

コラム

みやちゃん と ご一緒体験記

Vol.4

【認知症サポーターキャラバンメイト】

唐突ですが、私は「認知症サポーター」です。

何、それって？

その名の通り、認知症の人や家族を見守り、認知症になっても安心してフツーに過ごせるような役目をおっています。昨年3月、浅草見番で開催された「認知症サポーター養成講座」を受講し、その日にサポーターとなりオレンジリングを頂戴しました。

私自身、昔、アルツハイマー型認知症になった家族のしんどい介護経験があったので、認知症という言葉は聞き慣れていたし、人ごとと思えなかったためそういう講座があると聞き迷わず受講したのです。私にその情報を教えてくれたのは、「浅草のスーパー薬剤師」の“みやちゃん”こと宮原富士子さんでした……。

「行動する薬剤師」みやちゃんは様々な活動をされていますが、中でも少子高齢化社会の抱える深刻な問題に対し、浅草における在宅医療の仕組みを作り地域の住民の健康や生活を支援したり、台東区認知症サポーターキャラバンメイト（サポーター養成講座実施）を引き受けたり、多くの取り組みを実践しています。

時々、みやちゃんは、「〇〇さんが元気ないのよねー」「ご飯食べていないのよね〜」と心配そうに言います。友人のこと？ 一緒に働いている薬剤師仲間のこと？ と思っていると、自身が担当する在宅医療の患者さんのことだったりします。聞くと、90歳を超える一人暮らしの高齢者がとても多いそうです。在宅医療に対してみやちゃんは、自身のFB（2019-9-5付）で次のように意見を発信しています。「地域全体を家庭とみるという視点が大事で、そうなる、その地域という家庭を担う在宅医療、居宅療養、家庭介護をみてもみると、朝早くから地域を自転車でもわり支えている人のほぼ8割が、訪問介護＝ヘルパー、ヤクルトのおばさん、ケアマネジャー、訪問看護師、一部薬剤師を含めてほぼ女性である。少しずつ男性が増えてきたとはいえ、一番多いであろう会社員退職組の男性がそこにでてくることはとても大事。そのための地域家庭の担い手としての男性に家事全般を体験してもらおうという

発想の転換は、主婦で生きてきた方たちにもその訪問介護のことを知ってもらえて一石二鳥になりえないか」。

認知症サポーターになるためには、特に難しい試験はなし、受講すればOK。受講するだけで認知症のイロハを学べ、正しく理解できる。サポーターになったからといって、ミッションがあるわけではありません。もちろん報酬もなし。自主的に認知症の人をサポートするだけ。

つまり、縛りが無い。誰でもなれて、長寿社会の深刻な老人問題（認知症）に貢献できる！

人生50年なんていうのはひと昔。現在では人生90年の時代。そして、65歳以上の6人に1人、85歳以上の4人に1人が認知症になるといわれています。健康な状態で長生きできるのは嬉しいですが、寝たきりになったり、ぼけて自分のことや家族や大事な人のことを忘れてしまったり、これまでのように生活できなくなったらどうでしょうか？ そうでなくても、一人暮らしの高齢者が猛暑にたえられず熱中症で生命を落としたり、ひとしれず孤独死したりする事例は後を絶ちません。

言うまでもなく、認知症の人が一人で暮らすことはハイリスクです。

みやちゃんが薬局長として勤務するケイ薬局は、地域の高齢者にオムツやお弁当を届けるサービスを展開しています。訪問前に必ず電話して行くそうですが、高齢者は認知症であろうとなかろうと物忘れがでてきますので約束を覚えていないことが多いのです。幾度電話をしてもつながらず、念のため訪問してみると扇風機をつけるために電話線をひきぬいていたため不通状態だったというケースもよくあるとか。

お元気なら問題ありませんが、高齢者の一人暮らしとなると、やはり心配です。

認知症になった人は、情けない存在でしょうか？

一人で暮らすことができず、家族と同居できないならば、認知症の人が集う施設に行くしかないのでしょうか？

脳の細胞が壊れても、心は生きています。歩んできた人生や親しい人たちのことを思い出せなくなっても、関わった人たちの記憶にある限り、生きた証はしっかりと存在します。誰もが平等に尊厳があり、生きる権利があります。

スーパー、銀行、駅、地域の様々な場所でちょっと困った人のやや不審な行動や言動を察知したら、そっと救いの手をさしのべる。正しい知識をもって接する、それだけで認知症の人は、通常の日常を送ることができます。明日は我が身。助けあいの精神で高齢者をフォローすることが、長寿社会の課題。さあ～、あなたも是非サポーターに！