

2024年2月7日

認知症勉強会のあゆみ

- 2004.10 アルツハイマー学会、京都で開催
クリスティーン・ブライデンさん（認知症当事者）講演
- 2004.12 厚生労働省「痴呆症」→「認知症」に変更
- 2005年 厚生労働省が2005年を「認知症を知る1年」とし、以降、急速に認知症対策を進める

◆認知症勉強会の主な内容と当勉強会が担当した例会（○印は一般公開の例会）

2006.10		小林敏子代表のミニミニ講座・3回シリーズ「認知症について」(会員対象)
2007.	○	3回シリーズ「認知症をもっと知ろう」 松本一生さん(精神科医)、高林實結樹さん(京都の会・認知症予防ネット)
2008.5		認知症勉強会を立ち上げ総会で承認される。呼び掛け人（玄場・田代・田原・古田）
2008.7		勉強会呼び掛け人4人のうち・古田・田代・田原の3人が「スリーA(あかるく・あたまを使って・あきらめない) 認知症予防教室」の研修(2泊3日)に参加。 その報告を兼ね、第1回目の勉強会開催
2008.11	○	「認知症がやってきた」その時、あなたはどのように？ クレオ大阪出前講座
2010.3	○	「認知症サポーター養成講座(2回目)&フォローアップ講座」足立徳美さん（認知症ケア専門士・小規模多機能施設職員）、小池玲子さん・古田・田代（キャラバンメイト）
2010.10		小池玲子さん「認知症の人の介護をした体験報告」
2010.12		角本典子さん 認知症の人の人権「成年後見制度を利用すること」
2011.8		小林和子さん「あなたが認知症予防で実践していること」
2011.10	○	小林敏子さん「認知症への対応」 ～医療と介護のそれぞれの役割と連携について～
2012年度		担当を決めてそれぞれ発題・発表 黒川美和さん 秋山佳子さん
2013.8	○	長尾和宏先生（日本尊厳死協会副理事長・在宅医療に従事する“町のドクター”） 外部講演会「認知症と平穏死」に参加（豊中市）（サポート倶楽部との合同で）
2013.10		坂口義弘さん（認知症の人と家族の会・大阪支部代表） 「認知症になっても自宅で暮らせるだろうか…？」（サポート倶楽部との合同で）
2014.2		大阪府訪問看護ステーション見学&セミナー（サポート倶楽部との合同で）
2014.11	○	沖田裕子さん（NPO法人認知症の人とみんなのサポートセンター代表） 「認知症になっても自分らしく暮らし続けるために」（ドーンフェスタ参加事業）
2014.4		「JR認知症事故裁判に関して」植本眞砂子さん
2015.8		新オレンジプランについて MCIについて他
◆2016年度		
2016.12	○	春日キスヨさん（wabas 広島・代表）「認知症と共に生きる」認知症行動マップ
2016.8		藤原由紀さん（作業療法士・天王寺区・浪速区オレンジチーム） 「認知症初期集中支援事業」について

