

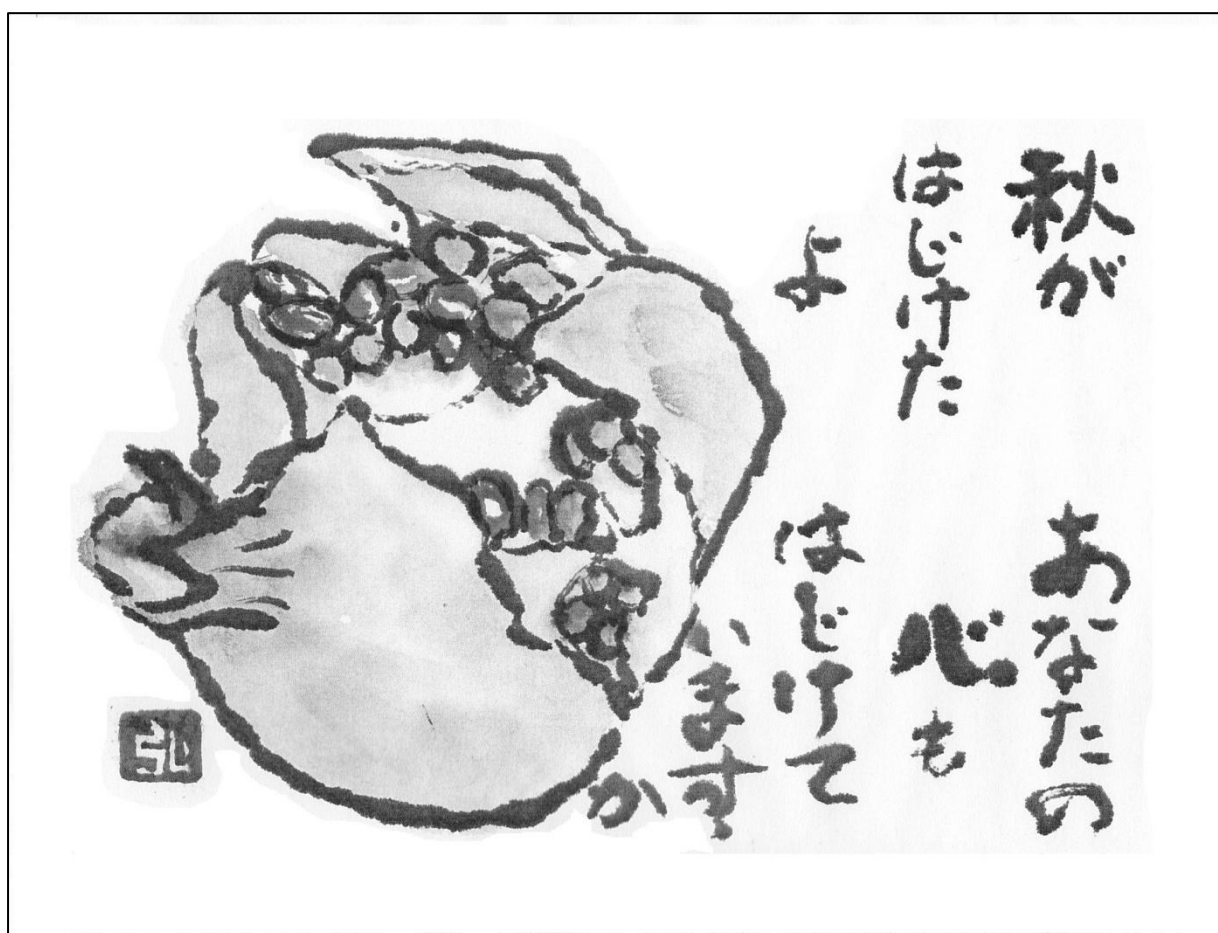
松原介護者家族の会だより

発行 松原介護者家族の会

松原市天美北6丁目446-5

NPO法人介護支援の会松原ファミリー内

TEL 072-332-3226



榎尾弘子画

＝ 介護の悩み、苦しみを互いに話し合い、
教えあい、励ましあいませんか？ ＝

VR認知症プロジェクト

～認知症の一人称体験～



講師：（株）シルバーウッド 黒田 麻衣子氏

令和2年9月28日（月）まつばらテラス（輝）にて、認知症サポートプロジェクトVR認知症体験会が実施されました。

VR認知症とは、認知症ではない人が、バーチャルリアリティ（VR）の技術を活用し、認知症の中核症状を体験するものです。認知症を文字で学ぶのではなく、その症状を我が事として体験することを通じて、社会に広まっている認知症に対する誤った理解や偏見を溶かしていくことを目的としたプロジェクトです。認知症状は物忘れだけではなく、人それぞれに様々な症状があることを、VR体験を通じて理解していくプロジェクトです。

目的：①VR認知症体験を通じて参加者自身が当事者意識を持ち「自分自身がどうあるべきか」を考え、行動していくきっかけを作る。

②認知症への偏見をなくし、認知症になっても住み慣れた地域で幸せに暮らすことができる社会を作る一員となる。

目標：①VR認知症体験を通して認知症を、認知症のある人の視点で考えることができる。

②認知症について新たな視点で考えることで現状の社会課題を具体的に認識することが出来る。

*** VR体験 ***

《パソコン検索でも可能！》

VR認知症 → 『体験会』
→ 『レビー小体型認知症』

【1 話目：「視空間失認」VR体験】

VRでは：「足を前に出して」のスタッフの声→見るとビルの屋上の端に立っている私。
足を前に出すと落ちるので出せない。

※VR体験後の視点

- ・VRを体験した時、思わず足がすくんでしまった。
- ・また、スタッフの「足を前に出して」の言動が理解できない。
