

# 工藤公康さんと認知症と共生する社会を考える みんなでアクション!

～一人ひとりの希望がある いっしょにかなえる仲間が広がる～

ヤング世代 編

プロ野球のマウンドで実働29年投げ続けた工藤公康さんが、静岡県富士宮市を訪れ、認知症の祖母と暮らした経験がある中高生2人の話に耳を傾けました。認知症という言葉を知っていても、身近な存在として理解しにくく、戸惑いが先に立ってしまう人も多いこの世代。みんなと一緒にできることは何か、考えてみました。



## 工藤公康さん

(妻、5人の子どもがいるほか、同じマンションの別フロアに暮らす妻の母と日常的な交流を持つ)

くどう・きみやす / 59歳。元プロ野球選手。名古屋電気高校(現:愛知工業大学名電高校)時代は甲子園でノーヒットノーランを達成。1982年、西武ライオンズに入団。以降、福岡ダイエーホークス、読売ジャイアンツ、横浜ベイスターズなどに在籍し、実働29年マウンドに立つ。2015年から福岡ソフトバンクホークスの監督に就任し、2021年に退任。2022年4月、筑波大学大学院博士課程に進学、スポーツ医学博士取得に向け研究や検診活動をしている。

## 工藤公康さんと一緒に

認知症と共生する社会を考えたヤング世代の人たち

右から1番目 渡邊邦匡さん(近所に住む祖母が認知症)

右から2番目 小池まいさん  
(同居していた祖母が認知症(2022年夏に逝去))

## 「認知症でも私のおばあちゃん。みんな「戸惑い」から始まる」

### 「なんで同じことを何回もいうんだろう」

### 認知症といわれても最初は納得出来なかった

—このインタビューが行われた時点で、小池さんは中学3年生、渡邊さんは高校3年生です。小池さんは認知症に対してどのようなイメージを持っていましたか?

**小池まいさん(以降、小池さん)** 私が生まれたときに、おばあちゃんはすでに認知症だったみたいで、物心ついたときから「なんで同じことを何回もいうんだろう」とずっと気になっていました。小学生のとき、おばあちゃんに同じことを何回も聞かれるので怒鳴っちゃったことがありました。嫌で、お母さんに「認知症っていう病気なんだよ」といわれましたが、納得できなくて「ただの言い訳じゃないの?」と思っていま

した。症状が治まってきたこともあります。小学校高学年になって、やっと理解できるようになりました。

—渡邊さんは認知症に対してどのようなイメージを持っていましたか?

**渡邊邦匡さん(以下、渡邊さん)** おばあちゃんが正式に認知症と診断されたのは最近です。以前から同じことを繰り返すことが何回もありました。私を入れて孫5人がおばあちゃんの家近くに住んでいますが、名前がごちゃごちゃになって、誰が誰だか分からなくなってしまっていることが度々ありました。そんなときは頭の中で「ん?」と思っていましたね。認知症といっても「重い病気」と捉えないでいましたね。でも、昨日もおばあちゃんの家に行って2人で留守番をしていたのですが、「昔はこんなじゃなかったのに」といった同じような話を7～

