

地域医療を育てる会 情報紙

クローバー

CLOVER



発行 代表 NPO法人地域医療を育てる会
藤本晴枝
http://iryousodateru.com/
第66号 平成26年7月5日発行
東金市東金1142 「東金の家」内
TEL: 090-7634-7175

「認知症になっても、 住み慣れた場所で安心して暮らせます」

認知症にはできればなりたくない、そう思います。そのような中、「『治さなくてよい』認知症治療」というタイトルで、東金市社会福祉協議会とNPO法人地域医療を育てる会の共催で、くらしの講演会を開催しました。前号では講師の上田諭先生のお話をお伝えしました。今号では、認知症の方の生活を支えるための方法について3名のパネリストの方のご発表をお伝えします。

介護をしている 家族の立場から

井上瑞穂さんは、平成21年に退職をされ、義理のお母様の介護を始めました。介護の知識を得るために千葉厚生大学福祉科に入塾し、認知症家族の交流会である「穂垂るの会」に入会。現在は同会の代表者でいらっしゃいます。

(井上さん)義母の介護をするにあたり「もし、自分が介護をされる立場なら、どうしてもらったらうれしか」を考えてきました。義母は寝たきりで天井を見ている時間が長いので、天井に紙で作った花やモールを飾ったり、絵や義父の写真を貼ったりしました。お見舞いに来られた方が「まるで保育園だね」と言うほど、見ているだけで楽しい空間を作りました。

入院していた時に「退院後は経口栄養剤だけで十分ですよ」と言われたのですが、入院中は本人が便秘に悩まされていました。そこで、自宅に戻ってからは、ペーストと一緒に食べさせるようにしました。市販のものは高価なので、ホウ

レンソウ、かぼちゃ、シーチキンなどを入れたおかゆを作り、それをミキサーにかけてペースト状にしたものを作ります。それを大量に作って小分けして、冷凍庫に保存します。必要な量だけ解凍して、経口栄養剤と一緒に食べさせます。介護はできるだけ経済的な方法を工夫し、介護者自身がリフレッシュする時間を取るためにも手間を省けるところは省くことが必要です。ペーストを食べるようになってから、便秘も解消し、訪問看護さんのおかげもあって褥瘡もきれいになりました。

穂垂るの会に入会する前は、自分の義母が一番重症だろうと思っていました。入会してみると様々な症状の方がいて、自分と義母のことを冷静に見ることができるようになりました。在宅介護では通り一遍の方法に加えて、それぞれの事情に合わせるための知恵が必要になります。いろいろな話を聴くことで、参考になることもありますので、介護をしている方にはぜひ気軽に参加してほしいと思います(コラム1)。また、介護は家族だけで抱えようと介

護者がつぶれてしましますので、抱え込まないでいろいろなサービスをすることも大切です。



井上瑞穂さん

施設の立場から

黒田和成さんは、平成22年からNPO法人ちば地域生活支援舎に入社、23年6月に五根(ごこん)の家立ち上げと同時にケアマネージャーとして配属されました。24年2月から現在に至るまで、管理者としてお仕事をされています。

(黒田さん)私たちは「本人の思いや願いを受け止め、生きる力を地域で支える」を理念に、地域の中の暮らしにずっとこだわって支援をしてきました。五根の家で



黒田和成さん

は、一つの屋根の下で二つの事業を行っています。それぞれの事業で、どのようにご本人の暮らしを支えているかをご紹介します。

①グループホーム(認知症対応型共同生活介護事業所)：自宅から完全に引越して、五根の家に移り住む形。「介護付き共同アパート」のようなものです(津東金市在住にて介護保険で要介護1/5の認定を受けており、かつ医師による認知症の診断をうけている方)。こちらに暮らすMさんは、入所する前は自宅近くのコンビニによく通っていました。五根の家の近くにも同じ系列のコンビニがある

るので、ある日Mさんをお連れし買
い物に行きました。コロツケを
買って五根の家に戻り、皆で食べ
たのですが「なんかいつもの味
が違う」とおっしゃいます。「昔か
らなじんでいるお店に行って、な
じみの店員さんのいる所でコロツ
ケを買ってくるのが大切なの
だ」と気づいたスタッフが、Mさん
のご自宅の近くのコンビニにお連
れしたところ、店長さんたちに声
をかけていただき、楽しく買い物
ができました。その時に買って
帰ったコロツケの味にMさんも大
満足でした。以来、病院の外來に
行った後などにこのコンビニに立
ち寄って買い物をしています。

