

伊勢市長賞

「私のおじいちゃん」



小俣小学校 六年 西川 怜奈

にしかわ

れな

私のおじいちゃんは認知症です。去年の六月ごろに認知症と診断されました。この事をお母さんから聞いた時、全く信じられませんでした。なぜなら、毎日新聞を読み字を書き勉強しているおじいちゃんだったからです。コロナがあり、会いに行く回数も減ったりしたからなのかな？私がつとお話したりしていれば、おじいちゃんは認知症になっていなかったのかな？と自分を責めてしまって、涙がとまりませんでした。するとお母さんが、「じいじがあんなかんじになってしまったのは、だれのせいでもないで。怜奈が泣いたら、じいじも悲しくなってしまうよ。」

と言ってくれました。お母さんの言葉のおかげで、気持ちが軽くなりました。そして、おじいちゃんの認知症の症状が少しでも改ぜんしてくれるように、たくさんお話ししたり、いろんなところへお散歩に行ったりお出かけしたりしました。いつかわすれてしまいかもだけど、おじいちゃんが「楽しい」と思えるような思い出をたくさん作ってあげたいです。

それから、おじいちゃんの症状はだんだんと進んでいて、私たちの名前や、何度も行っている病院、スーパーなどの場所が分からなくなったり、前よりおこりっぽくなつてしまいました。昔の記おくはすっかり残っているけれど、一時間前の事をすぐわすれてしまったりもします。いろんな事をすぐにわすれてしまうので、何度も同じことを聞いてきたり、会話していても、

「あれっ?。」と思うところがあったりします。そんな時に、イライラして、きつく注意するのはいけないと聞いたことがあるので、私は「うんうん」とやさしく聞いてあげるようにしています。

先日、学校で配られたプリントに

『認知症キッズサポーター養成講座』

と書いてあるのを見つけました。きっとおじいちゃんのやくに立つと思ったので、申しこんで、この講座を受けてみました。この講座で、認知症はかんきょうやまわりの人の接し方で症状が変わるという事、認知症の人は自分がおかしくなっていると感じ、だれよりも苦しんだり、なやんだり、悲しんだりしているという事が分かりました。私のおじいちゃんは、お話するところが大好きな人でした。でも、最近は自分から話すことが少なくなりました。も

しかしたら、おじいちゃんもおかしくなっていると感じていて、苦しんで、なやんで、悲しんでいるのかなと思いました。

おじいちゃんは、見た目はまわりの人と変わりません。なので、初めておじいちゃんとかう人だと、おじいちゃんを「変な人」だと思ってさけたりする人がたまにいます。そういう人をみると、とても心がいたみます。私は、そういう人がいなくなつて、認知症の人にやさしく声をかけたり、手助けをできる人がたくさんいる町になつてほしいです。

伊勢市議会会議長賞

「家族のために今から行動」

しもい はるき

明野小学校 六年 下井 陽生

ぼくは夏休みに認知症キッズサポーター養成講座を受けました。それは、ぼくには老人ホームに入っている九十四才のひいおばあちゃんがいて、コロナウイルスの影響でずっと会えていなかったけど、四年ぶりに会いに行けることになったので、何か役に立つかもしれないと思ったからです。

講座ではクイズをしたり本の読み聞かせをしてもらったりして「お年寄りや認知症の人にはゆっくり話したりやさしく話しかけるとよい」などの適切な関わり方を学びました。

ひいおばあちゃんに会う前は、四年前と変わらずしっかりしていて自分で歩けるの



をイメージしていたのですが、会ってみたら病気にかかったせいがかつ舌が悪くなっていたり、車いすに乗っていたりしたので、最初はちよつとびくりしてしまいました。ただ、前と変わらず元気そうで、うれしかったです。

老人ホームの人によると自分の年令が何度言っても覚えられなかったり、物忘れがひどくなったりしていて、認知症気味なんだそうです。だからか、ぼくと弟、お母さんを見ても、説明しないと誰だかわかってもらえませんでした。また、自分の娘のおばあちゃんのこと最初は分かっていますんでしたが、話をするにつれて思い出していました。「のまま認知症が進んでいたら、完全に忘れてしまうかもしれないと思うと、さみしいです。」

また、ひいおばあちゃんが少しの間立ち

上がった時によるけて倒れそうになりました。ぼくが支えていたのですが、1人じや支えきれなくてぼくまで倒れそうになりました。すぐに老人ホームのスタッフの人が来てくれたから大丈夫だったのですが、ああいう時にしっかり支えられるようにしないといけないなと思いました。

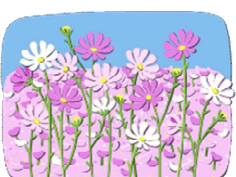
だれだかはあまり分かっていなかったけれどぼくたちが来たのがうれしかったみたいで、帰るときには、少し悲しんでいるようでした。また今度行くときは、もっといっぱい、もっと楽しく会話ができるようにしたいです。

