の中で面積が一番広い市です。この地域特性の中で事業を進めていくためには、揺るがないシステムの構築が必要です。そのために力を発揮してくれると期待されるのが、地域の特色をよく理解している保健師や市役所OB、今までの保健活動でお世話になった方々です。この太いパイプを活用して継続的な自主活動につなげていきたいと考えています。

インタビュー

宮古市内で2番目に生徒数が多い、宮古西中学校の山名校長と、この講座を担当されている亀岡教諭に「孫世代のための認知症講座の取組と、地域と学校との交流についてお聞きしました。



山名校長



亀岡教諭

——宮古西中学校では、この講座を継続的に学校行事として取組んでくださっていますが、ねらいをお聞かせください。

学校の近くに仮設住宅や特別養護老人ホームがあり、高齢者の方と接する機会が多くあります。本校では、認知症を知識として取り入れる効果的な時期を中学校生活の早い時期（1学年）と考えています。**認知症を理解することは、広く高齢者を理解すること**につながります。

——本日の講座での生徒の感想や反応について、どう感じられましたか？

生徒に理解しやすい内容でした。祖父母と同居している生徒は4人に1人ですが、身近に高齢者と接する機会があるため、しっかり聞こうという意識が働いたと思われる。

——地域（高齢者）と学校との交流についてお聞かせください。

地域の方々や各団体に招待状を送り、文化祭の歌舞劇や音楽祭に来ていただいています。仮設住宅や特別養護老人ホームの方など、この中学校に知っている子どもがいない方も含めて、たくさんの方に見に来ていただいています。

また、交流活動として、花壇の整備や雪おろしスノーバスターズとして生徒が地域に出向き、花壇ボランティアさんなど、仮設住宅の高齢者の方との交流を深めています。



仮設住宅」の高齢者（花壇ボランティア）との交流活動の様子

インタビュー



「認知症の将来には、これからの地域を担っていく子ども達への教育が大切！」との理念のもと、認知症対策の推進に取り組まれている、本日の講師、高橋先生に「孫世代の認知症講座」への「思い」をお聞きしました。



——中学生を対象とした講座を行う際の生徒の理解度について教えてください。

中学生は、大人が思っているより理解力があると感じています。自我が揺れ動く年齢でもあります。大切だと思うことは自分の判断で吸収します。臨床（病態）も含めた認知症の解説をも十分理解できると考えています。

生徒たちは、講座の感想を純粋に返してくれます。前向きに捉えてもらえ、「自分が実際にこう動く」というシンプルピュアな感想が聞かれます。

この年代から、家庭内での自分の役割がわかってきます。「孫」という自分の立場を考えて、どう動けばよいか…。

家の中でも、孫のことには素直に応じるというおじいちゃんやおばあちゃんが多いですね。

——認知症の説明の際に留意されていることはありますか？

認知症の方の介護の現場では、実際には今回の内容よりも厳しい状況のケースもありますが、それとは別に中学生の認知症サポーター講座では、まず認知症を全体的に理解してもらうことを優先しています。

——「孫世代のための認知症講座」に対する今後の展望は？

しかたのないことですが、高校や大学へ進学すると、子どもたちと地域との関係はどうしても薄れてしまいます。地域との関係が濃い今（中学時代）、地域の中に居ながら、認知症を理解してもらうことで、将来、その知識を地域に返してもらえたらいいなという期待を持っています。

岩手県認知症疾患医療センターについて

認知症医療の提供体制を強化するため、平成21年4月1日に岩手県が岩手医科大学附属病院に事業委託し、運営されています。（平成22年4月1日から「基幹型」に機能強化）

センターでは、保健医療・介護機関等と連携を図りながら、認知症疾患に関する鑑別診断、周辺症状と身体合併症に対する急性期治療、専門医療相談等を実施するとともに、地域の認知症疾患の保健医療水準の向上を図るため、地域保健医療・介護関係者への研修等を行っています。

センターにおける昨年度の認知症疾患に係る外来件数は1332件、鑑別診断179件、専門医療相談件数は電話が464件、面接299件でした。

取材を終えて・・・

「今の小中学生は、小さいうちから認知症の勉強までしなければならないなんて、大変だ。」…この講座を初めて知ったときの感想を千葉の郡部に住む友人に漏らすと、思ってもいなかった返事が返ってきました。

友人曰く、「自分もそうだけれど、千葉も田舎に行けば、3世代4世代の大家族は今でも少なくない。認知症も昔からあったはずだ。自分が子供の頃にそういうことを教えてもらえたなら、どんなに良かったらう。もうすこし、ののさん（千葉の方言で曾祖父母のこと）と上手に付き合えたかもしれない。」

高橋先生が講座の中で紹介された「やすおじいちゃん物語」「だいじょうぶ、だいじょうぶ」は、どちらもとても素敵な物語だと思いました。

この講座を通して、たくさんのいわての子どもたちに読んでほしいと、今は素直な気持ちで思います。どんとはれ。
(なんでも取材班 「に」)

宮古西中学校の合唱や郷土芸能の活動はニュースなどで知っていましたが、訪れるのは初めてでした。

会場の体育館に入ったとき、指導にあたる先生方に熱い情熱を感じました。

そして、生徒たちは、そのことを十分に感じとり吸収しています。

講座は、実際に岩手県認知症疾患医療センターで相談、診察を担当されている高橋先生。

先生の使命としておられるのは、これからの地域を支える年代に対し、個人から地域への視野拡大と方向づけであること、「孫世代」に注がれるエネルギーの源を知りました。

宮古市の職員のみなさんには、震災の大変な時期をくぐり抜けられた疲れもみせず、これらの課題に全力投球されている姿を拝見しました。

キャラバンメイトとして担当された保健師さん方、さりげない雰囲気をかもしだしつつ、内面は力強い保健師魂を感じました。
(なんでも取材班 「つ」)

中学生向けの「孫世代のための認知症講座」は、同センターの高橋医師と赤坂臨床心理士に講師をお願いしています。

がんばる地域の情報、大募集！

「ちいきで包む」編集部では、住み慣れた地域で暮らし続けたいお年寄りを、地域ぐるみで支える取組について、情報を募集しています。下記までお寄せください。

「ちいきで包む」は、岩手県内市町村の地域包括ケアシステム構築をアシストするため、各地の特色ある取組や、関係する情報を発信する情報紙です。

企画・発行（問合せ先）

岩手県保健福祉部長寿社会課（本号担当：西川・妻田）平成26年10月31日発行

TEL:019-629-5436 FAX:019-629-5439 E-mail:AD0005@pref.iwate.jp