



レビー小体型認知症サポートネットワーク福岡 第 14 回研修会・交流会



春の訪れが待ち遠しい 2019 年 3 月 14 日（木）に天神・BiVi 福岡 で、協力医 合馬慎二先生の司会のもと、DLBSN 福岡の第 14 回研修会・交流会を開催しました。顧問医の坪井義夫先生のレクチャーと、レビー小体型認知症の当事者の方の特別講演、グループワークを行いました。28 名の参加があり、このうち初参加が 14 名で、当事者の方を含むご夫婦が 5 組参加されました。

レクチャー「レビー小体型認知症について」

顧問医である坪井先生から、レビー小体型認知症の身体活動と運動療法に関するレクチャーがありました。レビー小体型認知症は、筋肉が硬くなり腰痛や肩の痛みを引き起こす場合があります。さらに、レビー小体型認知症の方は運動量が少ない傾向があります。というのも、薬物療法が中心であることや、初期の頃は何でもご自身でできるため、リハビリを必要としないことが多いからです。30 分程度の散歩やストレッチ、仕事や趣味を持つことで生き生き毎日を過ごし症状の進行を抑制することができるとお話されました。

特別講演「病を得た今の私」

レビー小体型認知症の当事者で DLBSN 福岡協力者の方から、「病を得た今の私」というテーマで講演がありました。「日々の不思議な体験」として語られた多くの出来事は、どれも私たちがこれまで知らなかった、あるいは気づかなかった内容でした。また、社会生活を送るために、大変な努力をされていることも知りました。「記憶ノート」と呼ばれる分厚いファイルには、毎日の出来事がびっしりと綴られていました。これを、眠る時間も惜しんで何度も読み返し、コミュニケーションを図れるように努力されていることを知りました。目の前の姿や言動だけにとらわれることなく、その方が抱えていらっしゃる本当の姿、つまり本質をしっかりと捉えることの大切さを改めて感じました。

最後に、「以前の私より強くなった。頑張った分、何かが生まれると信じている。支えてくれる人への感謝を忘れず生きていこうと思う。」とお話しされました。このメッセージは、会に参加した全員の心に強く残ったものと思います。

グループワーク

顧問医の坪井先生、協力医の合馬先生の2つのグループに分かれ、椅子を囲んでディスカッションを行いました。その一部をご紹介します。

- ・幻視を抱えている当事者と家族の体験を共有した。否定しないという対応ではどうしようもなく、大変さを抱えているとのことであった。家族の対応が大事で、本人の不安を取り除くことで楽になる場合もある。また、慣れた環境だと幻視が出やすいこともあるので、物理的環境を変えることで消えることもある。たとえば、枕を逆にしたり、自宅以外の場所に泊まったり、入院したりするなどである。

最後に、「認知症本人ミーティング」の紹介がありました。2か月に一度、ご本人が集まり日々の暮らしや出来事など語り合います。次回は、6月26日（水）14時から1時間程度開催されます。場所は福岡市役所 15階。問い合わせ先は、福岡市認知症支援課（092-711-4891）まで。

次回は、福岡大学病院認知症看護認定看護師の岩本さんから「もの忘れ外来で大切にしていること」について講演を行って頂きます。

次回の研修会・交流会は、2019年6月13日（木）18時～ BiVi 福岡です。



報告者：DLBSN 福岡 副代表坂梨左織