## ズバリ ここを教えてください！



**小池まいさん**(こいけ・まい)

- 静岡県富士宮市在住、14歳
- 中学生
- 父、母の3人で暮らし
- 同居していた認知症の祖母は施設入所後、2022年夏に逝去



**渡邊邦匡さん**(わたなべ・くにただ)

- 静岡県富士市在住、18歳
- 高校生
- 父、母、姉、兄の5人で暮らし
- 自宅から3分ほどのところに認知症の祖母が暮らす

**Q** 祖母が認知症と気づききっかけは？

**A** 自分では気づきませんでした  
同じことを何度も繰り返して聞いてくるので、不思議でした  
小学校高学年のころ、お母さんが教えてくれました

**A** 近くに住む祖母が1年ほど前、同じことを何度も話すようになりました

**Q** 祖母が認知症かもしれないと思ったときの受け止めは？

**A** お母さんに「認知症の人は同じことを何回も聞いてくるんだよ」と教えてもらってから、逆にそれを意識するようになってしまいました

**A** マイナスな感情はなく、素直に受け入れました

**Q** 認知症の祖母との関わりは？

**A** 小学生のころは夜、おばあちゃんの部屋に行き、テレビを見たり遊んだりしていました

**A** 部活動を引退したので、1~2週間に1~2回の割合で訪ねるようになりました

**Q** みんなに伝えたいこと

**A** 私みたいに、認知症の人と楽しく会話ができるようになってほしい

**A** 仕事や学校を休むなどの理解があってほしい

\*情報は2023年2月の取材時点

8回聞かされると、僕は18歳なので嫌とは思わないですが、少し息苦しさも感じました。

——認知症と分かってから、家族でどのようなことを話しましたか？

**小池さん** お母さんには「楽しんで話をしてあげて」といわれました。例えば、同じことを何回も尋ねられたときに、クイズ形式で返していました。部活動の剣道で初段を取ったとき、おばあちゃんがどうしても五段というので、私は「今、自分は何段でしょう？ ①八段、②初段、③二段」みたいな感じで。笑ってくれるとうれしかったです。

——おばあちゃんの部屋でテレビを一緒に見ていたそうですね。

**小池さん** 私が認知症と気づく前だったので、まだ気にならずに一緒にテレビを見たり一緒に眠ったりしていました。

——認知症と気づく前？

**小池さん** 私が生まれたときには発症をしていました。私が認知症だと気づいたとき、おばあちゃんのことを嫌いになっちゃいました。

## 決して否定的な口調で話さないように 元気なときと変わらずに接していくことから

——渡邊さんのおばあちゃんは同居ではなく、3分ぐらいのところに住んでいるそうですね。昨年夏に高校の野球部を引退するまで忙しい日々を過ごしてきたと思いますが、今は以前より会う機会が増えましたか？

**渡邊さん** ちょくちょく会いに行っています。元気なときに比べると、活力がないというか、しょんぼりしているように感じます。

——おばあちゃんと会うときに心がけていることはありますか？

**渡邊さん** 口調ですね。「さっきも聞いた！」みたいな口調で返してしまうと、おばあちゃんも「なんで怒られているんだろう？」みたいになってしまうので、優しい口調で話すように心掛けています。「うん、うん」とうなずきながら聞いてあげて、決して否定的な口調で話さないようにしています。

——認知症のおばあちゃんへの向き合い方を家族で話したことはありましたか？

**渡邊さん** 特別な話し合いはしていません。いつも通り、普段通りに接しています。そこで困ったことがあったら、お父さんやお母さんを読んでみたい感覚での家族間のルールのようなものはありますが……。基本的には元気なときと変わらないで接していくということだと思います。

## 会話がかみ合わないからとあきらめない 会話をクイズ風に変換して楽しむ工夫

——小池さんが中学生になると、おばあちゃんは介護老人保健施設(注1)に入所されたそうですね。施設に入所された後、おばあちゃんと疎遠になってしまうことはありませんでしたか？

(注1) 要介護者の心身の機能回復を図り、居宅による生活を営むことができるように支援する、介護保険法で定められた施設。介護、機能訓練、医療、日常生活の世話を提供する。

**小池さん** ガラス越しに電話で会話をする面会です。15分ほどですが、中学校に入学したときは制服を着て、剣道部に入部したときは剣道着を着て行きました。制服を着ていても剣道着を着ていても私だと分かってくれますが、なぜか小学4年生や5年生の私でストップしているんですよ。「まいちゃん、今、小学4年生でしょう？」って。

