



ゆとりの会だより

西東京ゆとりの会（認知症の家族会）会報

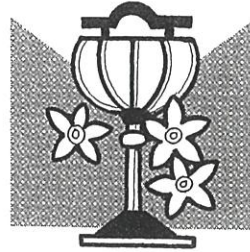
2025. 3月

ゆとりの会の皆さん、こんにちは。お元気ですか？ 2月の寒さの中、白梅、紅梅、しだれ梅と梅の季節を楽しんでいるうちに、あっという間に桃の節句のひな祭りとなりました。皆様、お変わりないでしょうか？ 3月も三寒四温というように、寒暖の差があると思いますので、体調にはくれぐれもお気をつけください。

さて、3月は年度末となりますので、来年度のゆとりの会に向けて、皆様からのご要望や、ご意見がありましたらお聞かせください。又、会則の改正についても皆様と考えると思いますので、よろしく願い致します。場所はアスタ市民ホール第一なので始まりは午後2時となります。お間違えのないよういらしてください。

3月のゆとりの会のお知らせ

日時	3月12日（水） 午後2：00～4：00
場所	アスタ市民ホール第一（リビィン6階）
内容	懇談、情報交換。来年度に向けてのご意見、会則について。



<2月の会より>

この日は、久しぶりの方も来てくださり、お話を伺うことが出来ました。

<田村より、配布資料の説明>

- 1、2月21日、山田病院、認知症の家族介護教室「人生会議」があります。
- 2、東京都が出している「わたしの思い手帳」の冊子と「わたしの思い手帳」書き込み編の紹介。「人生会議」アドバンス・ケア・プランニング（ACP）とは？「あらかじめ、病気になったり、介護が必要になった時を、家族や大切な人と考えておきましょう」ということでしょうか、自分らしく生きていくために大切なことですね。この冊子には、医療、介護の用語も載っていて勉強になります。
- 3、西東京市では、「私の人生ノート」を発行しています。この冊子は書き込みもしやすく、書きやすい所から書いてもいいし、思いも変わるので、また書き直しも出来ます。巻末に、延命治療の際に行われる主な方法の説明も勉強になります。
- 4、令和6年7月発行の「介護保険と高齢者福祉の手引き」の巻末には、「介護保険事業者一覧」が載っていて便利です。



- 5、「要介護認定、目立つ判定遅れ」（2025. 2. 8読売新聞）の記事のコピー
介護サービスを利用するには、「要介護認定」を受ける必要があります。介護の必要度を原則30日以内に判定しますが、高齢者が増えているため、全国的に遅れがちとのことです。
- 6、「認知症で行方不明、家族会が交流」（2025. 2. 1読売新聞）の記事のコピー
認知症の人が一人で出かけたまま、行方不明になる。ほとんどは数日のうちに見つかるが、搜索の末、長い間待ち続ける家族もいます。同じ境遇の人たちが連携し、気持ちを共有して支え合おうと動き出したとのことです。

<介護中の方のお話>

- ◆奥様を在宅介護中のご主人。1月、奥様は安定していて、ご主人が外出時、3回のうち1回だけ家に入れないことがあった以外は、日常生活は順調だったとのこと。息子さん2人は母親が心配と訪ねてくるが、「こちら（ご主人）は、食事もお酒も用意するので大変、人生会議と言っていられない」とおっしゃっていました。京都にいるいとこ（女性）の方のお話をされていました。いとこの方は、夫の悪口ばかりを言っていました（夫源病）が、夫が亡くなって、昨年秋には電話しても出ない状況になったとのこと。「認知症というのは怖い！急に爆発する。孤立はダメだな」とご主人は思ったそうです。現在、いとこの方は、娘さんが捜した認知症グループホームに入られたとのことでした。
- ◆義父の介護をされてきた方は、義父の一周忌、実母の三回忌を済ませたとのこと。「同居を始めた時の義父は70才くらいで、今の私と同じ位、私は携帯をよく失くすので、【探し物タグ】とスマホで検索すると2900円や3900円くらいで、対策グッズが色々あるとのことでした。「義父を介護中の時は、靴のかかとの中にタグを入れて使っていました」携帯と繋がっている便利グッズがあるとのことでした。
- ◆松江市で一人暮らしをしている姉を遠距離介護中の妹さん。お姉様は、デイサービスに週3回行って、金銭の管理は出来ないのでも妹さんがやっている。「以前は通帳返してと（姉が）言っていたが、去年の11月以来は言っていない。落ち着いているのかと思っていたが、いとこに聞いたら『それは甘いよ』と言われた」とのこと。「毎月大きなカレンダーと、食物なども【ゆうぱっく】で送る。今日届くという日に電話するようにしている。姉から2日間電話が無かった。カレンダーは神棚にあったが、荷物の箱が無いと言っていたが、テーブルの下に有った」いとこに事の顛末を話したら、「やっぱり進んでいるよ」と言われたそうです。3月に母の一周忌があるので、ケアマネに相談しようと思っているとのことでした。「施設も考えるが、ホームに入ったら、家はどうなるのか？とも考える」悩みは尽きないですね。