- ・車から降りる動作で、足を怖くて出せない場合があります。
手を添え「一緒に足を下ろしましょう」の声掛けで不安を取り除く、又は状況を聴いてあげる（ただ単に聞くのではなく、聴く→傾聴する）事が大切。



※一般に「視空間失認」とは？

- ・空間における物の位置や、物と物との位置関係がわからない。
- ・鏡に映っている人物が誰なのか認識出来ない等々。

【2 話目：「見当識障害」VR 体験】

VR では：電車内で何処か分からず一人不安になり、人の流れと一緒に駅で降りてしまう。
「ここは何処ですか？」→駅員「出口は向こうです」（質問と答えが食い違う）
その後、女性が「どうかされました？」と親切に声をかけてくれた。

※VR 体験後の視点

- ・不安で仕方ない時に、声をかけてもらった時の安心感を体験できた。

※一般に「見当識障害」とは？

- ・時間や季節感の感覚が薄れる→何回も時間を聞く。季節感のない服を着たり、自分の年齢が分からなくなる。
- ・道に迷ったり、遠くに歩いて行こうとする。
夜、自宅のトイレの場所が分からなくなる等々。



【3 話目：「レビー小体型認知症幻視編」VR 体験】

VR では：人や犬が見えたり消えたりする。ハエが見える。勝手にカーテンが揺れる。
天井から何か物が降ってくる等々で不安になる。

※VR 体験後の視点

- ・「なにかあったのですか？不安な事あるの？」と声をかけられ、相談にのってくれた事で不安感が無くなる。
- ・「何が見えるの？」と敬意と知的な好奇心で聞く。
- ・「否定される事、常に否定され続ける事は辛くて、とても悲しい」ので否定するほどの大した事なのかを考え「大した事ない」と温かい気持ちでかかわるようにする。

※一般に「レビー小体型認知症」とは？

- ・幻視により人や物等が見える。
- ・家族が偽物だと思ったり、自分の家ではないと思ったりする妄想が出る。
- ・眠っている間に怒鳴ったり、奇声をあげたりする。
- ・手足が震える、小刻みに歩くなどパーキンソン症状がみられることもある。

