

通所介護たより

認知症介護をしている家族の気持ちを理解しましょう

「年を取っていても、父母への情は同じです。子供の頃があり、父母がいまいた。」ふとした会話の中から、今は亡きお母さんに手紙を書くことになりました。文面には「丈夫に生きてくれたこと」や「つらい時、やさしく言葉を掛けてもらったこと」などへの感謝の気持ちや、苦労しながら育ててくれた様子などが記されていて、素晴らしい内容でした。



「いくつになっても子供です」「母の日」はアメリカ生まれの記念日ですが、いつごろからか日本でも五月の第二日曜日を「母の日」としてカーネーションを贈り、感謝の気持ちを表す日となりました。



介護者の気持ちの余裕は、認知症本人や家族に対する周囲からの理解によって得られます。また介護サービスの適切な利用などによっても得られます。

介護者の気持ちの余裕は、認知症本人に安定をもたらし、問題行動の軽減にもつながります。介護者の孤立を未然に防ぐためにも、「介護者の心理的ステップ」を理解しましょう。

第1ステップ（とまどい・否定）

- ・「あんなしっかりしていた人がまさか」と異常な言動に戸惑い否定しようとする。
- ・その人の人格を全て否定するかのよう感じ、他の家族にすら打ち明けられずに悩みます。

第2ステップ（混乱・怒り・拒絶）

- ・認知症への理解の不十分さから、どう対応してよいかわからず混乱し、「もう顔も見たくない」など、些細なことに腹を立てたり、叱ったりする。
- ・精神的、身体的に疲労困憊し、拒絶感、絶望感に陥りやすい、最もつらい時期です。

医療や福祉の窓口（地域包括支援センター）に相談が必要です。

第3ステップ（割り切り）

- ・怒ったり、イライラしても何もメリットはないと思い始め、割り切るようになります。
- ・認知症の症状は同じでも「問題」としては軽くなります。

第4ステップ（受容）

- ・認知症の人の心理を、介護者自身が自然に受け止められるようになります。
- ・認知症の症状を含め、家族の一員として、あるがままを受け入れられるようになります。

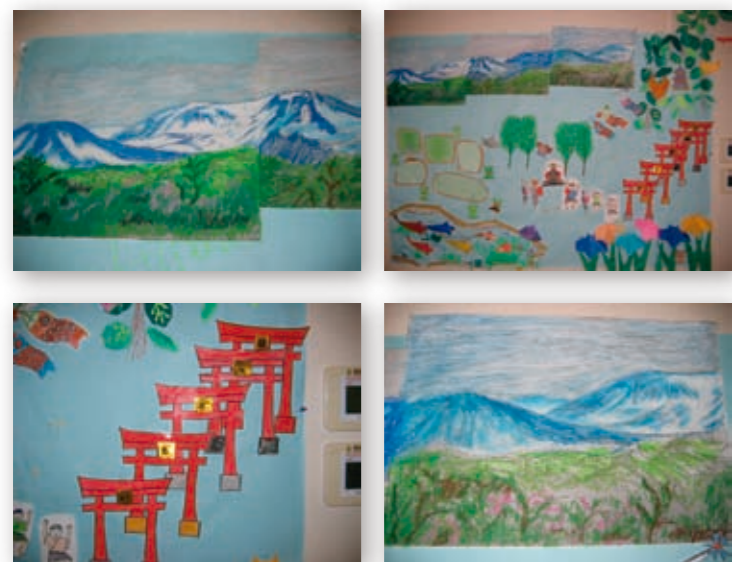
「在宅で介護を続ける支えになったこと」ベスト5

1. 身近に愚痴を言える相手がいた
2. 必要な時、すぐに相談できる相手がいた
3. 家族の理解があった
4. サービス機関職員が、親身に相談に乗ってくれた
5. 相談できる「かかりつけ医」がいた

次回は「認知症の診断と治療、健康管理」についてです。

五月の壁画

一方で、お母さんを幼い頃になくされた方にとっては、つらい思いを呼び起こすことになってしまいました。申し訳なく思うと同時に、母親の存在の大切さを改めて教えていただきました。いくつになっても「母親として子供を思う」「子供として母親を思う」みなさんの素晴らしい感性に、私たちスタッフは心を打たれました。そして、それぞれの心に貴重なプレゼントを頂戴いたしました。みなさんありがとうございました。



六月の行事

- ・笹巻きづくり
- ・紙芝居
- ・虫歯予防の話
- ・誕生会
- ・防災予防点検

(梅シロップ・苺シロップ)



NPO法人ほっとあいからのご案内

「ほっとする・あったかい・助け合い・愛」

特定非営利活動法人ほっとあいは、平成10年の設立時より「住み慣れた地域で暮らしたい」と願う人々の思いに寄り添いながら活動を続けてまいりました。

その時々様々ニーズに対応するために多様なサービスを展開しています。

みなさまのまわりで、ほっとあいを必要とされる方がいらっしゃいましたら、担当の者までお声がけ下さい。

各事業の担当者がご相談を承ります。 ☎0224-52-8555

自主事業(住民参加型在宅福祉サービス)

- ・ファミリーサポートホームヘルプサービス
- ・外出支援・移動サービス
- ・ほっとあいの家(デイケア・ナイトケア)
- ・おしゃべりサロンほっとあい(毎週土曜日)

介護保険事業

- ・居宅介護支援・訪問介護・通所介護

障害者自立支援法

- ・ホームヘルプサービス

行政委託事業

- ・軽度生活支援・障害者等移動支援
- ・障害者等一時預かり