→他の会員より、遠距離介護の方へ

- ① 「姉は介護拒否なので、60代前半の私が、90代の母を介護している。遠距離は私には無理だなと思った。行政に対して、『出来ないことは出来ない』と言った方がいいのでは？行政は『(こちらが)出来るんだったら、やって』と言うと思う。というアドバイスがありました。
- ② 「姉が80代、認知症。私も認知症の妻を抱えているので、包括とケアマネが姉に関わってくれた。飯能のほうにいる、訪問介護が毎日入っている」とのことでした

◆奥様が入院中のご主人。「嬉しい報告があります」と切り出されました。

「『来世でも結婚しよう！』という魔法の言葉が、1年経って反応が悪くなっていたが、一昨日面会したら、(奥様が)『お父さん』と声掛けてくれた。歌も4曲歌った。
「面会の時、妻のまぶたが落ちているのをヘルパーさんが、テープで上げてくれた」
「私は娘と同居しているが、いよいよ一人となったらホームに入ろうと思っている。来週お食事付きの見学会へ行こうと思っている」とのことでした。

◆お母様が特養入所中の娘さん。久しぶりに参加されました。お母様に変化があったようです。

「新年明けて、母の黄疸がひどくて、西東京中央総合病院に入院。特養の介護士さんが7時間も付いてくれた。薬が合わなくて、肝臓を悪くしていた。看取りまで考えてくれと言われた」とのことでした。「看取りになるなら戻ってきて、簡易ベッドも用意します」と7年位いる特養から言ってもらえた。特養での看取りはどういうものなのか？酸素吸入は特養では使えない。「主人は(母を)引き取って家で看取れば。と言ってくれた」とのこと。色々なことがあったようですが、結果としては、数値が良くなって、施設に戻ったそうです。良かった！ですね。

◆昨年5月以来の参加、奥様を介護中のご主人。「ご無沙汰しております」と開口一番。「妻が認知症。去年の1月は、長谷川式テストで24点だった。その後急変、徘徊も。17時間後、警察から連絡があったこともある。本人も嫌な、怖い目に遭った。朝起きてから連続で喋りつづけることもあった」山田病院に入院した。「アリセプトは止めたほうが良いと言われた。神経を逆なで、副作用が出る」「(症状は)安定したが長谷川式テストは3、4点になってしまった」そうです。

「徘徊は怖い。交通事故に遭ったらどうしよう、家族は精神的にもまいる。夜も出たがるので、一緒にいないとダメ！(私も)夜も寝てられなくて、睡眠不足となる。GPSを付けている時は、すぐ見つかる。市役所で借りられるのは大きいので腕時計タイプのもがある。

現在は、何軒か回って、奥様はグループホームに入所されているとのこと。ご自身もこれから手術をしないといけない状況とのことでした。



→他の会員より

玄関に小さい鍵を付けるといい。在宅の時、主人がテーブルの物をみんな持って出してしまう。携帯も持って出たので、居場所がわかったとのことでした。

◆ご主人が特養入所中の奥様。2月が来て、特養に入って3年とのこと。コロナやマイコプラズマで面会が予約制になったと新年会でおっしゃっていましたが、2月から又面会できるようになったとのこと。たまたま面会に行った時、ご主人の以前の同僚(女性)がショートステイに来ていたので、面会の時3人で会ったそうです。ご主人が「お母さん、お茶入れてあげてよ」と言っていたとのこと。奥様は、「やっぱり、家にとったり、(頭を)切り替えたりしている」と話されました。

◆ご主人を在宅介護中の奥様。「主人は介護3で、デイサービスに週4回。67~80才の13年間看ている。私も色々疲れてきた」と話されました。

「(主人が)商業施設で迷子になった。どうしようと思う、辛い！」
「玄関を出ると“キンコン”と鳴るようにしている。主人は、1人になりたい気持ちがあるようで、そっと出る時は何も持たずに出てしまう。靴だけは履くので【エアタッグ】を購入、アイホーンで捜す」とのこと。毎日毎日色々なことが起こる。ご自身が通っている整形外科の先生が「何でも吐き出していきなさい」と言ってくれるそうです。(いい先生ですね！)

「一日中楽しいことが何もない。トイレは汚す、洗濯物が多い。一日中食べ物を捜す、大皿にするとみんな食べてしまうので、小皿にしている。冷蔵庫の物も食べてしまう、注意すると、ものすごく怒る、食べ物は怖い！全部大変！」とおっしゃっていました。ご主人は、体は元気で、デイサービス以外の日は、奥様も一緒に一日2、3時間出かけられるそうです。こんなに大変な状況ですが、どこか施設とかは考えてないそうです。確かにお金がどのくらいかかるか？考えてしまいますね。

奥様のお身体が心配です！

<編集後記>

*2月の資料で、認知症の行方不明の記事がありました。警察庁によると、全国の警察に2023年に届け出があった認知症の行方不明者は、延べ1万9039人と、11年連続で、過去最多を更新した。と書いてありました。届け出があった方だけでも、これだけの数ですが、実際はもっと多いのでしょうか。比較的まだ身体もお元気なうちに出来るので、思いもよらないほど遠くまでということもあるようです。2月の会では、家から出ない工夫、出てしまっただけの工夫、様々お話をありました。外へ出る時、靴は履くので、靴に入れる対策グッズが紹介されていました。今度福祉用具の方に来てもらうのもいいかなと思いました。(文責 田村)

★会報のお問い合わせは、副会長田村まで。TEL 042-458-1672

