

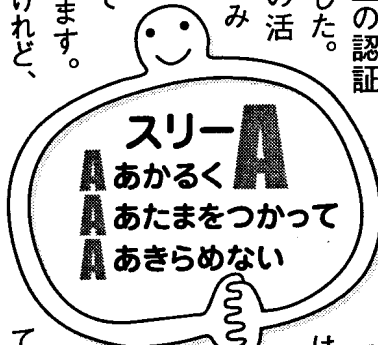
知事の認証と登記終了

NPO法人として
いよいよ活動スタート

NPO法人の設立申請を、6月17日に提出していましたが、縦覧期間も無事終了し、9月14日には京都府山田知事から設立の認証を頂くことができました。

趣旨書を左に載せているので、お目通しください。

痴呆予防ネットの活動は、ミニ講演会のみであった第一期の活動を終え、これからNPO法人として第二期の活動に入ります。確たる計画は無いけれど、スリーA方式による痴呆予防教室のすばらしい可能性と必要性を、いろいろな方法で発信し続けたいと



4ページの会員募集記事をご覧ください。皆様のご支援をよろしくお願いします。

スリーA方式の痴呆予防は医学的には軽度認知障害と分類されている範囲の方を対象としています。安全性が高くても効果がよく成果の高い痴呆予防教室が、全国津々浦々に広がることを願うの運動です。

設立趣旨書

従来は、痴呆になっても食い止める方法がなかった。特に「アルツハイマー型痴呆は医学的原因が究明されていないから予防の方法は全く無い」と言われてきた。

「あかるく、頭を使って、あきらめない」(スリーA)をモットーにした痴呆予防教室では、痴呆の予防や、痴呆からの引戻しに、すぐれた成果をあげ、痴呆は予防ができる、進行を遅らせることもできる、と実証されている。

「年のせい」とそのまま放っておけば、痴呆に進む恐れのある人々が、スタッフからの「優しさのシャワー」を浴びながら、脳活性化を促すゲーム等を楽しむ教室に通ううち笑顔を取り戻し、あかるい穏やかな日常生活を取り戻していく。

この教室の普及のため、指導者研修会が行われているが、全国に100教室はどしどし普及していない。今後ますます痴呆性高齢者の増加が見込まれる中で、100教室では充分とはいえない。

私たちは、研修を受講して優しさ溢れるこの教室の津々浦々への拡大を願い、痴呆予防教室を広げるネットワークを平成14年に結成した。

過去1年半、30回を超えるミニ講演会では、脳活性化を体感してもらい、市民の大きな共感と期待を実感した。

グループ活動では限界があり、NPO法人を立ち上げて賛同者を募り、会員の年会費等をもって運動資金とし、スリーA方式による痴呆予防の証言を社会に訴えていきたい。

スリーA方式による
 痴呆予防教室とは？

痴呆ハイリスクの方13名程に、リーダーとスタッフ6〜7名程、週1回、5ヶ月(20回)、1回2〜3時間行う。優しさのシャワーといわれる声かけ・温かいかわりをスタッフから浴びながら楽しいゲームなどをして脳を活性化させます。

今後の予定

- ▼10月4日 泉南市「アイピア泉南」において講演会
- ▼10月20日 寝屋川市(株)メデイプラン介護付有料老人ホーム職員を対象にミニ講演会
- ▼10月31日 京都市「私学会館」において介護保険セミナー in 京都シンポジウム



母の異変

何かおかしいな？ 寂しいのかな？ 久しぶりに、田舎の母に電話したら、昔うれしかった事を何度も夢中になつて繰り返して話した。自分の事しか話さない、違うことを尋ねても返事は返らず、会話が成り立たない。10年前の、母が58歳の時でした。両親は鹿児島で夫婦二人暮らし、当時私が神戸、妹は福岡で暮らしており、父も変化に気づいていない様子。誰一人、痴呆とは考えませんでした。日頃から血圧が高く通院していたので、何か有ればそこで指摘されるだろうと、のんきに構えていたのも事実。数ヵ月後、父もおかしいと感じ始め、いろんな病院で相談や検査を繰り返しましたが昔の母に戻る事は有りませんでした。

痴呆は、早期で食い止められる事を教えてくれたのが高林さんでした。もう無知が原因で不幸になる人を見たくありません。痴呆ネットが目的を達成し、解散できる日を夢見て頑張ります。

(母親の笑顔が好きな息子)



