静岡県立田方農業高等学校ライフデザイン科セラピーコース

❤ 認知症マフってなに？ ❤

イギリスの病院や高齢者施設で使われているもので、「認知症マフ」は毛糸で編まれたカラフルな筒状のニット製品のことです。
これらは「Twiddle Muff」といわれ、内側にはリボンやボタンなどのアクセサリーが縫い付けられています。Twiddleとは「（手で）いじる」という意味で、認知症の人がアクセサリーを触わることで安心感が得られます。日本では少しずつですが認知されるようになって来ています。

❤ 認知症マフの期待できる効果 ❤

不安やストレスのある人の落ち着かない手を温かく包み込み、心地よい触覚や視覚による刺激が得られます。

マフは暖かい色、柔らかい手触りによる心地よい癒しの効果から心と体の緊張を解きほぐし、安心感が得られ、周囲の人とのコミュニケーションのきっかけにもなります。

マフを継続して活用するとお気に入りのタオルケットのような愛着を持つようになり、外出や受診、入院時などに持参すると場所が変わってもなじみのものが身近にあることで癒し効果にもなると考えられます。

掴んだ物をなかなか離さない人には、あらかじめマフを持って頂くと、とても介助がスムーズに行えます。(例：ベッド柵を離さない人など)

❤ マフってどうやって使うの？ ❤

マフは筒の両方から手を通して、毛糸の表面やアクセサリー、筒の中の毛糸やマスコットなどを触って、その感触を楽しみます。また、マフを通してコミュニケーションも活発になります。

❤ マフの値段は ❤

一部認知症マフを販売していますが、私たちの認知症マフは寄付された毛糸を材料にしてボランティアの方と一緒に作っているので無料です。より安心、安全なものを作るように心がけています。

認知症マフを知ってもらうための 私たちの3つのアクション

Action1 発表する

高校生学術フォーラムや福祉大会で発表しました。
県内農業高校プロジェクト発表では優秀賞をいただきました。

Action2 展示する

函南町にある道の駅、三島、伊豆の国市で開催された講演会のロビーにてマフを展示、来客の方に説明をさせて頂きました。

Action3 発信する

三島市と伊豆市のローカルラジオに出演。
マフについてお話をさせて頂きました。

私たちのチカラで繋げる広げる認知症マフの輪

作り手：認知症カフェの運営をしているボランティアグループ「行くべ～」さんに認知症マフの本体を製作、私たちはマフにつけるマスコット作りと本体への取付を行い、あわせて認知症マフを広く知ってもらうために広報活動を行います。
使い手：認知症マフを使う方への提供は伊豆の国市の地域包括支援センターをとおして順天堂静岡病院、NTT東日本病院や在宅の認知症の方へ提供されます。

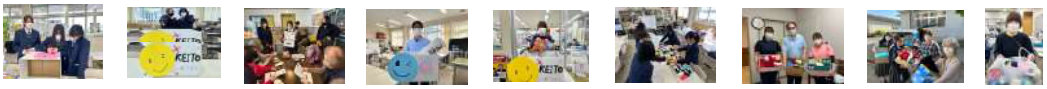
認知症マフ　製作・普及チーム 「　チーム　そわん　」の活動

「そわん」の意味：Soinとはフランス語で介護、お世話する

定期的に対面のミーティングを開催して、それぞれの活動報告をします。

「ワイワイ、ガヤガヤ」　楽しみながら、一緒に本体へマスコットの取付け完成させる円滑な流れができました。

認知症マフを使用する方が増加してきました。またイベント会場での展示や説明をきっかけに沼津や御殿場、三島などの近隣地域から勉強会に参加する方も増えました。



打ち合わせ会でマフの材料である毛糸が足りなくなっていることが課題になり、毛糸を確保するために「KEITOいれて箱」による毛糸集めを始めました。

【認知症マフの活用事例】 ～看護師さんや包括支援センターからのフィードバックより～

病院：マフ使用2事例：女性1名・男性1名　2人の方とも身体拘束が行われていたが、マフを使用後身体拘束解除に至った。
介護：①**女性**　78歳要介護１　気持ちが落ち着かない。亡くなったワンちゃんのマスコットをつけたマフを渡す。
反応：もともと物を丁寧に扱う方で、毎日使っているわけではない。定位置としてテディベアの隣に大切に置いてある。訪問した看護師が一緒にマフを用いてワンちゃんの思い出話をしながら、コミュニケーションツールとして活用している。「誰かが作って下さったの、これ。メグちゃん（ワンちゃん）そっくり」と毎回お話される。
②**男性**　要介護４　頭に手術痕があり、そこを手でよくいじることがある。また日頃から手が落ち着かず、机周りをよく触り手持ち無沙汰がある
反応：４月時点本人「かわいいんだよ。この目がかわいいの」「黄色が好きなんだよ。」家族「ショートステイから持って帰ってきてから毎日使っている。『かわいい』って言って顔を寄せてみたり、『マフちゃん』って呼んでいる。
原色（黄色、青、赤）が好き、釣りが好きとのことで２つ目をオーダーした。

【広がる認知症マフの輪】 ～いろいろな方と認知症マフをとおして知り合い、繋がりを持ち地域の輪ができました！～

【持続可能なボランティア活動をめざして】 ～一過性の認知症マフの製作、普及活動にしない～

認知症カフェや認知症マフ作りや普及活動が私たちで途切れないように１、２年生に活動の魅力を伝えて、この活動を引き継いでもらうように働きかけていきます！

Instagramを使って情報発信

「認知症カフェ」や「認知症マフ」、ボランティア活動や普段の学習について積極的に情報発信中！！