——そういうときは、どう答えるのですか？

**小池さん** 「今、何年生でしょう？」ってクイズに変えて、会話を楽しむようにしていました。自宅で過ごしていたときはそう思いませんでしたが、施設に入所してなかなか会えなくなると、寂しさを感じました。

## 「嫌い」「話すのが面倒」という感情 でも会えなくなってから分かる寂しさ

**工藤公康さん(以降、工藤さん)** 小池さんは、おばあちゃん子だったの？

**小池さん** 両親の帰宅が午後6時ぐらいなので、学校から帰ってきたあとはおばあちゃんと一緒に遊んでいました。優しく、怒ることがないおばあちゃんという印象でしたが、乾いていない洗濯物を取り込



ますし、僕も「千葉に行くよ」みたいに答えていました。そういうことも嫌がらないことが大事なのかなと思っているので……。

**工藤さん** 偉いね。何回も同じ話をするってね。

**渡邊さん** 疲れちゃいますけどね。

**工藤さん** 僕のおばあちゃんはもういませんが、妻の母で子どもたちにとってはおばあちゃんが同じマンションに住んでいるんですよ。僕は結婚してからだけど、いろいろしてもらえばもうほどう思いが募りますよね。すごく大事にしてあげたいなって思うよね。それが2人から伝わってくるのがすごくうれしく思います。

## 子どもなりにどう接していいかわからない 認知症と共生する社会を学ぶ機会あっていい

——学生生活をしている中で、認知症の家族がいない同級生が認知症について学ぶ機会がありますか？

**小池さん** SDGs(持続可能な開発目標)とかは勉強しますが、高齢社会や認知症に関係するテーマを学ぶ機会はないですね。私は、おばあちゃんが76歳のときに生まれた孫です。同級生のおばあちゃんやおじいちゃんももっと若いので、認知症についてよくわからないという同級生も多いと思います。認知症と共生する社会について、学校で学ぶ機会があったらいいです。

——なぜ若い世代も認知症のことを知っておいた方がいいと思うのですか？

**小池さん** 急に「おばあちゃんが認知症になっちゃった」「おじいちゃんは認知症なんだよ」といわれても、子どもは子どもなりにどう



施設に入所した祖母と面会する小池まいさん  
2021年春撮影

んじやったり、食器も洗剤を使わないで水洗いだけだったりといった、冷静に振り返れば「えっ？」と思うこともありました。

**工藤さん** おばあちゃんが認知症と知ったとき、嫌いになってしまったという話があったけど、今はどうですか？

**小池さん** 2022年夏に亡くなってしまったので、今はさみしい気持ちです。中学生になると「嫌い」という感情はなくなりましたが、ただ話すのが面倒だになって思い始めていました。勉強もしたいし、やりたいことがあるので話しかけてもらいたくないと思ったことがありました。でもいなくなってしまうと寂しいです。一緒に過ごしていたころは、会話が思うようにできなくても、おばあちゃんが寝ていても、おばあちゃんの部屋で勉強していましたので……。

