

## DFCほっと♪ニュース!

認知症フレンドシップクラブ 東京でも活動が始まりました!

東京事務局 徳田 雄人

はじめまして、東京事務局の徳田と申します。札幌での活動を知り、ぜひ東京でも同じような活動をスタートさせたいということで、昨年よりお話や見学をさせていただき、井出先生はじめ皆様にご支援の下、今年6月、認知症フレンドシップクラブの活動を東京でスタートしました。その第一回のキックオフ集会を、6月26日、東京・代々木で開催しました。札幌より井出先生、内ヶ島先生にお越しいただき、認知症のご本人・ご家族、ケアスタッフ、ボランティア、さらには関心のある一般企業の方など20名ほどの方が集まり、認知症フレンドシップクラブに期待することなどを意見しました。



ご家族からは、「気軽に行けるお店がひとつでもあれば、今より外出する機会が増える」とか「困ったことを気軽に相談できる場がなくても困っている」などの意見が出されました。一方、サポートする側のボランティア団体の方からは、「ボランティアしたくても、どのようなニーズがあるのかよく分からない」とか、技術系の企業にお勤めの方からは「自分の会社で、様々な技術を開発しているが、みなさんから具体的な生活ニーズを聞いて、実際の技術開発に活かしていきたい」などの声もありました。認知症フレンドシップクラブという場ができれば、こうしたそれぞれのニーズとシーズ(種)をつなげることができ、新しい地域になっていくものと思います。東京という名前になっていますが、早くも千葉や神奈川の方からも地元で支部を立ち上げたいという声も出ていますので、各地の発起人の方たちをゆるやかにつなぎながら、活動を広げていきたいと思います。これからしばらくは、仲間集めとネットワーク作りを行い、秋ごろからサポーター養成講座などは行っていく予定です。とは言え、現在活動を広げていくための仲間がまだまだ不足しております。首都圏在住で関心のありそうな方を知っているという方がいらっしゃいましたら、ぜひ東京事務局・徳田(tokuda.takehito@gmail.com) にご一報ください! すぐに、その方のもとへ営業にうかがいます! まだ始まったばかりの取り組みですが、今後ともどうぞ、よろしくをお願いします。

### 認知症フレンドシップクラブ協賛店のご案内!

クラブの活動にご賛同いただき、メンバーの皆さまを応援してくださっている協賛店が、現在14社(店舗)あります。これらのお店では、メンバーズカードを提示することでクラブ特典がもらえます。クラブの発展を祈りつつ、ぜひこれらのお店を利用して、輪を広げていきましょう!



【協賛店】 「㈱ワールドプランニング」「北の海手箱 風(ふう)」「酒肴酒菜 掌(てのひら)」「酒と肴 ぐ〜」「和喰今昔生活酒家 文化食堂」「おいしい村 月夜のためき(本店)」「おいしい村 月夜のためき(南一条店)」「和食ダイニング なかなか」「やきとり PUB 一銭」「やきとり ちょっと一杯」「大安居酒屋 日の出本舗」「地球料理 痛快食堂」「味わい 月灯り」「居酒屋 ばんらい堂」

※全店ご利用代金から10%サービス

※※「㈱ワールドプランニング」は、学会会場などでの書籍直販のみ対応

※※クラブ特典をご利用の際は、メンバーズカードをご提示ください

### 現況報告(2010年7月現在)

会員数:356人, DFサポーター数:63人, 認定スポット数:8社(店舗), 協賛店数:14社(店舗)

#### 編集後記

今年の札幌は暑いですね。何か対策はないかと思いながら歩いていたら、不思議なタオルを見つけました。濡らすと冷たくなるタオル! これって、ほんまに暑さ対策になるのでしょうか?(美人秘書)



### 認知症フレンドシップクラブ事務局

〒061-0293 北海道石狩郡当別町金沢 1757 北海道医療大学地域保健看護学講座内

Tel / Fax. 0133-23-1462 E-mail. df-club@hotmail.co.jp



認知症フレンドシップクラブ

NEWS LETTER

# e-yo!

2010年夏 No. 4

認知症フレンドシップクラブ事務局

〒061-0293 北海道石狩郡当別町金沢 1757

北海道医療大学地域保健看護学講座内

tel/fax. 0133-23-1462



### 「祈ること・信じること」

認知症フレンドシップクラブ代表 井出 訓

雑多な仕事にかまけて e-yo! の発行を先延ばしにしているうちに、季節はもう夏。車窓に広がる小麦畑が黄金色に色づく前にはニュースレターを発行しなければ…と、汗を拭き拭き考えていました。会員の皆さまにおかれましてはいかがお過ごしでしょうか。