2016.12		小林敏子代表の著書『認知症の人の心理と対応』に学ぶ
◆2017年度		
2017.4		「住宅型老人ホーム・レンゲハイツ井高野」見学会（サポート倶楽部との合同で）
2017.6		<ul style="list-style-type: none"> ・「アピタル」＝（朝日新聞のデジタル版、医療・健康・介護系の専門サイト）に連載中の、松本一生先生のコラム「認知症と生きるには」を読み、そのあと話し合い。 ・今年度の活動についての意見交換
2017.10		<ul style="list-style-type: none"> ・NHKスペシャル「私たちのこれから・認知症社会～誰もが安心して暮らすために～」 ・ホットタイム：脳トレゲーム「宝文字探し」（側頭葉を刺激して言葉の理解を強めるゲーム）
2017.12		<ul style="list-style-type: none"> ・DVD鑑賞「毎日がアルツハイマー2」～パーソン・セントード・ケアについて学ぶ～ ・回し音読：対談 阿川佐和子/朝井まかて「介護の秘訣はユーモアよ」文芸春秋6月号 ・認知症勉強会恒例の忘年会
2018.2		<ul style="list-style-type: none"> ・NHKの「認知症キャンペーン」より、3つの動画を鑑賞。 <ol style="list-style-type: none"> ①広がる地域の集い「認知症カフェと交流会」 ②介護編「気になるサービスと費用」 ③認知症になってもイキキと暮らす（トラベルヘルパー・臨床美術士）等々それぞれ5分強、コンパクトにまとめられ、分かりやすい動画を見て話し合う。 ・回し音読：高田郁さんのエッセイ『晴れときどき涙雨』を順番に音読する。
◆2018年度		
2018.4		<ul style="list-style-type: none"> ・5/26(土)の総会午後の久坂部羊さんの講演会に備えて『老乱』を読み、話し合う。 ・回し音読：高田郁さんのエッセイ『晴れときどき涙雨』を順番に音読する。 ・ほっとタイム：脳トレゲーム
2018.6		<ul style="list-style-type: none"> ・高井隆一さん(JR事故被害者遺族)の著書『認知症鉄道事故裁判』～閉じ込めなければ罪ですか～を読んだ相桂花さんの報告を聞き、皆で話し合う。 ・事故を起こしてしまったときの、いくつかの自治体の施策について学ぶ ・回し音読：高田郁さんのエッセイ『晴れときどき涙雨』を順番に音読する。 ・ほっとタイム：久坂部 羊さんの講演を聞いた感想を話し合う。
2018.10		<ul style="list-style-type: none"> ・9/21の世界アルツハイマーデーに因み、最近の認知症事情について話し合う。各自、話し合いの材料を準備する ・まわし音読：高田郁さんのエッセイ『晴れときどき涙雨』を順番に音読する。 ・ほっとタイム：
2018.12		<ul style="list-style-type: none"> ・「これからの私たちの暮らしを考える」2月22日（金）開催のトークセッション考えよう！「人生100年時代これからのわたしの暮らし～」について話し合う ・ニッセイ財団主催の「高齢社会ワークショップ」に参加したメンバーの報告 ・まわし音読：高田郁さんのエッセイ『ふるさと銀河線』の「晩夏光」を順番に音読。 ・ほっとタイム（恒例の忘年茶会）
		<ul style="list-style-type: none"> ・ホームホスピス「風の葉」見学会（シニアライフサポート倶楽部との合同で）
2019.2		<ul style="list-style-type: none"> ・「任意後見制度の現状」 <ul style="list-style-type: none"> 第1部：後見人の制度について 第2部：経験談&質疑応答 第3部：やすらぎの活動について NPO法人「任意後見ネットワーク「やすらぎ・ネット」の理事 山本雅昭さん・春子さんご夫妻と柳井政和さん（社会保険労務士）にお話して頂いた。 ・公益財団法人大阪認知症研究会主催のセミナー「認知症と共に歩む」～家族として、当事者として～に、メンバー9名が参加。