「大きな声でゆっくり話す」など、講座で先に習っていたから戸惑わなくてすんだけど、それだけではひいおばあちゃんにはあまり通じなくて、もっとはきはきした声で言わないといけなくて大変でした。

ぼくの家族もいつかは物覚えが悪くなったり、歩きにくくなったりするのだなと思うと悲しいです。だけど、そうなった時のために今から本を読んだりお年寄りの人とたくさん話したりして上手に助けてあげられるように準備しておこうと思います。

伊勢市教育長賞

「ぼくのおばあちゃん」



進修小学校

一年

矢野

やの

翔己

とき

ぼくのおばあちゃんはにんちしよう
でした。ぼくはおばあちゃんにおなじ
ことをなんかいわれたりきかれた
りました。なんでおなじことをなん
かきくのかな？とおもっていたら
おkaaさんがおばあちゃんはいろんな
ことをわすれてしまうびようきだとお
しえてくれました。ぼくはそのときは
じめておばあちゃんはびようきだった
としりました。それからぼくはなんか
いおなじことをきかれてもきちんとい
たえるようにしました。

しばらくしておばあちゃんはぼくの
こともだれかわからなくなりました。

「どこのこ？」ときかれてはじめはび
つくりしたけど「おばあちゃんこの
だよ」とおしえてあげました。おばあ
ちゃんはぼくのことをわすれてしまっ
たかもしれないけどぼくはおばあちゃ
んとたくさんあそんだことはいつまで
もおぼえてるよ。

伊勢地区医師会長賞

「大切なひいおばあちゃん」



中島小学校 二年 梶浦 かじうら あかり

私のひいばあちゃんは、むかしのう家を
していました。なので、ひいおばあちゃんの
野菜はすごくおいしいです。特にキャベツ
がおいしくて、ロールキャベツにするととて
もおいしいです。

でも、きよ年がんの病気がわかりました。
それから、6カ月でなくなってしまうし
た。

学校から帰ってから、なくなったことは
ママから聞きました。私は泣きました。

「ひいばあちゃんが死んだら、やわらかい
キャベツもたべられなくなるじゃん。一番
おいしかったのに。」

と言いました。でも、ママが

「いつか、人は死んでしまうからしょうがない。」

と、言っていました。私は、人はいつか死んでしまうけど、おそろしきの時に、ちゃんとお別れしようとおもいました。

おそろしきの時、たくさんの人が泣いていました。私も泣いていました。歩いて見送る時、

「人は死んでしまうけど、みんなのことを、お星さんになって、見守ってくれているんだよ。」

とおばあちゃんが言うてくれました。私は、「もっと会いたかったな。もっと一緒に野菜をしゅうかくしたかったな。」

とこっかいしました。私は

「ひいおばあちゃん、天国でも元気でね。」
と思いました。

伊勢志摩区域連携型

認知症疾患医療センター長賞

「私はキッズサポーター」

小俣小学校 六年 佐藤 里菜



私は、昨年、認知症キッズサポーター養成講座に参加して認知症キッズサポーターになりました。認知症の人やその家族を温かく見守る応援者です。私は、認知症のことをもっと知りたいと思い、2回目の講座に参加しました。講座では、医師会の先生が講師として、沢山教えてくれました。

認知症は、物忘れがひどくなったり、できていたことができなくなり、今までのような生活をおくれなくります。認知症になりやすい人は、タバコやシーシヤを吸っている人や、便秘を抱えている人だと

わかつてきました。そのため、タバコを絶対に吸わない、便秘予防の徹底が大切だとわかりました。シーシヤは、吸い口はかえませんがホースはかえないので、そこに大腸菌などの細菌がたくさんいると知り、すごく不潔で気持ちが悪いなと思いました。便秘は、すぐに母のことが心配になりました。先生に相談しました。今は新しい薬で治療も進歩しているとわかり、安心しました。

また、認知症の人と話すときは「3つのタイ」の「ほめられたい」「誰かの役に立ちたい」「認められたい」が大事だと学びました。認知症の人が「あんだ、私の財布とつたでしょ」と言う時に「とってないよ」と怒り気味に言うのと、「一緒に探そう」と言うのでは違います。「一緒に探そう」は、言ったことを受け止めてもらえたと不

安な気もちが治まりホツとします。「一
緒」と言う言葉が安心できると思いまし
た。この講座で印象に残ったのは、認知症
はお年寄りのイメージがありますが、若
くてもなります。先生は「オレンジ・ランプ」
の映画を紹介してくれました。三十九歳
の主人公が「若年性アルツハイマー型認知
症」になるお話です。私は、このお話が気
になり本を買って読みました。家族は心
配や優しさから、何もさせたくないと
色々な予防策をしていますが。それが
かえって本人に辛い思いをさせてしまいま
す。主人公は「私たちの声を聞いてくださ
い。私たちから出来ることを奪わないで
ください。認知症になっても、変わらず、
一人の人間です。私たちをお世話するの
ではなく、共に歩いて行って欲しいのです」
この文章で本当の思いやりについて気づか

