

いざという時 困らないために



高齢者の居場所づくり 訪問編

その15 ふれあい広場「東家」(福山市幕山台)

幕山東自治会ボランティアの会が運営する東家。毎週水・土曜の2回、幕山学区集会所で開催しています。水曜は百歳体操、土曜は茶話会で、毎月第2土曜は食事を提供。バラエティーに富んだ行事で参加者を飽きさせません。

お邪魔した12月の第2土曜は、ちょうど忘年会のビンゴゲームの真っ最中。高齢者はもちろん、子供や若い人などたくさんの人でにぎわっています。「やったー!ビンゴ!」。子供達の楽しそうな笑顔が飛び出し、大変な盛り上がりようです。

「東家」がスタートしたのは、2016年4月。ボランティアの会代表の萩谷(はぎのや)昭子さんを中心に、週1回の喫茶店風サロンとして始まりました。そのうちどんどん行事が増え、昨年からは週2回の開催に。「町内には日本鋼管(現JFE)に勤めて定年を迎えた人が多い。元気な今を、みんなで楽しんでいます」と萩谷さん。夏にはかき氷や、そうめん流しをしたり、集会所の室内にレーンを敷いてボーリングを楽しんだり。ボランティアの人も「みんなで集まるから楽しい。ここに来るようになって顔見知りが増えた」「勉強になることも多い。料理の作り方を教え合っ、レポートも増えました」と笑います。

高齢者だけでなく、さまざまな年齢層が集まるにぎやかなサロンですが、萩谷さんにはさらに望みがあるそう。「まずは後継者を育てることが使命だと思っている。それから、もっと町内会や老人会を巻き込みたい」。これからも、笑顔の輪はどんどん広がっていきそうです。



連載 第一七回

自分らしく暮らす 認知症と私

辰川会グループ
社会福祉法人さんよう理事長

辰川 和美 さん

京都市出身。広島大学教育学部心理学科卒。大学では学習や記憶のメカニズム・感覚とその認識のシステムなどを学ぶ。その後、医療施設の経営やデイサービス・特別養護老人ホームなど介護事業を運営。認知症の人の生活しづらさや、家族の不安・困惑に対する支援を続け、ライフワークとして取り組んでいる。

前回は、認知機能が低下すると注意が散漫になり尿意に気づくことに遅れたり、トイレと思った時に、ふと場所が分からなくなる場合の支援についてお話ししました。

トイレに入っても、動作が適切にできない障害「失行」のため、服の上げ下げに手間取り、下着や床を汚すことも。トイレトペーパーを使つてきちんと拭く、使った紙を便器に捨て水を流すなどの動作が難しいこともあります。

◆叱責や指示は厳禁です

大量の紙やパッドを流してトイレが詰まっても自分の行為と理解できない、トイレに座る位置が分からない、排泄物を紙に包んで持ち歩くな、思いがけないことも発生します。いずれも悪気はなく、失敗してはいけないと考えて一生懸命に行動した

結果ですから叱責は厳禁ですし、注意や指示を紙に書いて貼つても、効果はあまりありません。トイレに頻繁に行くこともあり、「さつき行つたばかりですよ」と言つても繰り返します。一晩に数十回という事例もあります。子供時代か



ことがあれば、その瞬間はトイレを忘れることができずから、一生懸命になれる時間や環境を作り出すことが大事です。

◆プラス思考で提案を

泌尿器の病気がないことを確認したら、排泄をあまり気にしなくてよい環境にします。周囲の人はトイレに行くことにとらわれ過ぎず「歩くのはリハビリ」と前向きに考え、双方のストレスを軽減したいものです。大人用おむつの開発には目を見張るものがありますから、早めに、上

手に利用し始めることも大切です。認知症を支援する際は「〇〇が出来ないから」ではなく、「もつと楽できるよ」「今は便利な時代で、皆そうしているよ」など前向きに提案しましょう。また、支援がうまくいかななくても、あきらめずいろいろな方法を試してみることです。

認知症の人も、一生懸命毎日を生きておられます。気持ちを傷付けないように、できることに注目し、前向きに捉え、周りの人が孤独になつたり、思いつめないようにして支援の輪を作っていきたいと思えます。

玄関先でお買い物。とっても便利な「移動スーパーとくし丸」です。

新鮮な食材を届けたい! 究極のセレクトショップ! 御用聞き、商品の注文もお気軽に!

あなたも移動スーパーとくし丸で「個人事業主」になってみませんか。少しでも興味のある方はお気軽にお問い合わせください。

ニチエーとくし丸担当: 中本(なかもと)まで
TEL: 080-2884-0986

NICHIE NICHIE 株式会社ニチエー本部: 福山市南松永町2丁目19番31号

介護する人 される人 両方の味方 助さん

おむつのズレ・失禁防止バンド

●広島ベンチャー2017年 銀賞 ●特許庁実用新案登録 第3209228号

おむつに巻いて、止めるだけ!!

ずれ防止 安全簡単 ロック付き

S・M・L・LLサイズ 各2,970円(税込)

株式会社シーエスピー 090-2865-3716(松井)