今回のVR 経験で、中核症状におけるその方の行動心理状態が理解でき、
声掛けの仕方や環境を考えるようになり、多くの気づきがありました。



『忘年会中止のお知らせ』

今年も残り僅かとなりましたが、皆さんいかがお過ごしでしょうか。
毎年ご好評の忘年会ですが、新型コロナウイルス感染の影響を考慮し忘年会は
中止と決めました。

代わりに12/2(水)『まつばらテラス(輝)3階』にて通常の「定例交流会」に
変更させて頂くことになりました。

新型コロナウイルス感染の影響から飲食は提供出来ませんが、皆様のご参加、
お待ちしております。(各自、お茶などご持参ください)



会員の実母様が短歌で「優秀賞を受賞」され 記事を掲載して頂きました

澄子さん やったあー！！

2か月前の5月のある日。
マンションのポストにA4の茶封筒が入ってました。見ると宛名は『澄子さん』。
澄子さんは私の94歳の母親。家に帰ると、澄子さんはいつも椅子でウトウト。
昼食時の梅酒が効いている様子。
ちょっと肩を叩いて、「これ来てたよ」と茶封筒を彼女に手渡しました。
直後、「うわあー」。別室の私に悲鳴が聞こえて来ました。
また心不全の発作かも……。急いで澄子さんのもとへ。
「私の短歌が優秀賞になったんやて……」と、澄子さん。
茶封筒を見ると、差出人は『文藝思潮』を発刊するアジア文化社という出版社。
その出版社の第1回短歌賞で、澄子さんは、1位をとったということがわかりました。
でも、あちこちの文学賞に応募する澄子さんは「どんな歌だったかわからない」と。
で、出版社に私がテレすることに。すると電話をとった方が、澄子さんの応募した短歌を
空で言って下さいました。



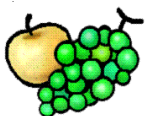
『古い母の膳ぜんに湯気立つ菜さいの鉢 魚の骨も抜きくれてあり』

これは母子の感情が如実に現れ、大変優れた作品でしたと。
澄子さんも「典ちゃんへの日頃の感謝を歌に込め、その作品が認められこれほど嬉しいことは
ない」と。
典ちゃんとは、澄子さんの一人娘、70歳、バツイチの私のことです。
私の日頃の介護が認められたということでしょうか。私は未だ実感がわかりません。
実はそれほど真剣には介護に向き合っていないんです。

また出版社は受賞感想文と近影の送付を依頼しました。澄子さんは、早速その日のうちに感
想文を書き上げ、私に写真を撮らせて同日中に投函。
翌月の6月25日の発売日後に送られて来た2冊の本を澄子さんは穴のあくほど眺めました。
同居する30歳の長男も「おばあちゃん、すごいなあ」と。
澄子さんは、私にアマゾンでの購買を又改めて求めました。
彼女は指を折って数え始めます。「何数えてるの?」と私。「本送る人の数かぞえてるの」
「ほうっ」とわたし。
「義妹、甥、従妹、それから従妹の息子、と、それから……」ええ、そんな人まで?と、思い
ましたが私は口には出しませんでした。

早速パソコンの住所録で宛名をプリントアウトし、送付用の茶封筒に貼っていく私。
にわかマネージャーは忙しい。雨降る中、私は8つの包を抱え郵便局へ。
「後日に……」とは言えません。澄子さんのテンションはそう簡単には下がりそうにはありま
せんから。手渡しする分を終え、私のお仕事はやっと終了しました。
2日後の夕刻、澄子さんが胸痛になり、「ニトロを」と。で、1錠、舌下に含ませました。
6分後には治まりましたが。そりゃあ、そうでしょう、あれだけはしゃいだら誰だって。
ともかく、「澄子さん、この度は、優秀賞受賞おめでとございました」

《2020年7月 相田 典子》





☆☆定例交流会報告☆☆



定例交流会は毎月第1水曜日に介護中の方や看取った方が集まり開催しています。親しい友人のお部屋にお邪魔しているような、ゆったりとした雰囲気の中で日頃の介護の悩み、経験などを語り、情報交換などもしています。長く続く介護の日々を自身の健康のためにも、わかり合える仲間達と語り合って明日への力とつなげて頂けたら嬉しいです。

