つくってみよう〝認知症マフ〟

新婦人神奈川・金沢支部

本紙2024年11月16日号のホットラインで掲載した神奈川・金沢支部「認知症マフ」。読者からの「作ってみたい」の声にこたえて、作り方を紹介します。

本体を棒針編みで作り、お手玉などをつけた（金沢支部提供）

「認知症マフ」は、認知症の人の落ち着かない手を穏やかに温かく保ち、触覚や視覚を用いたケアで心身の緊張を解きほぐすニット製品です。筒状で両端から手を入れられるデザインで、柔らかくカラフルなのが特徴です。筒の中や外に、握って安心できるようなアクセサリーを固定します。かぎ針編みを紹介しますが、棒針編みや指編みなど、自分の得意な編み方でどうぞ。

【材料・道具】

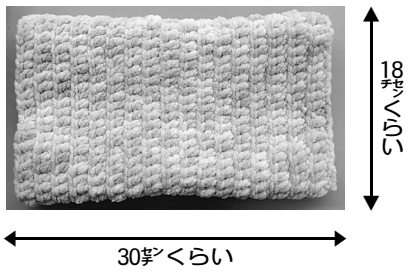
・かぎ針（８～10号）
・毛糸（並太から極太）
・アクセサリー（毛糸で編んだもの、服のボタン、リボン、あみぐるみなど）
・針と糸（アクセサリー縫いつけ用）

アクセサリーは市販のものでもOK

【作り方】

1.本体を編む

①毛糸によって網目の長さが異なるので、鎖編みを36㌢くらいになるまで編む。糸端は５㌢くらい残す。
②立ち上がりの鎖を３目編み、長編みを１段編んだら、立ち上がりの鎖の頭と最後の目を、引き抜き編みでつないで輪にする。①の糸端を１段目の足とつなぐ。
③２段目の立ち上がりの鎖を３目編み、長編みをし、30㌢くらいになるまで編む。
④最後の段の最後の目を引き抜き編みしたら、糸を切って目から抜き、裏側で始末する。



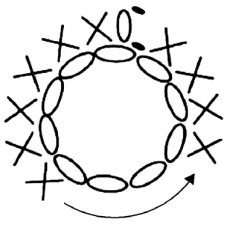
2.アクセサリーをつくる

■ネジネジ

作りたい長さの鎖を編み、半目を拾って細編み１目、細編み３目編み入れる、を繰り返す。

■かんたんドーナツ

①作りたい大きさの鎖編みをつくり、引き抜き編みでつないで輪にする。
②立ち上がり１目で細編みで鎖の輪を編みくるみ、最初の目に引き抜き編みでつなぐ。
③好みの大きさになるまで②をくりかえす。



3.本体の内側、外側に、アクセサリーをつける

アクセサリーはマフの本体からとれないようにしっかり縫いつける。使用する人がわかる場合は、本人の希望や好みにあわせて作成してみましょう。

安全な作成ポイント

・毛糸は、肌触りのよいもので並太以上。色は明るい色、またはコントラストがはっきりする配色で。
・本体の筒幅は18㌢以下に編む（マフを頭に被る事故を防ぐ）。
・本体は固めに編む（網目に指を入れて抜けなくなる事故を防ぐ）。
・アクセサリーは、皮膚を傷つけるような尖（とが）った素材は避け、しっかり固定する。

◆認知症マフとは　認知症の人が手を入れて触れることで気持ちを落ち着かせたり、コミュニケーションツールとして利用したりできる防寒具。イギリスでは病院や高齢者施設で認知症のケアに活用されている。本人にゆかりのあるものや、好きなものなどを飾ることで、愛着を持ちやすくなる。日本でも普及の動きがあり、「編むことで作る側もリラックスする」と、マフ作りが広がりつつある。

聞き書き

母の歴史

3034

宮崎県　上西祐子（かみにし）さんのお話（4）

祖母に育てられ…

母が亡くなった時、父はアメリカ軍船の仕事はすでに辞めており、次の船乗りの仕事を求めて家を出て行ったため、私たちは宮崎県三股町（みまたちょう）の父の実家で、祖母に育てられました。祖母は、少ない収入で息子と3人の孫を育てなくてはならなかったので、大変な苦労だったと思います。

父からの仕送りはしばらく途絶えましたが、2年ほどした頃に安定した仕事が見つかったと、戻って来ました。さらに父はその頃、見合い話を持ちかけられ、その相手と再婚することとなりました。

1954年4月、私が中学2年生の時に、私たち家族は父の会社がある福岡・北九州市に転居し、私は若松市立第四中学校に転校することとなりました。この学校で出会った2年、3年時の担任の先生から、私は大きく影響を受けました。

中学時代の恩師と。50年ぶりに同窓会で再会（2004年）

先生はよくロシア民謡や映画の話、小説の話などをしてくださいました。私は『二十四の瞳』や『あすなろ物語』『人間の條件』などの本を先生から借りて読み、感銘を受けました。戦争はいけないこと、差別をしてはいけないなど、私の基礎を作ってくれたのは、この先生だと信じています。

1956年、私は福岡県立若松高校に入学。当時、日本は貧しく、高校に行ける人はクラスの半分くらいでした。成績が良かったのに、家庭の事情で進学をあきらめた級友の無念さを思うと、今でも胸が痛みます。

つづく

女性のひろば
2月号発売中
ただちに生かそう！
国連・女性差別撤廃委員会「勧告」
総論／選択的夫婦別姓／沖縄／リプロ／農村女性／選択議定書
声を上げる女性たちとともに　倉林明子
被災地はいま
能登半島地震1年　川上由美・倉田幸子
阪神・淡路大震災30年　きだ結
おとなの絵日記　飯沼勇次郎
おなかがすいたハラペコだ。　椎名誠
翔子の書　金澤翔子　文・金澤泰子
おしゃれは私の特効薬　花本幸枝
日本共産党中央委員会出版局 ☎03-3470-9636
〒151-8586　東京都渋谷区千駄ヶ谷4-26-7
定価316円(税込)

オンライン
次世代全国ミニ交流
Vol.32

2月14日(金)　20時～21時
参加にあたって
・新婦人しんぶん２月１日号、２月８日号をご用意ください。
・全体会のあとグループに分かれて「新婦人しんぶん」を一緒に読みます。聞くだけでもOK！
お問い合わせ
各支部または都道府県本部へ

オンライン企画のご案内
あらゆるハラスメントと女性や性マイノリティ差別の根絶へ
日時：2月5日(水)
14時～15時30分
講演「ILO第190号条約とハラスメントの法規制」
角田由紀子　弁護士
●Zoomミーティング
ID　831 0279 0338
パスコード　538652
主催：全国労働組合総連合

戦後80年　軍拡・改憲を許さず
平和な世界と日本へ「建国記念の日」反対
2025年2・11集会
日時：2月11日(火・祝)
13時30分開会
講演「沖縄戦から出撃基地・沖縄へ」
林　博史（関東学院大学名誉教授）
●参加費700円／Zoom参加希望は
２月５日までに、件名に「2・11参加」、本文に住所、氏名を書いて、
jimukyoku3@kenpoukaigi.gr.jp へ
主催：「建国記念の日」に反対し思想・信教の自由を守る連絡会