

めくもりほっとぶれす

NUKUMORI HOT PRESS

発行 NPO法人傾聴グループ
めくもりほっとらいん
代表 渡邊 晴代
〒275-0021 習志野市袖ヶ浦6-9-2
TEL/FAX 047-451-7300
http://www.nukumorihotline.org/
編集責任者 吉野 秀子

<認知症の人と家族が住み慣れた地域で暮らしつづけるために>

2016年度めくもり講座

高齢者の暮らしは、「電球一つ替えるのが難しい」を筆頭に困り事が増えるが、それに加えて認知症の本人や家族は周囲の人に理解されにくいというもう一つの悩みを抱え「住み慣れた地域で暮らし続ける為」、周りの

今や高齢者のいる世帯は全世帯の4割以上、一人暮らしや高齢者夫婦だけの世帯は過半数となった。中でも75歳以上の後期高齢者は、要介護状態や認知症の発生率が高くなり、大きな課題になっている。

第3回 ちょっとした関わりで よりよい暮らしを



小森由美子氏

認知症介護研究・研修東京センター 研究部 客員研究員

今年度の講座は、家族が認知症になった時、本人と家族がそれまでの暮らしを大切にしながら暮らすことを学んできた。第1回「認知症の人のイメージや見方を、一人ひとりが考えていこう」、第2回「お互い味方の存在になろう(本人にとって大切なこと・大切なつながりを知り、活かす)」に続く、後半をお伝えしていく。

人のちよつとしたサポートがあると助かるのだが。」という声を挙げています。

認知症の人を単に支えられる側と考えず、出来る事はしてもいいながら、「ちよつと一緒にと」と声掛け合いサポートし合う事で、住み慣れた地域で自分らしい暮らしを人生の最後まで続けることが出来るのだという。

『新オレンジプラン』はそれを推進するための国の戦略で、「認知症の人やその家族の意思の尊重」を中心に置き、環境整備を図るものだ。



医療介護などをこれまで以上により効果的に実施し、団塊の世代が75歳を迎える2025年迄に、認知症の人の住まい・医療・介護・生活支援などの情報を共有できるシステムを構築し、できるだけ在宅での生活を支援するサービスを強化しようとするものだ。

認知症は人ごとではない時代になった。現在自分の住む地域のどこに、認知症に対応する病院・介護施設・デイサービス・地域包括センター・ボランティアなどがあるのか、事前に情報を知っておく事は大切な。

例えば、訪問診療で爪を切る等の小まめな介護サポートを受けて暮らしを繋いでいる事もあるので、もし介護の必要性を感じているのなら、認定審査に1ヶ月程かかるので、早目に介護認定を受けておくことが重要だ。

また、高齢者や認知症の人の運転を止めてもらうか悩む家族には、自動車運転を考える家族介護者のための支援マニュアルがある。このように地域包括システムを利用する意識を日頃から各自持つことも必要なことだ。

認知症の本人・家族にとって、よりよい暮らしや大事にしたいこと、して欲しくないことは一人

ひとり違うという事を理解して、日々の関わりに活かしていくことが大切だ。本人の何気ないつぶやく言葉に、暮らしへの様々な思いや願いを教えられる事も多い。ポイントはその人と家族の声をちゃんと聴き、どんなつながりやケアが出来るか見つけることだ。

小森氏は、ちよつとした関わりが、認知症の人の暮らしを生き生きとさせているというエピソードや写真をたくさん紹介してくれた。それは思わず涙と笑いが同時に出る温かいものばかりで、人と地域がつながる大切さはめくもりそのものだった。

(文責 A・C)

感想

* 認知症という通常に介護者側の目線で考えていたが、「本人にまず聴く」ということにはハッとさせられた。

* お隣の人とのトークで実のある話が多かった。自分の地域でどうやって求める情報が得られるかが今後の自分の課題。

* 支援活動の在り方で自分を取り戻し安心でき、笑顔が見られることを実感した。