さて先日、若年認知症を患うお母さんの行方が分からなくなり探している、という友人のブログを読みました。お母さんは夕方19時ごろ、ちょっと目を放している間に行方が分からなくなり、あちこち連絡を入れて捜しているが見つからないという内容でした。私がブログを読んだのが翌日の朝はやく。一晩探し回っても見つからず、友人は仕事にも出かけなければならず、どんな気持ちでいるのだろうと胸が詰まる思いでブログの更新を一日見ていました。ですがその日、お母さんは発見されることなく夜を迎えました。もし、どこかをさまよっているのだとしたら、どこかで倒れているのだとしたら…。二晩目の夜を迎え、どこで過ごしているのだろう、暑さで脱水になっていないだろうか、何も食べずに空腹でいないだろうか、雨に濡れて身体が冷えてはいないだろうかなど。考えれば考えるほどに不安材料は山ほど浮かび、どうか無事で見つかりますようにと、ただ祈るばかりでした。友人が住んでいるのは関東。私はといえば遠くはなれた札幌。近くにいれば車でも出して探して回ることも出来るのに、友人が身を切られるような思いでいるときに、何もしてあげられない。何とか力になりたいと思いつつも、何も出来ないでいる自分。そんな自分の無力さ、心がいなさを、痛いほどに味わった一日でした。お母さんは翌日の朝、隣町の雑木林の中に倒れているところを発見されました。随分と衰弱した状態だったようですが、今はだいぶお元気になられたと聞いています。

誰かのために何かをすることは、それほど難しいことではないと思います。例えば、雨で肩が濡れないように相傘を彼女の方に余計に差し出すことであったり、電車で席を譲ることであったり、後ろの人のために扉をおさえておくことだったり。ですが、こうした自分の身体を使って何か具体的な手助けをすることの出来ないとき、私達は誰か他の人のためにどんなことが出来るのでしょうか。今回、私に出来たことは、ただただ祈ることでした。ただ、信じて祈ることでした。どうかお母さんが、無事に見つかりますように。どうか、1人寂しい暗闇のなかで恐怖に怯えることがありませんように。空腹で辛い思いをしていませんように、祈ることしか出来ませんでした。探し回るような具体的な行動での手助けが何一つ出来ないとき、私はときに誰かのために自分が出来ることの限界に直面し、心がいなさを感じることがあります。ですが、友人が直面した今回の事態に対して、私に何が出来たのだろうかと考えてみると、やっぱりそれは祈ることぐらいでしかなかったように思うのです。

祈りなんて何の足しにもならないと思う人もいるでしょう。祈ってくれても、この空腹は満たされないと考える人もいると思います。祈りよりは1円でも寄付を、と願う人もいるでしょう。ですが、なぜ私が祈っていたのかといえば、それは自分のこれまでを振り返るときに、多くの人たちの祈りに支えられた経験がたびたびあったからです。必ずしも、具体的な行動での手助けやお金ばかりに助けられてきたわけではないからです。ただ、祈ることでのサポートが目に見えないために、自分自身でそうした手助けを信じられなくなってしまふことがあるのだと思うのです。

私達は、さまざまな場面で自分の無力さを味わいます。ですが、心がいない無力な私たちがそれでもなお誰かに手を差し伸べかわろうとするとき、私たちは無力であるがゆえに、その思いを一つにつなげることが出来るのだと思うのです。そして、その思いを一つにつなげることができたとき、私たちの思いは、無力さゆえの最大の力として、無力な私たちを力強く支えてくれる礎になるのだと思うのです。

感謝なことに、フレンドシップクラブには、DFサポーターやフレンドシップスポットとして具体的な手助けをしてくださる方々がいます。ですが、そうした方々ばかりではなく、クラブの活動のために祈り、思いを一つにつなげてくださっている多くの方々によっても、フレンドシップクラブは力強く支えられているのだと思います。そうした方々の祈りがあってこそ、いまのフレンドシップクラブの活動はあるのだと、私は信じています。陰で支えてくださっている方々をはじめ、ご支援を賜っている多くの皆様の祈りに心から感謝するとともに、そうした皆様のサポートをさらなる糧として、ますます力強くフレンドシップクラブの活動を進めていきたいと願っています。この夏も、どうぞ宜しくお願いいたします。



## 認知症フレンドシップクラブの活動報告

### 備えあれば……

函館事務局（皆様の執事こと）細田政裕

皆さん、こんにちは。「は～るばる来たぜ 函館～♪」と言うことで、今回は認知症フレンドシップクラブ函館のご紹介をさせていただきます（すっかり笑点のご挨拶のようになってしまいましたが…）。

函館市は人口28万人、老年人口7万6141人（高齢化率26.9%）の北海道最南端の市です。函館事務局が発足に至った経緯は、平成20年9月に縁あって井出先生や大久保先生とお会いし、一緒うかがった函館の介護支援専門員一同が感銘を受け、よちよち歩きで発足いたしました。

翌年、広報の甲斐あって、1件の申込がありました。その方は認知症になるまでプールに通っていたが発症してからプールに行けなくなったので、ぜひ一緒に行って欲しいとの依頼でした。そのときのメンバーは6人で、水着になることを想定し、一番プロポーショナルが良い私が担当することになりました。ホントは、依頼者が男性で、一緒に更衣室に入れるオトコは私しかいなかった…。