スリーA方式の痴呆予防教室の効果と必要性についての啓発活動記録

年月日	地域	会場	主催者	活動内容	参加者数	講師数	主な参加者
2002.12.17	京都府宇治市	宇治日和「フリースペース」	創立記念研修報告会	講演	54名	3名	様々GH責任者
2003.01.15	京都府宇治市	デイサービスセンター「和」	スタッフ研修会	研修	10名	4名	利用者、スタッフ
2003.01.18	京都府城陽市	NPO法人「水度坂友愛ホーム」	近隣の施設・ケアマネ・スタッフ啓発	講演	41名	4名	ケアマネ、ヘルパー、職員、一般参加者
2003.01.26	京都府京都市	京都市生涯学習総合センター	高齢社会をよくする女性の会・京都	講演	28名	3名	会員
2003.02.01	京都府京都市	下鴨神社研修室	有志	講演	16名	4名	ボーイスカウト指導者 家族
2003.02.08	京都府相楽郡	木津町東部コミュニティーセンター	有志	講演	30名	4名	一般、家族、現場職員、 介護保険訪問調査員
2003.02.13	京都府八幡市	男山生涯学習センター	有志	講演	20名	4名	一般、介護者
2003.03.09	大阪府吹田市	吹田勤労者会館	シニアライフを考える会・大阪	講演	20名	3名	会員
2003.03.21	京都府城陽市	文化パルク城陽第4大会議室	痴呆予防教室を広げるネットワーク	イベント	240名	4名	スリーA増田末知子 先生を講師に招聘
2003.04.19	京都府城陽市	介護老人保健施設「萌木の村」	城陽市在宅介護支援センター 「萌木の村」	講演	32名	4名	一般、家族、 スタッフ
2003.05.10	大阪府摂津市	摂津女性センター「ウイズ・せつつ」	有志	講演	27名	4名	会員
2003.05.22	京都府八幡市	八幡シルバー人材センター	有志	講演	25名	4名	介護者と一般
2003.06.02	京都府八幡市	八幡市南ヶ丘老人の家	生き生き元氣塾	講演	35名	4名	サロン参加高齢者
2003.06.10	京都府京都市	ホテル京都エミナース	主催者3名	打合せ	4名	2名	老人会役員
2003.06.17	京都府京都市	山科区総合庁舎会議室	山科老人クラブ連合会女性委員会	講演	34名	3名	老人クラブ会員
2003.06.28	京都府宇治市	広野地域福祉センター	西宇治介護ふぁみりいの会	講演	14名	4名	介護者と一般
2003.07.04	京都府京都市	西京区役所洛西支所大会議室	西京区老人クラブ連合会	講演	200名	4名	老人会会員
2003.07.12	京都府宇治市	さわらび園デイサービスセンター	西宇治介護ふぁみりいの会	講演	17名	4名	介護者と一般
2003.07.26	京都府宇治市	西小倉地域福祉センター	西宇治介護ふぁみりいの会	講演	20名	4名	介護者と一般
2003.07.31	京都府城陽市	城陽市「ほっと深谷」ファミリールーム	いきいき介護の会学習会	講演	25名	4名	介護者と一般
2003.08.01	京都府八幡市	八幡市役所 会議室	福祉部課長・有志議員	意見具申	4名	2名	福祉課職員
2003.08.07	京都府宇治市	菟道ふれあいセンター	一木会は有志の勉強会	講演	14名	3名	会員
2003.08.09	京都府宇治市	小倉デイサービスセンター	西宇治介護ふぁみりいの会	講演	20名	4名	介護者と一般
2003.08.26	大阪府吹田市	グループホーム「たんぼぼ」	施設経営者	意見陳述	4名	3名	職員
2003.08.27	京都府京都市	パルスプラザ喫茶店「かもがわ」	スリーAについて	意見交換	3名	2名	厚生労働省担当者と
2003.08.28	京都府城陽市	グループホーム「まごころ城陽」	スタッフ勉強会	講演	16名	2名	ケアワーカー ヘルパー
2003.08.29	京都府加茂町	河口靖子事務所	有志議員	教室の解説	2名	2名	町会議員
2003.09.13	京都府宇治市	宇治市車田集会所	宇治市議員市政報告会	講演	40名	2名	一般
2003.09.19	京都府京都市	京都市立嵐山東小学校空き教室	ふれあいサロン	講演	27名	4名	利用者、 ボランティアスタッフ