◆2019年度		
2019.4		<ul style="list-style-type: none"> 今住んでいる街で暮らし続けるために、身体や認知機能の衰えのレベルに応じて心得ておきたいことについて考えた。「自分」「家族」「地域住民」「商業施設」「行政」それぞれが出来ることについてK市が作成した資料や、信託銀行のパンフレット等を参考にして我が事に引き寄せて話し合った。 まわし音読：高田郁さんのエッセイ『晴れときどき涙雨』を順番に音読。
2019.6		<ul style="list-style-type: none"> 「廻し音読」の効果について理論的に学ぶ。 「廻し音読」実践。今回は、春日キスヨさんの著書『100まで生きる覚悟～超長寿時代の「身じまい」の作法～」を読まれた樋口恵子さんと、著者の春日さんの往復書簡を資料とした。 認知症に関するセミナーを2つ紹介
2019.8		<ul style="list-style-type: none"> 夏休み
2019.10		<ul style="list-style-type: none"> ACP（アドバンス・ケア・プランニング）について、厚生労働省の委託を受けた神戸大学の木澤義之特命教授が作成した「ACPの進め方」についてのパンフレットをテキストに、ワークショップ形式で学ぶ。 廻し音読
2019.12		<ul style="list-style-type: none"> 「シナプソロジー」という、脳のシナプスを刺激する方式の理論とゲームの一端を紹介し、皆で実践する。 ほっとタイムは忘年会。お茶とケーキで楽しいひととき 音読は、「見て理解する」「声に出す」「自分の声を聞く」という3つの行為を同時に行ないます。複数の行為を同時に行うことは、高次認知機能と呼ばれる領域をつかさどっている脳の「前頭前野」が活性化することが研究で分かっているのだそうです。難しいことはさておき、楽しいのです。廻し音読。
2020.2		<ul style="list-style-type: none"> シニアライフサポート倶楽部との拡大勉強会「書き残そう～大事なことを、遺される人に～」
◆2020年度		
2020.4		新型コロナウイルスの感染拡大による自粛要請のため休会
2020.6		<ul style="list-style-type: none"> 本年度最初の認知症勉強会開催。NHK厚生文化事業団の動画「本人が語る『私の認知症』」という4人の座談会を鑑賞し、認知症当事者の方々の声に耳を傾けた。 日本認知症本人ワーキンググループ(JDWG)作成の「認知症とともに生きる希望宣言」を読み、現在閉会審議中である「認知症基本法案」についても少し学ぶ。 廻し音読は「認知症とともに生きる希望宣言」を我が事ととらえて読んだ。
2020.10		<ul style="list-style-type: none"> 認知症基本法と各自治体の条例について学ぶ 大阪の場合、各自治体のユニークな条例とうについて 認知症施策のあゆみについて オレンジプラン → 新オレンジプラン → 認知症大綱 → 認知症基本法 松本一生先生の講演会について 廻し音読 松本先生の著書「あなたがいるだけでこの世は意味がある…」から
2020.10	○	松本一生先生講演会 「医師の視点 家族の視点で 認知症ケアを考える」
2020.12		新型コロナウイルス感染拡大のため、休会。
2021.2		<ul style="list-style-type: none"> 新型コロナウイルス感染拡大のため発令された緊急事態宣言を受け、休会