されました。「認知症になっても人生は終わりじゃない」大切なのは安心して暮らせる社会にしなければならぬということ、恐れたり、悔んだりするのではなく、認知症と共に生きていく。そのためには、私たち一人一人が変わらななきゃいけない。強い意志と希望をあたえてくれた一冊でした。

今年、「認知症基本法」が成立しました。これは未来への一歩につながると思います。今は認知症の進行を防ぐことは出来ません。しかし、挑戦することや工夫することです。未来は変わります。みんなが笑顔で過ごせる社会にするため、私はできることからやっつけていきたいです。

伊勢市立伊勢図書館長賞

「認知症についてもっと知りたい」

なかむら ひなこ

豊浜東小学校 五年 中村 日向子

「おじいちゃんはどこへ行ったんやろ?」

この言葉は私のひいおばあちゃんの最近の口ぐせです。ひいおばあちゃんは7年くらい前に認知症だとお医者さんから言われました。それから少しずつ覚えることができなくなり、最近では1分前に話した内容を忘れてしまい、同じ話や質問を何度もくり返しています。だから、昨年ひいおじいちゃんが亡くなったことも忘れてしまいました。いつもひいおじいちゃんを探しています。

ひいおばあちゃんの家には色んなところにメモがはつてあります。ひいおばあちゃんがそのメモを見て思い出せるようにする



ためです。ひいおじいちゃんの写真の横には、「おじいちゃんは去年の十月二十四日に肺炎のため亡くなりました。家族みんなでおじいちゃんを天国へ見送りました。」というメモがはつてあります。そのメモを見ると、「おじいちゃん死んだんか?」と、とてもおどろいて悲しそうにしています。そんなひいおばあちゃんを見たら、胸がいたくなりました。だから、認知症のひいおばあちゃんに私がサポートできることはなのか考えました。そのためには、まず認知症についてもっとくわしく知りたいと思いました。

私は昨年認知症キッズサポーター講座を受けました。そこでは、高れい者のとくちょうや認知症について話を聞きました。認知症の人にはどのように接したらいいのかわかりやすく教えてもらいました。その

中で、「朝」飯を食べたのに、食べていないという認知症のおばあちゃんにどんな言葉を言ったらいいかということを考えました。わたしは、認知症のおばあちゃん役をしている係の人のことをひいおばあちゃんだと思つて話しかけました。認知症の人には、おだやかに話す、心をきずつけないようにゆっくり話すということを覚えてもらつたので、そのことを思い出して考えてみました。「朝」はんを食べていない」と言つていることに「食べたやんか」ときつく言うのではなく、やさしい言い方で「みかんでも食べよか」と提案をしました。そうすると、係の人が「いい対応でしたね」とほめてくれました。うれしい気持ちになりました。ひいおばあちゃんにもうれしい気持ちになる話し方をしたいと思ひました。講座で認知症の人と接することに少し自信が

つきました。

わたしは、家に帰るとすぐに、認知症サポーターようせい講座で教えてもらったことを家族に話しました。家族みんなが正しく認知症のことを知れば、ひいおばあちゃんへの接し方も変わって、ひいおばあちゃんがうれしくなってくれると思ったからです。ひいおばあちゃんの認知症はよくなることはありません。だけど、進行をおくささせることができることも聞きました。それは薬の力だけではなく、家族のあたたかい支えが薬以上の力になるのではないかと思いました。

伊勢市立小俣図書館長賞

「高齢者を守る町」



小俣小学校 四年 竹内 煌芽

たけうち こうが

ぼくの住んでいる町には高齢者がたくさんいます。元気に歩いている人もいるけど、杖をついている人や、老人車を押している人もたくさん見かけます。行方不明の町内放送もよく聞きます。

ぼくのお母さんは、高齢者の家に行ってお世話をする仕事をしています。年をとると、足の力が弱くなり、ふらついて転げやすくなったり、飲みこむ力も弱くなって、食べたり飲んだりするとむせてしまうこともあると教えてもらいました。また、物忘れが強くなり同じことを何度も言ったり、大事な薬を飲み忘れの人も多いそうです。そんな話を聞いて今まで当たり前前でき

ていたことが、年をとると思うようになっていなくなつて辛いだろうなと思いました。

ぼくには八十三才のひいおばあちゃんがいて、毎日学校から帰るのを待つてくれています。元気だけど、足がえらいと言つてゐることもあります。前にひいおばあちゃんの家のカートポートのそうじをした時や、部屋のカーペットをかえるお手伝いをした時に

「ありがとうな。助かつたわ。」

とよろこんでくれて、とてもうれしい気持ちになりました。これからもいっぱいひいおばあちゃんの助けになりたいなと思いました。そして、もし近所のお年よりの人がこまっていた時、ぼくにできることを考えてみました。重たい荷物を持つていたら「だいじょうぶですか。手伝いましょうか。

荷物を持ちましょうか。」

と声をかけたいと思います。道で「かけている人がいたら、すぐにかけつけて、近所の大人の人をよびたいと思います。」

高齢者が安心安全にくらせる町になつていけばいいなと思いました。