②小規模多機能ホーム(小規模多
機能型居宅介護)：ご本人が五根
の家に通ったり、泊まったり、必要
に応じてスタッフがご本人のお宅
に手伝いに行ったりするサービス
です(東金市在住にて介護保険で
要支援1、2、要介護1、5の認
定を受けている方。認知症の有無
は問いません)。自宅にお住いのT
さんは、近所とのつながりが深く、
自宅に近所の人を招いてお茶を飲
んだりすることが大好きです。し
かし、午後から夕方にかけて近所
の人たちが一番忙しい時間帯にT
さんが不安なことを繰り返し訴え
に行くようになって、近所の人た
ちも対応に苦慮していました。そ
こで近所の方との話し合いを重
ね、Tさんとご近所のお付き合い
も続けることができるような方法
を考えました。Tさんは、以下のよ
うなタイムスケジュールで過ごさ
れています。朝：五根の家のス
タッフが自宅に訪問、朝食の準備
と身の回りのお世話。午後2時ご
ろまでは、自宅で人を招いたり近
所の人たちと交流したりして過ご

す。午後2時ごろから夕方まで、五
根の家にいき、夕食を食べて帰宅。
ご自宅で何かあったときには、ご
近所から電話が入るようになって
います。

介護や支援でお悩みのことがあ
りましたら、専門スタッフがご相
談に乗ったり、様々な窓口をご紹
介したりできますので、お声をか
けてください(コラム2)。

介護資格取得を進める NPO活動から



金子進さん

金子進さんは、62歳に退職さ
れ、ヘルパー2級資格を取得され
ました。以来、5年間様々な形の
介護現場を経験、3年前より介護
認定調査員となりました。昨年
NPO法人・介護資格取得推進会
を立ち上げ、同時に介護職員初任
者研修の指定事業者の指定を受
け、長柄町で介護職員初任者研修
を開講なさっています。

一緒に食事をするとき、先に席に
ついていたAさんが、私が座る席
のランチョンマットにご自分の
おかずを置いていきます。ご本人は
食べません。このような時、職員
は「そんなところにおいては大
め」「早く食べてください」と言う
ことが多いのですが、Aさんから
すると、私のことを待っていてく
ださっているわけです。そして、
私には食べるものがないので、ご
自分の食べ物をつけてくださっ
ている。このことがわかれば、「私
にくれるのですか、ありがとうご
ざいます」「待っていてくれたの
ですね。お待たせしました」とい
った言葉が出ます。ご本人の気
持ちになることが大切です。

また、自分が介護を受ける辛さ
を軽減する工夫も必要です。その
一例として、元気なうちにしてお
きたいことがあります。それは、
「自分がこうなったときにはこう
いうことをしたい」と考えておく
ことです。目が見えなくなつた
ら、耳が聞こえなくなつたら、認
知症になったら、自分はどうなこ
とをして楽しみたいのか、生活の
張り合いはなんだろうか、と考え
ておくことです。そしてそれを書
いておく。そうすることで、周囲
の方が介護しやすくなります。

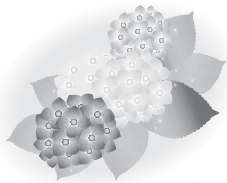
また、介護資格取得のための研
修を受けることで、介護を受ける
側になつてもつらさを軽減でき
ますし、家族や地域の中で役に立
つことができます。介護職は定年
後から学んで働ける資格でもあ
ります。私は、より多くの人に介
護資格を取得してもらうために
NPO法人を立ち上げました。通
常の3分の2から半分くらいの方
料金で介護職員初任者研修(旧へ
ルパー2級)を行っています。研
修を受けながら、長く連絡しあえ



話し合いをするパネリストの皆さん

る仲間づくりもできますので、興
味のある方は是非ご参加くださ
い(コラム3)。

この後会場からの質疑応答が
あり、紙面の都合上ご紹介できな
いのが残念なほどの内容でした。
最後に、講師の上田諭先生(日本
医科大学付属病院精神神経科医)
から「お三方のお話を聴いて、認
知症の対応は介護のほうが進ん
でいるなあと思いました。医師
は、薬を出して患者さんを治すと
いう従来の医療モデルを認知症
の方にも適用しようとしている
が、役に立っていないことがかな
りあるのではないのでしょうか。ご
本人の気持ちを大切にすることに
が不可欠なので、医療の立場から
少しでも改善していきたいです」
というコメントをいただきました。



(藤本晴枝)

コラム1

認知症家族交流会
「穂垂るの会」
日時 毎月第2木曜日
13:30~15:30
場所 東金市ふれあいセンター
参加費 200円
問い合わせ
井上 0475(58)3242
渡邊 0475(52)5310

コラム2

五根の家 〒283-0811
東金市台方1035
電話 0475(50)2557
FAX 0475(50)2558
メール
chi-gocon@gaea.ocn.ne.jp

コラム3

金子進氏著書(クローバー読者特別価格)
①「62歳からの介護職」 600円+送料160円
②「介護みんなで宝探し」 500円+送料160円
著書、介護職員初任者研修に関する問い合わせ先
NPO法人介護資格取得推進会
市原市ちはら台南5-26-6
電話 0436(52)2796