## 話を理解しているか理解していないかわからない 嫌がらないことから始まるコミュニケーション

——渡邊さんは野球のリトルリーグやシニアリーグで全国大会にも出場していますよね。おばあちゃんは応援してくれていましたか？

**渡邊さん** まだ認知症を発症していなかったのが、僕が「見に来て」といえば試合に来てくれたし、元気なおばあちゃんでした。

**工藤さん** 野球の話とか試合の話はするの？

**渡邊さん** 話をしますが理解できているかは分かりません。昨日も僕が4月から千葉県内の大学に入学して野球を続けることを説明しました。2～3分もするとおばあちゃんは「どこに行くの？」と聞き返してき



高校の野球部のユニフォームを着て祖母と記念写真を撮る渡邊邦匡さん  
2023年3月撮影



接すればいいか考えるけど分からないことがいっぱいあるんです。今のうちに学んでおいた方が悩まずに楽しく会話ができるのかなと思います。

## 一緒に考えていくことからスタートしよう 知らなくて怖いなら知る努力を始めればいい

—渡邊さんは、認知症についてどのように知識を得ていったのですか？

**渡邊さん** テレビ番組を家族で見て、ぼんやり聞いて理解している程度でした。同年代はだいたい同じ感じだと思います。

—工藤さんは、小池さんや渡邊さんと同じ中高生のころ、認知症

についてどれくらい知識がありましたか？

**工藤さん** 全然ないですよ。

—今、知らないということは特別なことじゃないということですね。

**工藤さん** 今日、お話を聞かせてもらっているのも、認知症の人たちと共に生活していく社会ってどういうことなのか、僕なりに自分事化して一緒に考えていくため。だから、認知症のことを知っているか、知らないかじゃなくて、一緒に考えていくことこそ大事だと思いました。知らないってすごく怖いことだと思う人もいるでしょう。だから知っていたほうがいいよね、準備していたほうがいいよね、と少しずつ変わっていけばいいと思う。そのためには小池さんや渡邊さんのように、認知症であっても認知症でなくてもコミュニケーションをとり続けることって大切だよ。

### みんなに始めてほしい

#### アクション!

##### 接し方を変えることで見方が変わってきます

認知症は面白いと思います。自分が実際に体験したことですけど、自分が接し方を変えることで認知症の人たちの見方が変わってくると思うので、カメレオンみたいでとても面白いと思います。



小池さん

##### 認知症だからと偏見や差別をしないで



渡邊さん

偏見を持ったり、差別をしたりするようなことはしないでほしいです。認知症だから重い病気と捉えず、今まで通り関係を変えことなく楽しく過ごせばいいと思います。

### 工藤公康さんのみんなと始める

#### アクション!

##### 優しい気持ちで コミュニケーションを続けよう

自分たちが常に優しい気持ちでいれば、何をいわれなくても、同じことをいわれなくても、「怒られちゃった」とか「あまり話しちゃいけないのかな」という感情を抱くことがなくなるんじゃないかな。まずは家族での会話の中から一つずつ学んでいけばいいし、中学生、高校生と少しずつ知っていけばいいし、向き合っていけばいいと思う。こういう考えでみんなが暮らしている社会に向かってみんなでアクションを始めましょう。



\*この記事はインタビューをもとに再構成しました。

## ● information ●

### 私たちにできることは？

#### 認知症サポーターになる!

認知症に対する正しい知識と理解を持ち、地域で認知症の人やその家族に対してできる範囲で手助けする人のことです。

### どこで学ぶ？

#### 認知症サポーター養成講座を受けよう!

地域や職団体等で、住民講座、ミニ学習会として開催しています。在住・在勤・在学の自治体事務局へお問い合わせください。

### 何ができる？

#### ①認知症サポーターになったら!

見守りや傾聴、認知症カフェを企画・参加するなど、地域の特性やニーズに応じた活動をしています。近所に気になる人がいればさりげなく見守る、認知症になっても友人づきあいを続けていく、認知症の人と暮らす家族の話し相手になることなどもできる活動です。

#### ②チームオレンジに加わったら!

認知症サポーターがチームを組み、認知症の人や家族に対する生活面の早期からの支援等を行う取り組みです。

### ■詳しい情報を知りたい!

(このコーナーの情報は、下記から引用、一部改変しました)

#### 厚生労働省HP 認知症サポーター



<https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000089508.html>



#### ①認知症サポーターキャラバン



<https://www.caravanmate.com/>



#### ②チームオレンジ

<https://www.caravanmate.com/team-orange.html>



インタビュー動画は下記のURLまたは二次元コードから厚生労働省YouTubeチャンネルからお進みください

[https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/ninchi\\_hukyukeihatsu.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/ninchi_hukyukeihatsu.html)



「工藤公康さんと認知症と共生する社会を考える みんなでアクション!」のインタビュー記事「本人・地域編」「ミドル世代編」「ヤング世代編」は、下記のURLまたは二次元コードから厚生労働省のHPにお進みください

[https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/ninchi\\_hukyukeihatsu.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/ninchi_hukyukeihatsu.html)

