



連載 第三〇回

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。

新型コロナウイルスの感染防止のために、手洗い・マスクや三密を避けるなど不自由な生活が続きます。コロナ禍は社会・経済活動の停滞に加え、高齢者には心身共に虚弱化する「コロナフレイル」という深刻な悪影響を及ぼしています。

◆コロナ禍と高齢者

感染を心配する家族の考えでデイサービスなどの通所介護の利用を控えたり、同居の家族からの感染リスクを懸念して介護の利用を断られるケースも見られます。運動量が減り食欲が落ち足元も弱って、さらに言葉数も減り認知症が進んだようでの声も聞きます。

そこで今回は、通所介護の意味について考えましょう。デイサービスなどでは、入浴やバランスの良い食事、時には個別リハビリ、体操やレ

クリエーション、手芸や歌など多彩な活動が提供され、心身が活性化されます。高齢者にとっては利用の効果が意義は大きいのです。認知症になると周囲への注意や関心が減り意欲も低下して、自ら進んで何かを行う意欲が減少します。この状態が続くと自発的に頭や心を使うことがなくなり、認知機能はさらに低下します。デイサービスではス



通所介護を適切に使い、心身の虚弱化を防ごう。

タッフや他の利用者との交流が生じますから、活動への参加以外にも脳が活性化します。このように自宅と違う環境で過ごすことはとても大切です。

◆長時間の利用が効果的

デイサービスではスタッフや利用者との関係の中で、気遣いや言葉掛けも生まれます。その人なりの役割があり、それが達成感や自己肯定感につながり脳が活性化されます。体力にもよりますが、この状態を長く続けることが重要です。認知症の人にとっての通所介護は半日より

一日、週一回よりは三〜五回の方が効果的です。家にこもって一人で脳トレをするより脳が活性化されます。認知症に関しては早い時期からの対応が重要です。認知機能の低下に気付いた時点で介護サービスを利用すれば、認知機能を維持して在宅での生活を長く続けられます。

事業所を選ぶ時の注意点です。症状やその人の個性にもよりますが、認知症の人は広い場所や大勢の人がいる所、大きな音やザワザワした空間は苦手な不安が募ります。少人数で個別対応ができる施設や認知症対応

型デイサービスが好ましいでしょう。家族は「デイで何をしたいの？」などと、たずねる場合がありますが、これは本人にとっては苦痛です。記憶障害がある場合や言葉が出にくい人にはなおさら。自宅ではない場所で緊張し、適度に疲れていますから本人が話さない限り、「お帰り、ご苦労さま」とねぎらうだけで充分です。介護事業所は厚生労働省からの指示に従って適切な感染予防を行っています。ご利用の施設ではどんな対策がされているかを確認して、安心して積極的にご利用ください。

はじめての介護 (再録) その3

いざという時 困らないために



今回は、地域包括支援センターの機能について少し詳しくお話ししましょう。センターには次の4つの基本機能があります。

①総合的な相談窓口

高齢者の相談を総合的に受け付けるとともに、実態を把握して適切な制度やサービスの利用につなげます。

②高齢者の権利擁護

お金の管理や契約に不安がある場合や自らの意思による権利の行使が困難な場合に、成年後見制度の紹介や虐待の早期発見、消費者被害の防止などの支援を行います。

③高齢者の介護予防ケアマネジメント

要支援認定を受けた人や生活機能に低下が認められた65歳以上の高齢者が、自立した生活を送ることができるよう、その人の状態にあったプランを立て、介護予防サービスが利用できるように支援します。

④包括的・継続的ケアマネジメントの支援

地域のケアマネジャーが円滑に仕事ができるように支援や指導を行ったり、住み慣れた地域で安心して暮らせるよう、さまざまな機関とのネットワークづくりを行っています。

高齢者本人はもちろん、介護する家族のさまざまな相談に対応し、支援します。

「こんな小さいこと」と思わず、困ったことがあればまずはご相談ください。



信用で 50万円まで 融資中。

あなたの口座へ
所定手続き後
お振込みいたします。

■まずはお電話下さい。所定の手続き審査の上融資いたします。(慎重審査) 必要書類/運転免許証/収入証明書/保険証等

●利息/実質年率15.00%~18.00%

●遅延損害金/年率20.00%

●返済期間/回数/最終借入後原則最長5年(1~60回)

●返済方法/元均等返済

●担保/保証人/原則として不要 (但し審査により必要となる場合があります)

不動産担保 貸付中!!

融資額 1~100万円迄 (他社借入合計含む年収の1/3以内)

安心安全融資中 ☎0120-141-800
ご相談お問合せは

女性スタッフが優しく対応します

登録番号 広島県知事(5)第02530号

有限会社 東京信販

TOKYO SHINPAN

TEL084-929-1313(代)

FAX084-929-1070

営業時間/平日(月~金)9:00~18:00

休日/土・日・祝

〒720-0045 福山市宝町14番19号(ロイビル2F)

無料 P 完備