広告

問合せ■高齢者支援課　☎72・7017

グループホームとは?
5～9人の利用者が専門スタッフの支援を受けながら共同生活をする施設。地域住民と関わりながら、食事の支度、掃除、洗濯などを利用者とスタッフが協力して行います。写真は「グループホームひなた」で。

聞き書き

特集

認知症と向き合いながら

認知症のエキスパートたちから市民へ向けた、5つのメッセージ。

グループホームひなた
ホーム長
工藤　美和子

病院で働いていたとき、意思疎通もままならない、寝たきりの認知症の方を見て、よく考えさせられたものです。

「自分らしく生きるって何だろう」

やがて、認知症の方に必要なのは、不安のない、普通の〝生活の場〟ではないかと思うようになりました。退職した夫とともに、自宅でグループホームを始めたのは平成16年のこと。以来、日々の生活の中で認知症の方にはいろいろなことを教えてもらっています。

例えば、認知症の方はこちらが考えるほどお世話してもらいたい、何かしてほしいとは思っていないということ。むしろ、自分のことは自分でしたいと願っているんです。あからさまに「何かしてあげます」というと、抵抗されたり、拒否されたりします。

だから、支える時はさりげなく。

うちにいる方たちは排せつも口腔ケアも着脱も、全て介助が必要です。でもそれに気付かぬふりをして、さりげなくお手伝いすれば、それだけでみんな普通に楽しく暮らしていけます。

認知症の方が一番楽しそうに見えるのは、なんといっても話をするときです。自分が言いたいことを話すときは本当に生き生きしています。誰かのアドバイスを求めて話すのではありません。それぞれ生き方があって、こだわりがありますから、とにかく自分の話に耳を傾けて欲しいんですね。

また、認知症の方はだまっていると、無表情になりがちです。自ら何かを発するということがだんだんできなくなるみたいで、外からの刺激に対しては反応しても、自ら生み出すのは難しくなるようです。だから一見、ムッとした顔をしていても、話しかければニコッと笑うし、バカにされればすごく怒ります。それならやっぱり笑顔でいてもらいたいじゃないですか。できるだけ嫌な思いはさせたくないなぁ…って。

年をとればいろんなことができなくなるのはみんな同じ。認知症の方だけが特別ではありません。お互い支え合いながら生きていければ「それでまぁ、いいんじゃない」と思いませんか?

infoプラス　石狩市には平成28年4月1日現在、65歳以上の高齢者が17,811人います。