



認知症になっても安心して暮らせる社会を

月刊 POLE-POLE (スワヒリ語)

ぼ～れぼ～れ

ゆっくり やさしく おだやかに



群馬県支部版
わたぼうし No.463

認知症の人と家族の会 理念

認知症になったとしても、介護する側になったとしても、人としての尊厳が守られ日々の暮らしが安穩に続けられなければならない。認知症の人と家族の会は、ともに励ましあい助け合って、人として実りある人生を送るとともに、認知症になっても安心して暮らせる社会の実現を希求する。

巻頭言

ロシアの一日も早い

ウクライナからの撤退を！



まさか、生きている間にこれほどひどい侵略戦争を目の当たりしなければいけないとは思っていませんでした。戦争を仕掛ける可能性が十分に予見されながら、国連も世界のリーダーの誰もそれを止めることができませんでした。第2次世界大戦の後の平和への努力は一体なんだったのかと、深い無力感から抜け出すことができません。

ウクライナの抵抗精神は称賛に値します。しかし、戦闘が続けば続くほど人の命が奪われていきます。ウクライナの誇りを守り、同時に、人々の命を守る道はないのでしょうか。ロシアのテレビに、身を捨てて「戦争反対！」を訴える女性が登場しました。その勇氣に感動しました。私には、個人としての誇り、ロシア人（国家ではなく）としての誇りを持つ彼女のような人々の勇氣に期待する以外に考えが浮かびません。

翻って、私たちはウクライナのゼレンスキー大統領が、アメリカ議会向けに演説で、日本の真珠湾攻撃を引き合いに出したことに目くじらを立てるのではなく、この国がかつて真珠湾、盧溝橋から歓呼して戦争に突き進んだ歴史を改めて反省する機会とする真摯さを失ってはいけないと思うのです。

目次

・ 巻頭言	ロシアの一日も早い	ウクライナからの撤退を！	1 頁
・ おたよりから			2 頁
・ 報告	2月のつどいから		2 頁
・ 報告	2021年度の認知症介護家族支援講座		2 頁
・ 理念と未来を学ぶ学習会の開催と			3～4 頁
・ 群馬県支部の歩み			3～4 頁
・ へわが家の認知症ケア手帳			②4
・ 渡辺医院院長（当会顧問）	渡辺俊之		4 頁
・ 編集後記			4 頁

これからの予定

- 4月10日（日） 渋川つどい 10時～12時 渋川市中央公民館
- 4月16日（土） 太田つどい 10時～12時 太田市蕪川行政センター
- 4月24日（日） 県央つどい 10時～12時 県社会福祉総合センター 7階701会議室

電話相談

群馬県支部（群馬県からの委託事業）
認知症の人と家族のための電話相談

本部フリーダイヤル
027（289）2740
0120（294）456



おたよりから



研修を受け始めました

前回のぼ〜れぼ〜れで紹介されていた「Support」の研修を受け始めました。研修の内容は本などで得た知識と重なる事も多いのですが、日頃の生活の中で思い込みのあった事などを新たに再確認、再認識する事も出ています。まだ半分くらいですが楽しく学べそうです。



ありがとうございました

過日は妻の他界に対してのお悔やみのおたよりをありがとうございました。遅くなりましたがお礼を申し上げます。「家族の会」の気づかいが私には本当にうれしかったです。私も長く腰痛に悩まされましたが、最近が良い時が続くようになりました。「家族の会」のますますの発展をお祈り申し上げます。

無理なく希望に沿って

父は短期記憶が徐々にできなくなってきていますが、混乱から抜け出せずにかんしゃくを起こすという事はなくなりました。家族の対応がハマっているのかもしれないですね。将来的な不安もありますが、2人で景色のよいところに出かけてのんびりする時間は、父に対するこれまでのネガティブな感情を洗い流してくれているかのようです。人と話をしたいそぶりが見受けられるので、無理のない範囲で希望に沿っていききたいと思います。



シヨート受け入れ停止で苦勞

母の状況ですが、先々月末から先月中旬まで、22日間シヨートステイを連続利用しましたが、母の認知面が心配になり、帰宅し現在は週6日のデイサービスだけになっています。シヨートステイは今だに受け入れ停止状態のため、ここ一か月ほど日曜日は完全に家にいる為、失禁の問題、感情の起伏の激しさに苦勞しています。

報告 2月の県央のつどいから

2月27日開催の県央のつどいでは、妻との二人暮らしで、妻は感情の起伏が大きく、まだ自分も仕事を辞めることができず、妻を数日前に施設にお願いした、今は正直ほっとしていると言っている男性。