年月日	地域	会場	主催者	活動内容	参加者数	講師数	主な参加者
2003.10.07	京都府京都市	山科区総合庁舎会議室	京都市山科老人クラブ連合会 女性委員会	講演	27名	4名	会員
2003.10.18	京都府宇治市	西小倉福祉センター	西宇治介護ふぁみりいの会	講演	26名	4名	介護家族、GH職員、 一般
2003.10.21	大阪府堺市	森山浩行事務所	大阪府議関係グループ	講演	20名	4名	一般
2003.11.11	京都府精華町	精華町役場会議室	精華町福祉部	講演	15名	4名	福祉課職員在宅介 護支援センター職員
2003.11.15	京都府京都市	個人宅	個人	痴呆予防 教室の話	3名	2名	介護家族
2003.11.25	京都府木津町	相楽郡木津町役場	木津町長と住民懇談会	意見具申	2名	3名	町長と秘書
2003.12.12	京都府京都市	西七条診療所会議室	小規模多機能施設を作る会	講演	20名	1名	会員
2004.01.19	大阪府泉南市	泉南市福祉会館「あいびあ」	福祉課	講演打合せ	5名	3名	市職員、ケアマネ3 名、相談員
2004.01.20	京都府京都市	京都市立月輪小学校・空き教室	ふれあいサロン	講演	30名	5名	高齢者
2004.01.25	京都府京都市	京都市生涯学習総合センター	高齢社会をよくなる女性の会・京都	報告	20名	2名	会員一般
2004.01.31	滋賀県大津市	ピアザ淡海県民交流センター	滋賀県・滋賀医大・滋賀大・竜谷大	意見発表	200名	3名	一般
2004.02.13	京都府木津町	伊藤事務所	伊藤紀美枝町会議員	痴呆予防 教室の話	7名	2名	議員と有志
2004.03.05	大阪府泉南市	泉南市福祉会館「あいびあ」	大阪府泉南市健康福祉部高 齢障害福祉課	講演	224名	5名	泉南市民
2004.03.16	京都府京都市	山科区総合庁舎会議室	山科区老人会連合会	講演	120名	3名	老人会会員
2004.04.06	京都府木津町	木津町役場	木津町役場民生部長	意見具申	6名	3名	民生部長以下4名、保健 センター所長以下2名
2004.05.17	奈良県天理市	天理市役所	天理市地域ケア会議	ミニ講演会	15名	3名	福祉関係者
2004.09.09	奈良県香芝市	香芝市総合福祉センター	香芝市地域ケア会議	ミニ講演会	20名	4名	福祉関係者
2004.09.13	奈良県香芝市	香芝市総合福祉センター	香芝市在宅介護支援センター	ミニ講演会	23名	3名	在宅介護者
2004.09.15	京都府加悦町	加悦町元気館	加悦町役場保険福祉課	ボランティ ア交流会	6名	2名	痴呆予防教室に関わる スタッフとボランティア
2004.09.25	大阪府高槻市	高槻今城塚公民会	NPO法人 高槻の高齢社会をよくなる会	講演	50名	4名	NPO法人会員

- その他 宇治市の痴呆予防教室へボランティアを派遣
 → 2003.09.11～04.02.05まで 城南荘教室へ1名派遣 → 2004.05.06～04.09.16まで 木幡公民館教室へ1名派遣
 → 2004.07.30～現在継続中 宇治安心館教室へ4名派遣 → 2004.07.30～現在継続中 宇治市小倉デイサービスセンター教室へ1名派遣

ホームページ <http://www.chihouyobou.net>

大海に小石を投じる程度の微々たる運動だったが、大阪の泉南市・高槻市、京都の加悦町から、現場職員が、リーダー研修を受講された。そして、ちよネットのホームページが取り持つ縁で現実に2ヶ所痴呆予防教室が立ち上がった。民間のデイサービスセンターやグループホーム、在宅介護支援センターなどの職員、一般市民への啓発運動もいつか必ず芽を出すと信じている。一般市民、民間福祉職員、役所福祉課職員、施設経営者、作業療法士、グループホーム経営者、自治体議員等々の、立場の異なる多くの方たちが大きな関心を持

て注目している。グループホームでも介護保険の対象になって始めて全国的な増設が始まった。スリーA方式の素晴らしい痴呆予防教室もすぐには広がらないかもしれない。しかし需要は足元に溢れそうに潜在し、人々は痴呆の早期での予防策を渴望している。

- ・ホームページがとりもつ縁で連絡のあった地域
 福井県敦賀市、長崎県島原市、沖縄県石垣市、大阪府堺市、同寝屋川市、大阪府、京都府精華町、同木津町、同宇治田原町、同加茂町、同八幡市、同宇治市、奈良県天理市、同香芝市。
- ・議会質問で取り上げられた自治体
 京都府宇治市、城陽市、加茂町、八幡市、京都府、大阪府。(順不同)

痴呆を早期で食い止めよう! 痴呆予防に市民権を!

