

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17 居場所づくりオアシス(福山市水呑町)

小高い団地の中に建つ「日の出丘大集会所」。毎週月曜と木曜の午前中、住民の方が次々に集まってきました。月曜日はパンやバナナ、ゆで卵、コーヒーなどが付くモーニングのようなメニューを100円で提供する喫茶。木曜日は参加費無料で、百歳体操とティータイムを楽しみます。「両方来る人も片方だけ来る人もいます。自由に利用できるのが、うちのいいところ」とボランティアの岩田千代子さん。

2015年に週1回の喫茶店風ふれあいサロンとしてスタート。18年からは週2回の開催となり、百歳体操を始めました。取材日は木曜日で体操の日。皆さん続々と集まり、熱心に体を動かします。89歳と最高齢の鈴木邁(すすむ)さんは昨年脳梗塞を患い、一時は歩くのもままならなかったとありますが、現在は妻の富士子さんと共に、元気に歩いて通っています。「みんなが良くしてくださるけえ」と、しっかり運動をこなします。

百歳体操の後は、認知機能の維持・向上を目的とした「しゃきしゃき百歳体操」。椅子に座って一定の足踏みなどをしながら、同時に物の名前を思いっただけ言ったり、計算をしたり。一緒にやってみたら、これが結構難しい。スムーズにこなす皆さんを横目に「えーと、えーと」を繰り返す有様です。続けて行うことで認知機能が向上するとか。これは続ける必要がありそうですね。

残念ながら、現在は新型コロナの影響で活動を休止中。一日も早く、楽しく集える場が安心して再開できることを願わずにはられません。



安心できる環境と関係を築く、その人主体の介護とは？

の状況を訴えます。「おじいさんは、私にはきついことばかり言うのに、隣の奥さんにはニコニコして、きつと私の悪口を言っているんだわ」と。この程度で終わればよいのですが、そのうち「家に乗っ取られるんじゃないか?」「物がなくなるのは、おじいさんが、あの女にあげてるんじゃないか?」などと発展し、隣家との間に障害物を置いたり、警察に通報してしまう場合もあります。

確かな事実なのです。「そんな馬鹿な事を言わないように!」と諭そうとすると、「あんたは何も知らないから、そんな呑気な事をいうが」とかえって頑なになります。頭から否定すると、「あんたも、その仲間なんでしよう!一緒にやって私をだまして!」と言うことにもなりかねません。

入っている」「私だけ変なものを食べさせられた」など被害妄想に陥る事もあるでしょう。どんな場合もまずは安心できる環境と、その人の気持ちにそって対応し不安をなくすことが先決です。妄想自体を否定する材料や事実をいくらか示しても不信感と介護抵抗が増すばかりです。認知症の人がその状況をどのように理解しているか推測し共感することが大切です。(このように本人の思いを基本にする介護方法をパーソンセンタードケアと言います。)

◆嫉妬妄想とは？

「物とられ妄想」の次によく見られる症状が「嫉妬妄想」です。妄想と言うのは、根拠のないことを事実だと思ってしまうことです。また、まったく異性関係に問題がなかった高齢者夫婦においても、認知症のために考えられないような「嫉妬妄想」が起こる場合があります。



前号では、認知症の人に起こりやすい「物とられ妄想」についてお話ししました。認知機能が低下するにつれて日常生活の不自由さが増し、そのことから漠然とした不安感に包まれた毎日が続くときさまさまな妄想が起こり、本人だけでなく家族もつらい思いをする状況はまれなことではありません。

いる。私が出掛けると(デイサービス利用時)その女が家に入るから家で見張ってなければいけないんです」「ばあさんは、タクシートの運転手(デイサービスの送迎)にえらく愛想がよいが、怪しいんじゃないか?」などの発言が始まります。そして他の家族や近隣の人にもそ

自分らしく暮らす 認知症と私

連載 第二〇回

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。

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

・風邪の症状や37.5度以上の発熱が**4日以上**続いたら(解熱剤を飲み続けなければならない人も同様)
・強いだるさ(倦怠感)や息苦しさ(呼吸困難)がある人はご相談を。

以下の人は、この状態が**2日程度**続いたら相談。

- 高齢の人
- 透析を受けている人
- 妊娠中の人
- 免疫抑制剤や抗がん剤などを用いている人
- 糖尿病・心不全・呼吸器疾患など基礎疾患のある人

相談窓口

広島県東部保健所(管轄区域:三原市・尾道市・世羅郡) ☎0848・25・2011
広島県東部保健所福山支所(管轄区域:府中市・神石郡) ☎084・921・1413
※上記施設は休日・夜間(17時~8時30分)は ☎082・513・2567
福山市保健所(管轄区域:福山市) ☎084・928・1350
(休日・夜間も問い合わせ可)