

月刊 社会保険 1

2021 VOL.8

一般社団法人
全国社会保険協会連

認知症とともに生きる
家族の物語

・第9回・

認知症になってもわが家のスクラムは変わらない

滋賀県 / 田丸完治さん・芳枝さん夫妻

NPO法人ハート・リング運動専務理事

早田 雅美



田丸完治さん、芳枝さん

く心が動いて
しまう田丸さ
ん一家にとつ
て、新型コロナ
ウイルスは不
安を一層大き
くしている。

長い海外勤務を経たのちに症状が現れる

完治さんは昭和15(1940)年生まれ、精密機械関係の大手企業勤めだった。芳枝さんと2人の子どもを伴って英国の工場に赴任して5年間。帰国して5年後、今度は大学生の娘と高校生の息子を残り、海外事業の責任者として再び芳枝さんと6年半の

田丸完治さんと芳枝さんは、結婚して今年で55年目。

平成23(2011)年1月に芳枝さん(よつちゃん)がアルツハイマー型認知症と診断され、7年3カ月の間在宅で介護をしてきたが、平成30(2018)年4月、近くのグループホームに入所した。芳枝さんに会いに毎日通っていたグループホームだったが、コロナウイルスの問題が起きてからは自由な面会もできなくなってしまう、今は限られた時間内にビニールシート越しに10分程度声をかけにいくことしか許されていない状態だという。

海外勤務。帰国してから芳枝さんは胃潰瘍と脊椎の手術をしたが、経過は良好だった。芳枝さんに異変が現れたのは平成22(2010)年の秋口だった。芳枝さんは最近メモを取ることが多くなった。と完治さんは少し気になっていったという。そのうちカレンダーの日にち欄に線を引いて消していたり、会話がちぐはぐになることが現れるようになったため、平成23年1月夫妻は成人病センターの老年内科を受診した。芳枝さんは受診することを嫌がる様子ではなかったようだ。診断は「アルツハイマー型認知症」だった。実は完治さんは認知症という病気についてある程度の知識を持っていたのだった。長命だった完治さんの母親は96歳で認知症を発症し、完治さんの顔もわからないような状態となった経験があり、芳枝さんの母親も認知症だった。完治さんはそうした経験から有吉和子さんの著書「恍惚の人」をはじめ認知症関係の本も多く読んでいたということで、今回の芳枝さんの診断に際してもある程度の予備知識を持っていた。

犬が頼りに

しかし、「まさかよつちゃんが！」という衝撃に完治さんや娘は、最新の情報収集に奔走した。主治医のほかにも、大阪の著名な専門医の講演会に参加し意見を聞いたり、書店にいった最近出た認知症本をはじめから手に取った。「…劇的に改善する！」と書かれた書名を見て、コ

令和2年度 年金委員功労者厚生労働大臣表彰

令和2年度 健康保険委員功労者厚生労働大臣表彰

保険者機能強化アクションプラン(第5期)の概要

厚生労働省からのお知らせ

新型コロナウイルスに関するQ&A「健康保険法等における傷病手当金、被扶養者の扱い」

《職場で新型コロナウイルスに感染した方へ》業務によって感染した場合、労災保険給付の対象となります
第2回「令和の年金広報コンテスト」の受賞者を決定しました

日本年金機構からのお知らせ

令和2年度「わたしと年金」エッセイ審査結果について

コナツオイルがよいとありすぐに手に入れたりしたが、芳枝さんには効果は感じられなかったという。

介護本も多くが同じような内容で、完治さんは肩を落とした。あえていうならばもっとも効果を感じたのは、芳枝さんが認知症になってから飼った犬によるアニマルセラピー効果だったという。犬を飼おうというのは家族の発案だったそうだが、実際にペットショップでその犬を気に入ったのは、芳枝さん自身で、愛嬌ある小さな新しい家族は、芳枝さんを含めて家族を笑いとやさしさに包んでくれたという。

症状悪化

5年ほど処方された薬を服用しながら過ごしたが、芳枝さんの認知症は次第に進行して、やがて自宅で食事をしているというのに「私、もう帰る！」と、家を出ようとするまでになっていた。

完治さんが疲れてついソファーでうたた寝をしてしまい、わずか眼を離したときに家を出ていってしまふこともあった。もしも外で事故にでもあったら…。完治さんは門扉にカギをかけて出られないようにした。

その頃の芳枝さんは「お母さんが待っているから（帰りたい）」と今は亡き母のもとへ帰ろうとしているようだったという。足をかけてなんとか門扉を乗り越えようとする芳枝さんの姿に完治さんの胸は痛んだ。

しかし、何度か同じことを繰り返すうちに完治

気づいてあげること。

第7条「思い出させようとしなさい」、第8条「わからせようとしなさい」は重要な指摘だ。

決して昔の思い出話をしてはいけないということではなく、最近の事柄で忘れていることを指摘したり、理解しづらいことをわからせようと意固地になつては、本人の混乱を招くだけだということだ。それに関連して、本人が楽しくやるのであれば、無理な脳トレなども逆効果になりかねないという。

第10条の「介助をする」は、ある意味生活障害といわれている認知症なのだから、本人が苦手とする部分には手を差し伸べて、危険なくできるよりに介助してあげることが重要である。「できっこないからやらせない」「代わりにやってあげる」ではないということか。

