



認知症サポーター養成講座に参加しました

『敬老の日』の翌日 9 月 20 日（火）2 校時、美作市地域包括支援センター・勝田地域ステーションの方を講師にお招きして、全校生徒と教職員で認知症サポーター中学生養成講座を受講しました。日本は世界がこれまで経験したことのない「超高齢社会」を迎えています。その超高齢社会の重要な課題の一つである「認知症」は今後 20 年で倍増すると予想されています。認知症の方や家族の方だけでなく一人でも多くの人たちが認知症について正しい知識を持ち、社会みんなで支え合いの輪を広げていこうとする「認知症サポーターキャラバン」が、県下で始まっています。



勝田中学校ではさまざまな人権課題について学習を深めています。「高齢者」についての学習や交流も道徳や総合的な学習の時間を使って進めています。今回の講座では、『認知症を知ろう』という副読本を使って、認知症について正しい理解をし、互いに助け合い、支え合う社会の一員になるための学習をしました。まずは、認知症を正しく理解したうえで、認知症の人や家族を温かく見守ることがスタートだということ学びました。生徒たちには、この講座で用いたテキスト『認知症を知ろう』『認知症サポーターハンドブック』を、自宅で家族の方と対話する材料にしてほしいと伝えています。ご家庭で話題にしていただけただけでしょうか。

もちろん、理解だけでなくさまざまな交流も大切です。身近な高齢者の皆さんと交流する機会として、2 年生は職場体験をさせていただいた生徒もいます。今後も 3 年生が介護予防教室に、1 年生が「ワンコインカフェふらっと」に参加させていただけるよう、日程調整をしています。

私たちも“認知症サポーター”



この講座を受けた後は、オレンジリングを渡されます。このオレンジリングが、

サポーターとして、みんなで見守っているという意思表示です。



オレンジリングが目印です

一人でも多くの人たちに、このオレンジリングの輪が広がって、人に優しい社会、すべての世代の人たちが住みよい社会になっていくようにしましょう。そのことが『共に生きる』ことであり、『共生社会おかやま』の実現につながります。一人一人の人権感覚をみがき、すべての人にとって住みよいユニバーサルデザインの社会を築く一員になりましょう。

生徒たちが学んだことの一例です

〈1年〉 今日は、認知症について学習しました。私は、認知症という言葉を知っていたけど、くわしくは知らなかったので、よく勉強になりました。認知症と脳の働きについて知ったことは、認知症を引き起こす病気のうち一般的なものは、脳の細胞がゆっくりと死んでいく「変性疾患」と呼ばれる病気でアルツハイマー病などが、これにあたると初めて知りました。(中略)



脳の細胞が死ぬことで起こる症状のことを「中核症状」と言って、これはもう治らないそうです。たとえば、覚えられなくなってしまうたり、すぐに忘れてしまったり、考えるスピードが遅くなったり、2 つ以上のことが重なると理解できなくなってしまうそうです。次に、心の状態や性格、環境によって出る症状の事を「行動・心理症状 (BPSD)」と言うそうです。これは、周りの人の助けがあればよくなるそうです。これによって起こる症状は、自信を失い、全てが面倒になってしまったり、将来への望みを失ってうつ状態になってしまったりする症状が出るそうです。私は認知症の話聞いて、認知症の人の事を考えて、無理な事は言わないようにして、認知症の人のペースに合わせる事が大切だと思いました。

〈2年〉 ぼくは認知症についてあまり良く分かっていなかったけど、今日のこの講話を聞いてよく知りました。テレビなどでよくやっていたので、認知症が病気なのは知っていたけど、ぼくは単なる物忘れなんだと思っていました。(中略) 認知症は最近のことが覚えられないことがよく分かりました。でも、昔のことは覚えていることもよく分かりました。認知症になった高齢者の方に家族が「あなたは誰ですか？」と聞かれたら、とってもさみしくなるとぼくは思いました。



だから、気を長くして怒らずにしてあげたいと思いました。認知症の人は、いつも不安を持っていることを知ったので、自信を持てることを一緒にしてあげたいと思いました。母が介護の仕事をしているので認知症はどんなことかを聞いていたけど、くわしくは聞いてはいなかったで、よかったです。

〈3年〉 認知症にはいろいろな種類があると知りました。アルツハイマー型認知症は脳が萎縮してになってしまうものだと知り、脳の細胞が死んでいってしまうのだったら、私もなってしま確率が高いのだと思いました。認知症になると、自分がさっきしたことや知り合いの名前など忘れてしまうけれど、昔の記憶やうれしいや悲しいなどの感情は残っていると分かり、全て忘れてしまっているということではないので、安心しました。全て忘れてしまっていたら悲しいと思いました。認知症は治るかもしれないと知り、驚きました。今まで治らないんじゃないかなと思っていただけ、治療すれば治るものもあり、すごいなと思いました。症状の悪化が急激に進むのは、失敗したことに対して怒ることだと知りました。怒らずに、大丈夫だよと声をかけると、症状は改善されることに驚きました。認知症の方の気持ちを考えて、受け入れて接していけば、症状も改善されて、家族の方も笑顔になることが多いのではないかと思います。

