

# 「第10回男性介護者ケアの集い」ニュース

令和5年2月28日(火)「第10回男性介護者ケアの集い」を開催しました。  
6人の参加者の方から日頃の様子をお聞きしました。



## 突然、倒れて意識を失う。

Aさん(80歳)の妻は、息子が成人しているのに、まだ子供と信じ、相変わらず夜中に起きて「弁当を作らんば」と作っているとのこと。前回の皆さんの助言を聞いて妻の行動を否定するのではなく、あえて本人に役割を持たせるためにさせているが、妻の認知症は、進んでいるとのこと。

前日も最近血圧が高くなっていると言われていたが、昨年12月の暮れ、Aさんは夜中にトイレに行って倒れ、意識消失し、息子さんが救急車を要請。すぐに意識は戻ったので、事なきを得ましたが、血圧が異常に高くなっていたとのことでした。

自分の体も突然異変がくることがあるので、自分の健康管理も大切にしてほしい。

## 突然、妻がいなくなった。

Fさん(76歳)は妻がデイサービスに行く日、朝食後に妻は、自分の部屋で休んでいると思い込んでいたが、迎えに来たスタッフが、Eさんの妻が部屋にいないことに気づきます。日頃鍵がかかっている玄関のドアが開いていたとことで周りを探索したそうです。同じ施設の送迎をしている運転手が、Fさんの妻が外を歩いているところを見かけて、家に連れてきてくれて、Eさんはほっとしたと語りました。今まで妻が家から一人で出ていくことはなかったそうですが、今回の件があって、役場・警察・民生委員さんにも見守りをお願いしするための申請書を提出。玄関の鍵もチェーンをかけるようにしたとのことでした。

予期せぬことに備えての対応も考えておかなければいけないと話し合いました。

## 『認知症カフェ』についてお話をさせていただきました。

『認知症カフェ』とは、認知症の当事者だけでなく、家族、地域住民、医療の専門職などが気軽に集まり交流をする場です。

認知症の当事者は、家に閉じこもりになってしまう傾向があります。カフェに参加することで認知症の当事者や家族の方が孤立せず、お互いに情報交換をし、普段の介護で感じている負担やストレスなどを減らす目的があります。さらに地域の人に認知症のことを理解してもらうことにより、地域全体で住みよい町づくりができることにもつながります。

佐々町には、『認知症カフェ』がありません。『認知症カフェ』をつくり、皆さんが気軽に集える場にしたいと考えております。

佐世保市には、5~6か所の『認知症カフェ』があるとのこと。どのような活動や運営をしているかを学びに佐世保市の『認知症カフェ』に見学に行くことを計画しました。次回は、見学した『認知症カフェ』について報告させていただきます。

## 認知症の講演会の報告について

2/4 に佐々町健康センターで開催した信友直子さんのオンライン講演会「認知症が私たち家族にくれたギフト」の報告をしました。信友直子さんは、アルツハイマー型認知症の母（85歳）と介護を行う父（93歳）のドキュメンタリー映画「ぼけますから、よろしく願いいたします。」などを手がけた監督です。講演の中で、介護するにあたり、大切な事をたくさん教わりました。その中の3つを紹介させていただきます。

### ① 認知症による問題行動や出来事を客観的に見る。

参加者のEさん(86歳)は、妻の変化や問題行動を長年日記をつけ、記録した記事を読み返し、冷静に判断してみるとその時に困ったことに対して、その後の対応の仕方や予防につながったと発言がありました。またGさん(66歳)は、スマホで認知症の母を写真で撮り続け、スマホの機能を使うと顔認識で簡単に母の写真集のようなものを作成、その時期の様子を振り返ることができたとのことでした。

### ② ヘルパーやデイサービスなどの介護保険サービスの活用でストレス解消につながった。

サービスを利用していない時は、常に2人だけの生活で母の問題行動を常に監視し、お互いがいらいらしてけんかが絶えなかった。デイサービスを使いだしてから、母はお友達ができ楽しみが増え、父は一人の時間に好きなことができお互いにリフレッシュする時間を持て、夫婦の関係も良くなったとのことでした。参加者でサービスを利用されている方は、その意見に共感されていました。

### ③ 早くから近所の方に相談することは大切です。

父は、母の問題行動を恥ずかしく思い、近所の方にひた隠し。近所の方は、相談してもらおうと何かしらお手伝いできることがあると言われます。特に徘徊する人は、いつ外に出ていくかわからず、行方不明になることもあり、今回のEさんの妻のような問題の解決につながっていくことにもなります。参加者からの意見では、男性は、日頃近所付き合いが少ないために相談しにくいですが、日頃から近所付き合いを行うことが大切との結論に至りました。



集いの様子

### 次回の集いのお知らせ

日時：4月25日（火）10時から12時  
場所：健康相談センター  
今回は、『認知症カフェ』について  
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

コロナ感染者数も少しずつ減り、いろいろなイベントや行事が再開しつつあります。男性介護者ケアの集いもたくさんの方が興味をもってもらい、気軽に参加してもらえるように皆さんへの声かけをしていきます。