

住み慣れた場所で自分らしく生きる

誰もがなる可能性のある「認知症」。皆さんはどのようなイメージを持っていますか。

「認知症になったら何も分からなくなる・できなくなるのではなく、認知症になってもできること・やりたいことがあり、住み慣れた地域で仲間とつながりながら、希望を持って自分らしく暮らし続けることができる」という「新しい認知症観」が広がりつつあります。

市では、認知症の方を含めた一人一人が「新しい認知症観」に沿って地域とつながり、日常・社会生活を営むことができる「共生社会」をつくることを目指しています。

今回は、住み慣れた場所で、仲間とつながりながら自分らしく生活している夫婦を紹介します。あなたが認知症になったとき、あなたらしい暮らしを続けるためにはどうすれば良いか考えてみませんか。

岡 高齢者支援課・内線397



大野定廣さん プロフィール

退職後に妻の和子さんに誘われて始めたボウリング歴は20年以上で、千葉県代表としてねんりんピックに出場した経験を持つ。

数年前に転倒し、慢性硬膜下血腫を発症したことをきっかけに、それまで行っていた料理やパソコンなどの活動が難しくなり、忘れやすさが出始めた。現在は週1回、妻や仲間と共にボウリングを楽しんでいる。自宅での日課は、スムージーを作ったりコーヒー豆をひくこと。

大野和子さん プロフィール

公認ボウリングコーチ1、公認パラスポーツ指導員の資格を持つ。

認知症サポーター養成講座修了者で、認知症の方や家族を温かい目で見守る「応援者」。健康生活サポートリーダーとしても活動し、地域の方へ体操の指導をしている。

定廣さんの 楽しみについて

デイサービスに通い、体操をするのが楽しみです！大きなお風呂に入るのも好きです。仲間とボウリングをするのも楽しみで、ストライクが出たらみんなが拍手して喜んでくれるのでうれしいです。

インタビュー

定廣さんが これからやりたいこと

優しい仲間と共にボウリングを続けたいです。だんだんできなくなってしまうのは分かっているけれど、可能な限りいつまでもボウリングを続けたいです。

定廣さんが 和子さんについて思うこと

若い頃からいつも元気です！大変だと思うのでとても感謝しています。

◀デイサービスで製作した作品

和子さんからの メッセージ

転倒後、サポートが必要な状態になったため、ボウリングを楽しむのは難しいかと諦めていました。思い切って仲間に夫のことを話したところ「みんないずれ通る道だから大丈夫よ。やめないで」と言ってくれました。週1回ボウリングをするときは、仲間がさりげなくサポートをしてくれます。

散歩中に誰と会ったか本人に聞いても「分からない」と言うことが増えたので、近所の方には「夫に会ったら、あいさつだけじゃなくて名乗ってね」とお願いしています。おかげさまで近所の方が「今日〇〇で定廣さんに会ったわよ」と声を掛けてくれるので、とてもうれしく思います。一人で抱え込まず、今の状況を周りにオープンに伝えることがとても大事だと感じました。ボウリングと一緒に楽しむ仲間や近所の方に恵まれ、感謝しています。

デイサービス職員からの メッセージ

体操が好きで熱心に参加されています。時間があると自主的に廊下を歩き、トレーニングを頑張っています。自分からはあまり話をされませんが、職員が尋ねると、ボウリングやゴルフのことをうれしそうに話してくれます。

▲ボールを使用して歩行訓練している定廣さん