介護者のストレス緩和を

「私の介護の10カ条」にも関連して、完治さんは、芳枝さんの介護をしながら日記をつけたり、川柳を自作している。そのいくつかを紹介するが、こうした小さな楽しみも完治さんの隠れたストレス解消法だという話だった。

ごあいさつ ちゃんとやれる 普通の人の介護する 私がいききたい ショートステイ 洗顔クリーム 歯磨きペースト 区別なく

グループホーム入所

平成30年、近くのグループホームで入所者を募

さんも小さな「コツ」を発見、家から外へ出たけれども門扉を超えられず戻ってきたときには、やさしく「お帰り、お茶でも飲もう」と話しかけることで、芳枝さんがその場は落ち着きを取り戻すことにも気がついた。

しかし、やがて排泄の問題が加わり、完治さん家族は疲労度を増すようになる。家族といえども連日24時間注意をしているということは実際には難しいことだった。

仲間とのつながり

その頃完治さんは、キャラバンメイト認知症サポーター養成講座という地域の認知症啓発活動の存在を知り、参加することとなった。

また、地域包括支援センターに「認知症の人と家族の会」を紹介され、おそろおそろ「つどい」に参加してみた。

芳枝さんよりも重いと思われるような家族を介護している人もいて、介護の先輩たちから聞けるアドバイスは、完治さんにとって宝もののような活きたアドバイスが多かったという。「夕べはこうだった：」「うちではこんなことがあった：」、お互いに同じ悩みを語り合えるだけでもすこし心が軽くなったという。ショートステイの利用を勧めてくれたのも家族の会のお仲間だった。

私の介護の10カ条（図参照）

失敗や反省を繰り返す中で完治さんは、自然と介護のコツのようなものを会得していった。それ

集しているという情報が入ってきた。ずっと在宅で芳枝さんを介護しようと考えていた完治さんにとつては、最愛の芳枝さんを施設に預けることには罪悪感を感じずにはいられなかったという。しかし、家族の会の介護仲間は、「このチャンスを見失ったら次はいつになるかはわからない」とアドバイスした。たしかにそうかもしれない。

実際介護仲間の勧めで、いくつもの特養に申込みだけはしていたのだが、何年先まで順番待ちとなるのかわからず入所できる見込みはまったくなかった。

そんなある日ふと開いた新聞に完治さんは一片の介護の詩を見つけたのだ。た。「お互いが倒れてしまふ前に：今私にできることは周囲のあらゆる人の手を借りること、それが私の精一杯の愛情：」。その詩に完治さんは共鳴し、入所の決断をしたという。

毎日通えば毎日会える、排泄やその他の世話も自分がやるよりプロが手際よくやってくれなら、よっちゃんも楽かもしれない。完治さん家族の選択は成功だった。

結ばれた家族

「家族の認知症が重くなったときに、こんなに手がかるのなら早く逝って欲すれば：、そのように思う人もいと聞いたことがあります。そういう話を聞くと胸が痛くなる」と完治さんはいう。

これまで芳枝さんと娘と孫との暮らしは、たまには小さな「口げんか」などはあったとしても、

図【私の介護の10カ条】

- 1 覚悟をする
- 2 否定はしない（よい加減の返事をする）
- 3 できることは自分で（環境を変えない）
- 4 怒らない（声も顔の表情も）
- 5 怒鳴らない
- 6 急がせない
- 7 思い出させようとしなさい
- 8 わからせようとしなさい
- 9 深刻にならない、どんなときも笑顔で
- 10 介助をする

が完治さん流「私の介護の10カ条」だ。そこには経験者だからこそ知る貴重なアドバイスが並んでいる。

いくつかを紹介すると、まず前提は「認知症は病気」だ。決して、認知症になった人が他者より劣った面があるわけでも、なにかの努力を怠ったからでもない、がんやその他の疾患と同じ「病気」だという認識を持つことだという。

第1条は「覚悟をする」。介護する以上は家族みんなが一丸となって決意を共有し、助け合ってこそ道が開けていくという。

第2条「否定はしない」。認知症の人が間違っただけをいこうと一言に正したくなってしまふ気持ちを抑えて、安心を与えるような返事をする。その場で間違いを指摘したからといって結果としてなにもよいことはないのだそう。怒らない」「怒鳴らない」「急がせない」はよくいわれることではあるが、判断のスピードが遅くなっていることに



田丸さん家族

互いを大切に思いあう、尊重しあえる仲のよい家族だった。今はその家族の仲を取り持つ犬も加わって、むしろ田丸家では芳枝さんの認知症をきっかけに家族が一層強いスクラムで結ばれたといつても言い過ぎではないように感じる。

最近のことで一番うれしかったことといえば、「よっちゃん！」というなげない呼びかけに芳枝さんが「はい！」と返事を返してくれたことだという。認知症の進行が原因で会話が難しくなっていなければ当たり前のそんな小さなできごとが、完治さん家族には宝物となる。

「もし今よっちゃんが私の言葉を理解してくれるとしたら、ただひとことありがとうといいたい」。そういつて言葉を詰まらせる完治さんの気持ちに、芳枝さんの認知症に寄り添った心温かい家族の姿を感じた。