

「第7回男性介護者ケアの集い」ニュース



令和4年8月23日(火)「第7回男性介護者ケアの集い」を開催しました。男性介護者ケアの集いを始めて、丸1年を迎えることになりました。今回は、参加者の皆さんとこの1年を振り返りながら、感想を聞かせていただきました。



この1年で妻の症状が進んだ。

- 小銭の計算ができなくなり、万札から支払い、財布が小銭だらけになっている。今だったら、「認知症初期だ!」と思うが、当時は気付かなかった。
- 電気製品のリモコン等の使い方がわからない。冷房のスイッチがわからず、暖房が入っていたこともある。
- トイレトペーパーを小さく畳んで、バッグいっぱいにしまいこむ。昔、ちり紙をたたんで利用していた習慣が残っているようだ。
- 風呂に入りたがらなくなった。夜も寝ずに1階・2階を行ったり来たりしている。
- 思いが言葉にならず突拍子もないことを言い、急に怒り出す。予測して対応したり、時間をおいて穏やかになるのを待つ。自分の対応も変わっていった。
- 亡き母が生きている話をしてびっくりしたが、思い出しているのではなく、本人は、その時代に戻っていると気づくには、時間がかかった。
- 妻の症状が2か月で急激に進み、施設に入所した後、私に「どちら様ですか?」と言った時は、ショックだった。そういう病気だとわかっているけど・・・

妻の症状を近所の方に伝えていきますか?

- 夕方、妻がいなくなり、探し回ったが夜になり、あきらめて警察に捜索願いを出す寸前に実家近くの同級生が送ってくれてほっとしたことがある。
 - 昔から近所付き合いが苦手で、近所の人に相談しにくい、意外と皆さん心配してくれていることが多く、知らない人から「大丈夫?」と声をかけてもらうことがある。
 - 「自分だけで」と思わず、町内会の方にも助けを求めていきたい。
 - 近所の人のは力は、大切です。声掛けをしていたほうがいい!
- ※もし、言いづらい場合は、地域包括支援センターに相談をしてください。地域で見守るために、「**地域見守りネットワーク情報交換会**」があります。

ご自身の体調管理も大切です!

この会の参加者の一人が、急きょ、手術のために入院。思ったより長い入院生活になりました。もし介護者である自分が急に入院となったら、妻をどうしますか?どこに相談しますか?助けを求める人はいますか?いざという時のために日頃から考えておく必要があります。まずはご自身の体調管理をしっかりと!

早めに身内や担当のケアマネジャー、地域包括支援センターに相談しましょう!

この会に参加してよかった！続けてもらいたい！

この会に参加して同じような悩みや不安があることを知り、お互いに助言し合える仲間ができて安心した。いろんな情報を学ぶことで、自分の介護の仕方も変わり、心に少し余裕ができた気がする。この会に参加して良かった。これからも続けてほしい。



「認知症について理解を深める」町内会公民館連絡協議会の研修会報告

8/2に各町内会の町内会長を対象に「認知症サポーター養成講座」を行いました。認知症とはどんな病気なのか？年齢による物忘れとの違いや症状による支援方法の違い、寸劇等を通して地域の方がどのように関わることができるかなどを話し合いました。

参加者からは『一人暮らしの高齢者や認知症の方への見守りを町内会長、民生委員、班長や近隣住民に浸透させ、気配りや声かけをお願いする取り組みを展開したい。「認知症になっても大丈夫！」という町づくりをみんなで力を合わせてやっていきたい。』との感想を頂きました。今後も認知症への理解を深めるために小・中・高校、一般市民向けに「認知症サポーター養成講座」の活動を展開していくことを報告しました。

お知らせです

10/26(水) 13時から15:30 まちなかコミュニティセンター(佐世保)
認知症の人と家族の会 長崎県支部 佐世保地区会主催の講演会で当会の徳久正喜さんが、介護体験を講演します。参加しませんか？ とっても勉強になりますよ！



集いの様子

次回の集いのお知らせ

日時：10月25日(火) 10時から12時

場所：健康相談センター

「地域見守りネットワーク情報交換会」のご紹介をします。

偶数月の第4火曜日に開催しています。

初めての方も気軽にご参加ください。

編集後記

この会も開催して1年になりました。我々包括支援センターのスタッフも、参加者の日頃の介護の悩みや不安、症状の日々の変化をお聞きして、たくさんのお話を学ばせていただいています。多くの方にこのニュースが広がることを願っています！認知症になっても佐々町に住んでよかったという町を目指して！