私自身、漁師の倅でありながら“水泳”は苦手。海で泳ぐので顔を水につけないで泳ぐ。つまり、兵隊泳ぎしか出来ません。息継ぎなんてもちろん出来ません。そういう私を尻目にその方はスイスイと平泳ぎで進んで行く。追いかけるのが精一杯の私…。その後の一言『今日は久しぶりだったので、クロールはしないで、平泳ぎで我慢しましたよ（笑）』と。

そんなこともありながら、今年2月に待ちに待ったDFサポーターの養成講座を函館市にて開催することとなり、道南各地から38名の方が受講してくださいました。現在は2回目の活動予定はございませんが、もし、私たちの活動を必要とする方が現れた場合、すぐに一緒に活動できるということが先ずは大切なかも知れません。ただ、DFサポーターを必要としている方がいらしても、私たちの存在を知らずにいることが無いよう、広報活動を進めて行かなければならないと思っております。

祝！東京事務局“開店？”より良い地域をめざして頑張りましょう。次回は、函館事務局の運営委員、チャーリーズ・エンジェル張りの美女5人を紹介したいと思います。乞うご期待！

### DFサポーターの活動を通じて感じること

DFサポーター 渡辺 真喜子

みなさん、はじめまして。今年に入ってから待ちに待ったDFサポーターとしての活動依頼があり、現在もう一人のサポーターといっしょに、一つの家を訪問させていただいています。まだ始まったばかりですが、それでも2回、3回と訪問をさせていただく中で、ご本人やご家族が「こうしたい！」「してあげたい！」と思っていることが実現できるようなお手伝いができればと感じています。訪問した先で、ご本人やその家族の笑顔に出会えた時には心が温くなる思いであり、このような活動がもっと多くの人に認知され、広まっていけばと切に願うところです。このご家族にとって、今の関わりがひとつのきっかけとなり、良い形で他の支援につなげていくことができれば…と思います。

まだまだ伝えたいことはありますが、今回はこの辺で……。また次の訪問を楽しみに、そして大切なひと時を共に過ごせることに感謝して。

### 新しく北海道銀行に口座を開設しました！

「ゆうちょ銀行」の他に新しく「北海道銀行」に口座を開設いたしましたので、こちらの口座もよろしくお願いたします。また、今年度の継続登録をまだお済みでない方は何かとご多用のことと存じますが、下記の振込先まで、お手続きくださいますようお願い申し上げます。

<p><b>ゆうちょ銀行</b> 【口座名義】認知症フレンドシップクラブ</p> <p>・ゆうちょ銀行からお振込の場合 【記号】19030 【番号】43170941</p> <p>・他の銀行からお振込の場合 【店名】九〇八 【店番】908 【預金種目】普通 【口座番号】4317094</p>	<p><b>北海道銀行</b> 【口座名義】NPO 法人認知症フレンドシップクラブ 【支店名】札幌駅前支店 【預金種目】普通 【口座番号】1771433</p>
--	--



## 認知症フレンドシップスポットのご紹介

認知症の人やご家族が、気兼ねすることなく安心して利用できる“認知症バリアフリー”を目指す店舗を、認知症フレンドシップスポットとして認定して、クラブのホームページで紹介しています。今回は、前号No.2以降に、新たに加わった1店舗をご紹介します。

### 癒しサロン Spring～スプリング～（苫小牧市新開町1丁目 TEL:090-3770-6891）

苫小牧市の自宅アパートの一室で、お身体のリンパの促進と同時に、冷えや疲労物質を改善し健康的な体作りのお手伝いをしております。ゴージャス感は全くございませんが（笑）低価格で質の良いサービスの提供を心掛けております♪どうぞお気軽にご利用くださいませ！

【クラブ特典】リンパケア10分延長いたします♪



※クラブ特典をご利用の際は、メンバーズカードをご提示ください

### 前号までにご紹介した認知症フレンドシップスポット7店舗



**成吉思汗専門店 義経**  
札幌市北区北7条西5丁目



**活かに水産市場 いなば食品**  
函館市若松町9-14  
どんぶり横丁内



**まどべカフェ すとんぶ**  
札幌市豊平区月寒東3条7丁目



**創作どう焼き ふくらか**  
本店：西区葵寒3条5丁目  
琴似店：西区琴似1条3丁目



**仙龍**  
岩見沢市7条西21丁目2-3



**Farm 弦**  
長沼町東2線北12



**和田珈琲館**  
札幌市東区北49条東16丁目

例えば、町の銀行や郵便局、学校や教会などなど。どんな場所でも認知症バリアフリーの場所であっていいはず。そう考えた時、これからは「ストア」だけではなく、認知症フレンドシップ「スポット」として、認知症バリアフリーの場所を地域に増やしていきたいと願い始めました。これからは、地域の店舗だけではなく、認知症バリアフリーを目指すさまざまな場所を、認知症フレンドシップスポットとして認定していきます！ご協力お願い致します！

