

介護を支えるゆとりの気持ち

朗読者 フラッシュ嶋田

福岡県内に暮らすおばあさんと息子家族の話です。数年前、おばあさんは認知症を発症しました。施設でのケアも選択肢にありましたが、「住み慣れたこの家にいた方がおばあちゃんも心地よいだろう」と、家族が協力して介護をすることを決めたのです。

10 おばあさんはトイレに間に合わず、下着や洋服を汚してしまうことがありました。その頻度は次第に増えて家族の負担は増していき、気持ちにゆとりがなくなっていきます。おばあさんも目の前で家族にため息をつかれると、責められるように感じ、笑顔を見せることが減っていきました。

15 ある日、家族がおばあさんの部屋を掃除した時に、大量の汚れた下着や洋服が隠されているのを見つけます。「なんで隠したりするの」と尋ねられたおばあさんは、「みんなに迷惑かけて悪いから、後でこっそり洗おうと思ってたんだよ」と、寂しそうにつぶやまします。その言葉を聞いて、家族はハツとしました。「自宅で介護をしようって決めたのに、おばあちゃんの気持ちを考えていなかったんだ。」と。

そこで、家族は毎月自宅を訪問しているケアマネージャーにこれ

25 までの経緯を相談しました。ケアマネージャーとは、介護を必要とする方が自宅に居ながら快適な生活を続けられるよう、介護や医療サービスの調整をする職業です。話を聞いたケアマネージャーは、専門家にアドバイスを受けたら、家族同士の意見交換ができる介護セミナーがあることを伝えました。さっそく参加した家族は、認知症の正しい知識を得て、どういうサポートがおばあさんに必要なのか、わかるようになってきました。

30 サポートを受け気持ちにゆとりができた家族は、おばあさんへの接し方を改めました。すると、おばあさんも家族も笑顔が増えて、以前のような温かい家庭を取り戻すことができました。

35 高齢化が進み、社会問題ともなっている介護。家庭ごとに悩みや事情が大きく異なります。負担を感じたり、どうしていいのかわからなくなった時は、家族だけで悩まず、地域包括支援センターなど、専門家に相談することができると覚えておいてください。