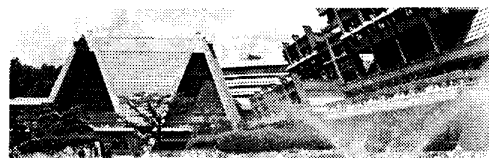
「痴呆予防教室」は、痴呆の発病「歩手前の方や、初期の方に、脳の活性化リハビリとスタッフのかかわり方で、痴呆を食い止めようとするものです。」

「痴呆は初期ならば引き戻せる」という考えは、まだ市民権を得ていない新しい考えですが、「脳活性化訓練施設・スリーA」（あかるく、頭を使って、あきらめない）において、10年前から試みと追跡調査が行われて確信が得られています。

早期に予防教室に通ったら、 痴呆は食い止められる

「痴呆は予防できる!」ことを知ってもらおうと、「スリーAリーダー研修会」を受講した仲間たちと「痴呆予防ネット(ちよネット)」を立ち上げ、各地で出前講座を開いています。

前期・初期段階での、痴呆予防の効果と必要性を訴え、「痴呆は引き戻しができる!」「予防教室をつくらう!」という機運を生み出したのです。



国際会議でのポスター発表決定

私たちは10月15日〜17日に国立京都国際会館で開催される「国際アルツハイマー病協会第20回国際会議・京都・2004」会場でのポスター発表に参加する事が決定しました。

「新しい痴呆ケアをめざし世界が集う」研究者も家族も参加する国際会議」をスローガンに開催されるこの会議で、私たちの活動ポスターの展示がアネックス会場で実現する運びとなりました。NPO法人取得と共に、私たちの活動のますますの発展に向けた良いアピールの機会として、

充実させていけるよう、鋭意準備中です。どうぞご期待ください。

会議の参加者は医療従事者、介護従事者、介護家族や痴呆の人、さらに弁護士や行政担当者、痴呆ケアにかかわる研究者など多職種で多様な方々です。痴呆ケアに関する唯一で最高レベルの国際会議といえます。



会員募集

痴呆性高齢者の増加が見込まれる中、私たちは、痴呆予防教室の全国津々浦々への拡大を願い、スリーA方式による成果の素晴らしさを広報するために、NPO法人を立ち上げました。

この会の趣旨にご賛同くださる方は、ぜひ会員となって、活動を支えてください。詳しくは別紙の入会申込書をご覧ください。

- (1) 正会員——入会金 2,000円 年会費 6,000円
- (2) 賛助会員
 - 個人——入会金 1,000円 年会費 (一口) 2,400円 一口以上
 - 団体——入会金 3,000円 年会費 (一口) 24,000円 一口以上

お願い

- ミニ講演会を地域で準備していただける方
 - 参考資料を希望される方
 - 予防教室を実施したいと思われる方
- 費用等については、お気軽にご相談ください。

宇治市広野町一里山15-10 〒611-0031
 0774-45-2835 FAX 0774-45-2793
 電子メールは... npo@chihouyobou.net
 代表 高林実結樹

ホームの思い出② 隠し場所いろいろ

食事の仕方がとても綺麗で居室に配膳するようにならなくても、バナナはホークで皮をむき、一口

編集後記

酷暑の夏を越え創刊号は希望と課題を乗せ出航。荒れた海、穏やかな海、何があろうと明るく乗り切りたい! ご支援をお願いいたします。 福井恵子

大にして口に運ぶ習慣は変わらなかつたOさん。居室の入り口を少しあけて、顔を出し、手招きする事が目立つようになった。その日も何時ものように、「困った事よ、財布がない、Kさんがきていたの。」「何時からなの?」「一緒に探しましょうか?」「硬い表情だが「探してくる?」との返事あり。「昨日はここで見つけたけど」独り言のような話し掛けをしながら、1、押入れの布団の間、2、水屋の引き出しと底、3、筆筒の引き出し、4、座布団の下、見つからずもう一度探しなおす約束してたちあがる目の前にOさんの前掛けのポケットがふくらんでいた。「まあ! そうだ、トイレに行く時、Kがきたから」すこい! 冴えてる。Kさんと並んで和やかに食堂にいられた。