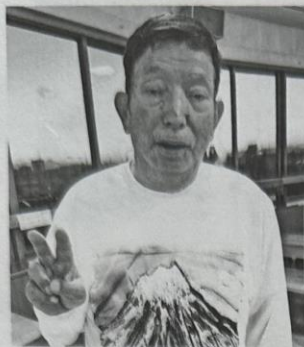


本人登場

私らしく
仲間とともに
No. 211

埼玉県支部 ^{さとう まさひこ} 佐藤 雅彦さん (69歳)



佐藤さんは、2014年、当事者代表として日本認知症本人ワーキンググループの立ち上げに関わりました。同時期に「認知症の私からあなたへ」を出版し、日本医学ジャーナリスト協会出版部門優秀賞を受賞しました。早くより実名を公表し、各地での講演、つどいをはじめ多面的に活躍するとともに、ホームページからも広く発信しています。佐藤さんからいただいた原稿とホームページをもとに紹介します。(編集委員 松本律子)

● 51歳で診断～聖書の言葉で立ち直る

中学の数学教師を経てシステムエンジニアとして働いていた45歳の時、異変に気づきました。業務変更で勤務を続けていましたが、いよいよ困難となり、51歳の時、アルツハイマー病と診断されました。ショックで頭の中が真っ白。地獄の生活を送りましたが、旧約聖書イザヤ書「わたしの目には、あなたは高価で尊い。わたしはあなたを愛している」取るに足らない私を、神様が、高価で尊いと言って下さったので、その言葉で立ち直ることができました。

● 認知症であっても不便であるが不幸ではない～IT機能を活用

以来、「認知症になっても、不便ではあるけれど不幸ではありません」を合言葉に、認知症の体験談を全国で講演して歩いています。当初は、本を読めば読むほど絶望的な「負の情報」ばかりでしたが、元々得意のパソコンを駆使して、日々の暮らしの失敗や不便を記録して補いました。パソコンが難しくなると、iPhoneの最新機種 iPhone ProMax を使って、「記憶にないけど記録に残る」と工夫して、いろんなことができます。また、iPhoneのリマインド機能を



Tシャツにプリントする絵を作成中

使って、Apple Watch にその日の予定を表示することができます。

● マンション生活からケアハウスへ～でも、一人暮らしを継続

ある時期、マンション生活に困難を感じ、ケアハウスへ入居しました。現在69歳で、診断されてから18年になりますが、元気に一人暮らしをして頑張っています。

今も iPad、iPhone、Apple Watch、スマートスピーカーアレクサを使って豊かな生活を送っています。講演などで出かけるときも、大いに活用しています。絵画や写真も取り組み、個展を開くのが夢です。

● 自分の能力を信じて生きる～認知症への差別・偏見をなくしたい!

私は、認知症になってからの自分が好きです。生きることに積極的になりました。できないことを嘆くのではなく、できることに感謝して生きたいと思っています。世の中はなるようにしかならないので、取り越し苦労はせずに、将来は明るいと思えて楽天的に暮らしています。

私の使命は、認知症への誤解や偏見をなくすることです。それは、私が一人暮らしをして、認知症でも充実した生活が送れることを身をもって示すことです。

自分の能力を信じて、自己肯定感を持って生きていきます。

佐藤雅彦、プロフィール

1954年岐阜県海津市6人兄弟の次男として生まれる。

1977年名城大学理工学部数学科を卒業。 ホームページ www.sato-Masahiko.com

大学卒業後、中学の数学の教師を経て、システムエンジニアとして勤務。

39歳の時クリスチャンとなる。

2005年、51歳の時、アルツハイマー病と診断される

2007年認知症の体験を語る全国講演活動を始める、

2014年、60歳の時、認知症の全国組織日本認知症ワーキンググループを立ち上げ共同代表に就任