

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14 シルバーカフェ庵(福山市東手城町)

月・水・金曜の週3回、10時から15時まで開いているという「シルバーカフェ庵」。お邪魔してみると、大きな建物の中から元気な笑い声が響いてきました。

訪問した日は手芸の日で、集まったメンバーたちが楽しそうにカラフルな毛糸を編んでいます。「小学校で子供達にアクリルたわしの作り方を教えるので、その予行演習」なのだそう。「最初の糸は少し長めにするように教えんといけんね」「話してたら目の数がよう分からんようになったわ」「手より口のんが動きよる」。楽しそうに話しながらも、次々にかわいい作品を生みだしていきます。

もともと長浜学区町内会連合会会長の藤井哲雄さんが倉庫として使っていた建物を、町内の人が集まる場所として開放。みんなで改修を行いました。「冷蔵庫や食器棚から中にある食器まで全てもらい物」と藤井さん。こうして秘密基地のような庵がスタートしたのは2017年の7月のことです。以降「何かとみんなで集まりやすい場所ができた」と喜ばれているそう。毎月第1・3水曜の手芸以外に第3月曜には書道の教室、週3回は近くの公園でグラウンドゴルフも。夏には3世代でバーベキューをしたり、冬には材料を持ち寄って芋煮会をしたり。今年の秋は学区の運動会で優勝し祝勝会も開かれるなど、世代を超えた仲の良さが光ります。「年寄りも上から目線じゃなく、みんなでワイワイやってる。それがいいんじゃないかな」と藤井会長。

好きな人が集まって、好きなことをする。楽しそうな皆さんの笑顔が何より印象的でした。



排泄をめぐるトラブルを解消するには



連載 第一六回

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。

令和となって初めてのお正月ですね。新年早々に「お下」の話で恐縮ですが、今回は認知機能の低下によってもたらされる排泄の問題についてお話ししましょう。

家での介護を断念するきっかけの一つに排泄をめぐるトラブルがあります。根本的原因やその対応について理解が不十分な場合、プロの介護職でさえ負担に感じることもあります。もちろん、認知機



能に問題がない高齢者にとっても、頻尿、尿モレなど排泄に関する生活上のさまざまな問題がおこりますが、それなりの対応(医療処置やアドバース)によって解決することが可能です。

では、なぜ認知症の方の排尿の問題が周りを困惑させるのか考えてみましょう。排泄の失敗は家族や介護する人だけでなく、実は当事者においても受け入れがたい現実です。その結果、落ち込んだり、混乱したり、介護抵抗としてほかの場面で表現されたりもします。

記憶障害が強い場合は自分の失敗をすっかり忘れて、誰かがトイレを汚して不愉快に感じて関係のない人を責めてしまったり。覚えていても取り繕ったり、汚れた下着を隠してしまったりする場合があります。汚れた下着をたんのす

引き出しや押し入れからたくさん見つけ、ショックをうけるご家族は、稀なことではありません。

◆失敗の原因を知ろう

認知機能の低下に伴い、尿意が乏しくなることが始まりです。注意が散漫になり、尿意に気づくことが遅くなる場合もあります。尿意を感じてトイレに行こうとしても、場所や方角の感覚が鈍る「失見当識」のために、住み慣れた自宅にいても「あれ?トイレはどこ?」と、一瞬戸惑う時間があり、その結果間に合わ

ずに下着を濡らしてしまう結果になります。

◆有効な声掛けとは

この段階の適切な支援方法は、周囲の人が早めにトイレ誘導することです。ただし、まだ尿意を感じていないため、「トイレに行きましょう」と声を掛けると拒否される場合があります。ひと工夫して「ちよつとそこまで歩きましょう」とか、「あちらに席の移動をお願いします」などと誘い、トイレの前で「ついでにトイレを済ませておきませんか」と声掛

けます。

またトイレの表示を分かりやすくし、その都度場所を確認してもらおうことで、トイレの場所が理解できれば、ご自分で行けるようになる場合もあります。

自宅なら、昼夜を問わず、薄暗い廊下やトイレの照明を点灯しておくこと、トイレの戸を開け放しておくこと、部屋からトイレまでテープなどでトイレへの誘導を行うことなど。このような工夫の積み重ねで、排泄トラブルが解消されることもあります。

(続く)

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

おむつのズレ・失禁防止バンド 助さん

●広島ベンチャー2017年 銀賞 ●特許庁実用新案登録 第3209228号

介護する人 される人 両方の味方

親の介護をやっていた経験から開発しました。夜だけでも介護者が休めますように...

ずれ防止! 安全簡単 ロック付き

S・M・L・LLサイズ 各3,080円(税込)

■お問い合わせはこちら
株式会社シーエスピー ☎090-2865-3716(松井)