妻は要介護5だが、私は定年で仕事も辞めたし、できる限り家で看てやりたいと思っている。家で看るには覚悟がいる、また覚悟があればできると思うと言っている男性。

↓
デイの利用にも差支えが出るの



報告 2021年度の介護家族支援講座

2021年度5回目の介護家族支援講座を3月13日高崎市南公民館にて開催しました。今年度は、10月の沼田市での開催が残念ながら、コロナウイルス感染の影響で中止となりましたが、11月中之条町、12月富岡市、1月太田市、2月前橋市、3月高崎市の5回開催出来ました。

3月の高崎会場には、高崎市、前

で、薬を使って感情の波を和らげながら妻を見ている男性。

また、多くの本には、本人の感情の乱れは介護する側に起因すると書かれているが、夫の感情の動きはそれで説明がつくとは思えないところがあると語る女性。夫の過食に悩んで初めて来られた方の参加がありました。

それぞれに考えさせられるところの多い思いをお持ちの皆さんのつどいとなりました。

橋市、藤岡市からの参加がありました。実母を介護する男性、母親を介護する父親を支援する女性、高齢女性家族を介護する娘、妻を介護する夫の立場での参加でした。

渡辺先生に、薬や病気の進行について熱心に質問する姿があり、講座の良さが活かされた会合となりました。

渡辺俊之の「わが家の認知症ケア手帳」②④

「呼吸して「優しく、優しく」

渡辺医院院長（精神科医、当会顧問） 渡辺俊之



施設に入所している男性のAさん（90）は入浴が嫌いで、スタッフは対応に苦慮していました。ところが、新たにスタッフの仲間入りをしたBさんが声を掛けると、素直に入浴してくれました。このケースに限らず、「自分が言う」と怒るけど、あの人が言うことならニコニコして聞いてくれる」という話は介護ではよく聞きます。

精神科医になった頃、「メラビアン の法則」というものを学びました。メッセージの伝達に占める割合は言葉が7%、声のトーンや口調は38%、ボディランゲージ（態度や身ぶりなど）は55%で、非言語的要素が九割以上だとする学説です。

私も患者さんと接する際、口調や態度などに気を使うようにしています。が、忙しかったりすると、配慮が行き届かないこともあります。介護現場は多忙でストレスも多く、疲れたスタッフはつい「言葉」に偏ってしまいます。長く接する家族も、口調がきつくなることもあるでしょう。

介護する相手に苦手意識を持つと、口調がきつくなったり、横柄な態度を取ってしまったたりすることがあります。特に、相手が認知症の場合、会話の理解力が低下するため、言葉よりも口調や態度の影響が大きくなります。

Bさんは利用者への声掛けの前に、一呼吸して「優しく、優しく」と意識するのだそうです。その結果、口調や態度が柔らかくなり、良い反応を引き出していたのです。

例えば、入浴の介護で「早くやらないと」と焦り、せかしたり、口調が荒くなったりすると、相手に正しいメッセージが伝わりません。「入浴して心地良くなりましょう」といった気持ちで声を掛けると、相手の受け止め方も違ってきます。声掛けの前に「優しく、優しく」と、まず自分に言い聞かせてみましょう。

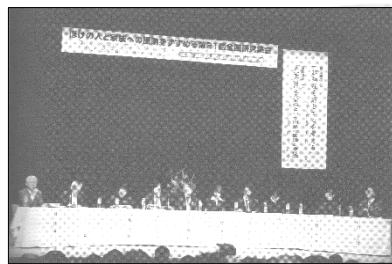


この申し出により、18坪のプレハブを建て、支部事務所とするとともに、デイサービスも新たに「デイセンタース」として再出発することができました。（生涯独身を通した竹田さんが、介護を必要とするようになってから何くれとなく世話を焼いてくれたのが高橋みきよさんでした。晩年、田部井も少し支援し、最期をみとることが出来ました。）

1999年

箕郷町を離れ群馬町に移転

介護保険制度の発足を目前に控えた



2005年11月13日 第21回全国研究集会

1999年、群馬県支部は16年過ごした箕郷町を離れ、群馬町に移転することになりました。

介護保険制度の発足により多くの事業所の新設が予測される中、民間デイの運営は限界を迎えていました。幸い、知人の医療法人のもとで、介護保険上の事業所として継続できることになったのです。支部事務所も群馬町に新築された医療法人同人会「デイみさと」の二階を事務所として三度目の再出発を果たしました。

2016年

県社会福祉総合センターに移転

2005年には第21回全国研究集会を開催するなど、16年間を過ごした群馬町を離れたのが、2016年。大きな決断でしたが、県社会福祉総合センター入居の打診を受け、事業所を閉じ「家族の会」に専念する道を選択したのでした。



編集後記

河津さくらが咲き、ソメイヨシノが咲きだそうとしています。それでも今年には心浮き立たないものがあります。彼岸で今年99歳を迎える義母を墓参りに誘いました。面倒くさが

るのを説得しお参りして「これで百歳間違いない」と言つと嬉しそうに笑いました。ウクライナにも一日も早くそんな春を！（田部井康夫）