7月 19名参加

※7月の交流会は新型コロナウイルス感染拡大防止の影響で4ヶ月振りの開催でした。

会場は一人一人の間隔を空けるため(机1台に1人)まつばらテラス(輝)3階「遊びのスペース」の広い部屋に変更になりました。

マスクの使用と玄関ホールに設置のアルコールで手の消毒をし、現在飲食の提供が禁止の為各自お茶の持参をお願いしました。

※今回初参加の方は3名で、義母様(92歳)の介護をされている方は、介護の経験が周りでは無いので分からないと話されていました。

※義母様(86歳)を母娘で介護されている方は、介護認定がおりればデイサービスを利用したいと話されていました。



8月 13名参加

※今回初参加の方は、82歳のご主人の介護をされています。

筋肉を動かす事が困難な(ALS)難病に認定されましたが手摺を持って歩く事が出来、2階に行く事も出来ますが、この先のご主人の病気と、認知症の事を心配されておられました。

※久しぶりに参加された方は、友人が認知症になり色々関わっている…と話されていました。

9月 16名参加

※今回初参加の方は、「要介護2」83歳の御主人の介護をされています。3年程前から被害妄想や物忘れなど出るようになり、貯金通帳を見て、「お金がなくなっていると」と言われたそうです。被害妄想の内容をメモにしておき、主治医の先生にお話しをされてはとのアドバイスがありました。デイサービス(半日体操)の体験参加を予定されています。

※ご両親二人を介護中の方が久しぶりに参加してくださいました。今も尚、実家に通い介護を続けられているそうで、泊まる事もある…と話されていました。

※松原市社協包括の紹介で交流会に参加したい…と『第一三共エスファ』の方2人が参加され「今回の話の内容を持ち帰り、参考にしたい」と感想を言ってくださいました。

10月 9名参加

※今回初参加の方は、82歳(要介護2)のお母様の介護をされています。13年前くも膜下出血を患い回復され現在入所されていますが、お母様の事を思い在宅介護を考えましたが仕事もされているので難しいです、と娘さんは悩まされていました。

コロナウイルス感染状況で久しぶりにお母様に会う事が出来、安心されていました。

※今回で2回目の参加の方からは、ご主人が週3回リハビリデイに楽しく参加してくれるようになった…と笑顔で報告してくださいました。



生 誕 送

令和 2年 9月 23日 竹村 芳子 さん 81歳 (竹村 盛さん 妻)



『肉体の衣を脱いで霊界に生まれ変わりました。
自然音楽葬にてお送りいたしました。』

※ご主人の意向に添って掲載させて頂きました。

の定例交流会のご案内の

- ① 当日の部屋については、新型コロナウイルス感染防止の関係上、通常と違い広い部屋で開催する為、改めて交流会案内でお知らせいたします。
一般の方は、事務局までお問い合わせください。
- ② 必ずマスクの使用と玄関ホールに設置のアルコールで、手の消毒をお願いします。
- ③ 現在飲食の提供が禁止されていますので、恐れ入りますが各自お茶の持参をお願いします。



場 所 : 「まつばらテラス (輝)」

松原市民体育館 北側

12月	2日 (水)	13時~15時
1月	6日 (水)	13時~15時
2月	3日 (水)	13時~15時
3月	3日 (水)	13時~15時

参加費 : 無 料

介護の苦勞の共有や情報の交換の場です。
どなたでもお気軽にご参加ください。



あなたも「家族の会」の仲間になりませんか！

ひとりで悩まないで！ きっと仲間が見つかります。

- * 定例交流会 「まつばらテラス (輝)」
少しでもよりよい介護が出来るよう、会員が集まって、日頃の介護の悩みや体験談を語り合う介護者交流会を毎月開催しています。
- * 介護でお悩みの方を紹介して下さい。
- * ご入会お待ちしております。
 - ・会 員・・・寝たきりや認知症など、ご家族を介護している方や介護をしてきた方。
 - ・賛助会員・・・会の趣旨をご理解・ご賛同して下さる方や団体。

多員・賛助会員
募集中です

年 会 費 2,000円 (会報や家族会の行事の案内をお送りします)

お問合せ 松原介護者家族の会 事務局 TEL 332-3226