

地域力 発見

宮下今日子

第52回 東京都三鷹市

「シャルソン」で地域をつなぐ

認知症専門クリニックが企画

を片手に、そこを回ってもいいし、自分の興味関心の赴くまま回ってもよい。徒歩も、バス、電車もOKで、ゴールを決めてパーティで合流する。多くの参加者に扉を開く、この緩いルールが特徴だ。

給○ポイントは、果物屋、晝屋、葬儀屋、レストラン、酒屋、コンビニ、銭湯など、いわゆるまちを形成しているスポット。この日は店頭に旗を立て、店独自のサービスを提供する。入棺体験にはちよっとびっくり。

シャルソンは全国で120回以上も開催されているが、認知症専門クリニックが主催した例は珍しい。認知症について多くの著書がある木之下徹医師は、

認知症とくらしに着目し、「認知症について考えを深めれば深めるほど、認知症だけを語る」と自体がおかしくないかと気づく。認知症の人を含めてみんなにとってよいことが軸足にならないといけない」と話す。

マスメディアの報道も含め、認知症になると全人格が崩壊す

る、認知症は忌むこと、人に隠したいことといった固定観念が強い。しかし、認知症は他人事ではない。自分になったら、という視点で一度考えてみることも必要だ。徘徊防止センサー、見守りキット、予防体操、脳トシなど様々な試みがあるが、木之下医師は「どう生きていくか」という視点が抜けてはいけないと考える。

認知症であってもなくても、大事なものは生活すること。「認知症になってもいいくらし」。みたかシャルソンにはそんな願いが潜んでいる。

パーティで同席した通院者のAさんは、先生と一緒に銭湯に入ってきた、とこざっぱりした笑顔で話す。専門職のSさんは「自分は支援者と当事者を分けて考えてしまう。しかし、忘れ物の工夫をする当事者を見た時、普通に接することが大事だと気づいた」と話す。「三鷹の嚆下と栄養を考える会」代表で訪問歯科医

師の亀井倫子さんは家族で参加。高齢者だけでなく、障がい者、子育て世代、一人暮らしの若者などあらゆる人が楽しみながら繋がる。将来的に子供やお年寄りの見守りにもなる」と期待を寄せる。

同クリニックでは毎月寄り合いを開き、シャルソンもそのメンバーが企画した。こうした体験をまちぐるみで繰り返すことで、人々の認知症に対する考え方は自然に変わっていくと信じている。認知症を受け入れる地域ぐるみの試みを今後のヒントにしたい。

「シャルソン」パーティをするようにマランソンしよう」と、というイベントが全国に広がり始めている。

シャルソンはソーシャルとマランソンを組み合わせた造語で、誰もが参加でき、まちを発見共有し、人と人が繋がることを目的としている。マランソンがタイムを求める競技なら、こちらはみんなでまちを楽しむがモットーだ。

4月16日にみたかシャルソンがある。聞き参加してみた。事前にお揃いのTシャツ（緑カラー）を注文しておき、9時半にのぞみメモリークリニック（木之下徹院長）に集合。通院者、医療・介護関係職、地元企業、住民ら約70人が参加。市内の給水ポイントならぬ給○ポイント（約20カ所）を記した地図



みたかシャルソンの参加者ら