◆2021 年度		
2021.4		<ul style="list-style-type: none"> ・「認知症への備え」として、下記二つのテーマについて様々な視点から学びました。 <ol style="list-style-type: none"> ①「独居の場合の認知症ケア」上野千鶴子氏の著書「在宅ひとり死のススめ」でも紹介されている奈良市の(社福)あすなら苑の実践例を学びました。 ②お金の管理について
2021.6		<ul style="list-style-type: none"> ・新型コロナウイルス感染拡大のため、休会。
2021.10		<ul style="list-style-type: none"> ・NHKのTV番組「プロフェッショナル『仕事の流儀』」のビデオを視聴。神奈川県藤沢市にある、認知症グループホームを含む介護施設「あおいけあ」の若き施設長加藤忠相さんのケアの信念と行動が紹介されていて、視聴後、参加者で話し合う。 ・廻し音読は、津止正敏さん（立命館大学教授）著『男が介護する』の一部を読む。
2021.12		<ul style="list-style-type: none"> ・「ちょこっと知ろう、CANDyのこと」 CANDyって何？ 日常会話の中から認知症の人にみられる特徴が現われる頻度で認知の症状の現れ方を評価し、適切な治療や支援に繋げるという検査方法です。佐藤眞一大阪大学大学院教授を代表として開発中の、今話題の検査方法とのこと。提供されている資料をダウンロードし、メンバーで実際に試してみる。CANDyについては今後も引き続き学んでいく予定。 ・廻し音読は、若年性認知症当事者の丹野智文さん提供の、認知症当事者のおかれています環境について当事者はどう感じどう考えているのかという「レポート」を読む。 ・恒例の忘年茶話会
2022.3		<p>シニアライフ・サポート倶楽部との合同勉強会</p> <ul style="list-style-type: none"> ・NHKBSで放映された（2021.11.7）「認知症に挑む～研究から見えた4つの希望」で、最新の研究の状況を知ることができました。'4つの希望'とは、 <ol style="list-style-type: none"> ①認知症を予防するワクチンを、カプセルにして服用し、認知症の原因物質を攻撃する抗体を作り出すというもの。 ②血液を検査することで、認知症の一手手前の状態を見つける「超早期発見」の研究 ③血液を通して脳に直接薬を届けるナノマシーンというシステム ④音楽に併せて身体を動かしてリズム感覚を養うことで認知機能の衰えを防ぐ研究
◆2022 年度		
2022.4		<ul style="list-style-type: none"> ・カルチャアセンター等で「自分史教室」を展開する福山耕治さん（榊新聞印刷代表取締役）に「自分史」を作る効用を伺いました。入院や施設に入るときには自分のことを知ってもらうのに有効と実感。 ・廻し音読は、週刊文春ムック「認知症、全部わかる！」の「コロナ時代に認知症に克つ『家暮らし術』」より
2022.6		<ul style="list-style-type: none"> ・いま話題の町の本屋さん、谷町6丁目にある隆祥館書店8Fホールでの、「お出かけ勉強会」。「本」の専門家である書店主の二村知子さんへのインタビューから「本」にまつわるお話や、ご両親の介護について伺ったあと、音読を楽しみました。久しぶりの「お出かけ勉強会」、生き慣れたドーンセンターではなく、地図を片手の小旅行？ いい刺激になりました。
2022.10		<ul style="list-style-type: none"> ・「認知症になったら ～わたしはどこでどのように暮らしたいだろうか～」というテーマで実施しました。 <ol style="list-style-type: none"> ①「外部評価から見たグループホームの日々・家族の思い」（瀬能邦子さん） <p style="text-align: right;">5頁に続く</p>

2022.10		②「グループホームの朝・昼・晩」 (朝倉寿代さん、会員・18年以上グループホームの職員を務めた)
2022.12		<ul style="list-style-type: none"> 認知症予防に有効であるという「回想法」に取り組みました。関連プログラムとして、昨年4月には、「自分史」をつくるという試みをしています。 この「回想法」を用いた脳の活性化の手法を、今回は、『NHK 回想法ライブラリー』の中から昔懐かしい映像を用いて皆で話し合い、大いに盛り上がりました。
2023.2	○	<ul style="list-style-type: none"> 講師：坂本 貴政さん(行政書士、ケアマネジャー、朝日カルチャーセンター等、講師) 例会「認知症になっても私らしく暮らせるのは…どこ？」
◆2023年度		
2023.4		<ul style="list-style-type: none"> 2月のセミナー「認知症になっても私らしく暮らせるのは…どこ？」の復習を兼ねて「今、取り組むべき介護・認知症対策」と題したパワーポイントを視聴し、それぞれが自分自身のこととして考え、話し合いました。 音読の題材として、当勉強会元メンバーの吉年千寿子さん(富田林市の市議会議員)提供による「富田林市の条例策定にいたる経緯(議会での質疑応答)」と、出来上がった「富田林市認知症と伴にあゆむ笑顔のまち条例」を順番に読みました。
2023.6		<ul style="list-style-type: none"> 今回は「有料老人ホームとサービス付き高齢者向け住宅(サ高住)」の違いについて学びました。 廻し音読は、小島美里さんと上野千鶴子さんの対談『認知症でも在宅ひとり死は可能か?』(朝日新聞関連サイト「なかまある」掲載)を読みました。小島さんは全国大会 in 大阪、初日のシンポジスト・2日目の第1分科会の問題提起者として、双方に登壇して下さいます。
2023.10 12		<ul style="list-style-type: none"> 全国大会の準備と後始末のため、お休み
2024.2.		<ul style="list-style-type: none"> 認知症勉強会を振り返って、これからの繋ぐ 古田、田代両座長による最終回 お別れカフェ