

「第21回男性介護者ケアの集い」ニュース



令和6年12月26日(木)「第21回男性介護者ケアの集い」を開催しました。年の瀬も押し迫り、お忙しい中、5人の男性会員が元気に参加されました。今年もたくさんの貴重なお話を聞かせていただきました。介護者にしかわからない、介護者同士だからこそ分かり合えるそんなあたたかい集いとなりました。

ときどき「パッと昔に戻らんかね」と思う。

Sさん(76歳)は、「妻の動作が鈍く、何をするにも時間がかかり、イライラして怒る。自分でも怒ったらいかんと思って気を落ち着かせる漢方薬を飲んでいる。尿失禁が増えて、汚れた下着をどこかに隠すようになり、本人に聞いても忘れてる。そこでまた怒ってしまう。怒ったことに何も逆らわず、『すみません』というので可哀そうに思う。ときどきパッと昔に戻らんかねと思う。」現在、週3回デイサービスを利用している。その時間は、家の屋根の修理や野菜作りなど、精力的に行っている。以前は料理ができず、宅配を注文していたが、最近は自宅でとれた野菜を入れた味噌汁を作って食べるなど食事も作るようになった。「以前は、相談する人がいなく、介護も家事も手探り状態で困り果てていた。この会に参加したら、以前から知っている方がいて、ほっとした。相談する人がいると心強い。」と話されました。



病院嫌い・・・どうしたらいい?

Hさん(75歳)は、仕事をしながら妻の介護をされている。妻は、心臓病にかかり、一時入院した。退院後、下肢の筋力が低下し、足のむくみもあり歩く時はふらふらしている。食欲も落ち、55kgあった体重は41kgとやせている。食事は、好き嫌いが多く自分が作った食事でも食べないため惣菜を買ってくるが、電子レンジの操作が分からず、温めすぎて、家中すぼっていることもあった。自分がいない時にガスコンロを使って、火をかけたまま忘れて火事にならないか、また着衣に着火し、やけどをするのではないかと心配とのこと。会の参加者から食事を作ってくれるヘルパー利用の提案がありました。また自分が病気をして入院した時、デイサービスやショートステイを利用するために、介護保険を申請する手続きを教えてくださいとの相談がありました。介護保険の申請には、病院を受診して主治医意見書を作成してもらう必要があるが、本人が病院嫌いで拒否する。こういった受診拒否をされる方に病院受診をどう勧めていくのか今後の課題だと話し合いました。

参加者からガスコンロからIHに変えたり、一人の時に操作ができないようにチャイルドロックをかける方法の紹介や健康相談センターで年4回開催されている「男性料理教室」の紹介もありました。

妻に忘れられていく寂しさ。本当はそばにいてほしい。

Cさん(81歳)の妻は、施設に入所中。最近誤嚥性肺炎を起こし、食事の量も減り、足腰の筋力が低下。インフルエンザ感染症の影響で面会もできない状態。私の顔を見てもわからず、夫は亡くなったと思い込んでいるのが、とてもつらい。自分の名字を呼ばれても忘れていて、下の名前を呼ばれてやっと反応する。

Dさん(68歳)は、自分が病気で入院したため、妻は、ショートステイからロングステイに変更。以前からショートステイを利用していたので助かった。

CさんもDさんも妻と一緒にいる頃は、介護疲れして一人になりたいと思うこともあったが、今、一人家にいると誰とも喋ることなく、本当に寂しさを感じ、妻を介護していた頃に戻りたいと言う。

毎回参加している作業療法士が思うこと

参加されている皆さんの生活を聞いてみると介護をされながら、慣れない家事をこなし、自分の体の衰えも重なり、先の見えない不安と戦っていることを感じます。思い通りにならず、妻と言いつ争いをしたり、手が出そうになるのを我慢するのは、日常茶飯事だと察します。心配事やイライラすることを聞いてくれる仲間がいることで、心がほっとし、穏やかな表情に変わっていくように見えます。自分の居場所がここにあることで、安心感が生まれるのではないのでしょうか。一人で悩んでいないでもっと早い段階からつながりを持つことができれば、心の準備ができ、精神的にも身体的にも少し余裕がでてきます。参加はまだ早いと思わず、まず見学はいかがでしょう。皆様のお越しをお待ちしています。



次回の集いのお知らせ

*認知症カフェ「梅松」の開催

日時：2月14日(金) 12時から14時 場所：総合福祉センター2階

*第22回 男性介護者ケアの集い

日時：2月27日(木) 10時から12時 場所：健康相談センター

今までのニュースのバックナンバーについて

佐々町ホームページから「組織から探す」→「多世代包括支援センター」→「男性介護者ケアの集い」を検索すると今までのニュースを閲覧することができます。

問い合わせ先：佐々町多世代包括支援センター 電話 62-6122 久保か大浦まで