

2019年度厚生労働省老健事業調査（「本人の思い」「本人・家族の生活」「市民の認識」「支援者の意識」）の報告

認知症 ともに生きる 本人、家族、市民の **声** 2020

第5回（全12回・分担執筆）

今回は、「家族の会」が発足以来大切にしてきた「家族の思い」についての調査報告です。特に、「介護の継続意思」の経年変化の考察など興味深いところです。

認知症の人を介護する家族の思い

介護に前向きに取り組もうとする家族の姿
～皆で支え合い共生できる社会を目指して

秀明大学看護学部講師 江口恭子

7月号に引き続き、現役介護家族の方を対象とした調査についてご報告いたします。今回は認知症の人を介護するご家族の思いに焦点をあて、自由記載とともにご紹介いたします。

認知症の症状への思い

認知症の症状への対応で困っていることを複数の選択肢から選んでいただいた結果では、「同じことを何度も聞かれる」がもっとも多く46.0%でした。次いで「目が離せない」32.4%、「興奮を鎮めるのが大変」20.5%でした。その他の内容は多岐にわたり、分類すると49項目となりました。中でも多かったのは、オムツ交換を嫌がる、弄便の対応といった「排泄の問題」、入浴を嫌がる、ちゃんと洗えているかわからないといった「入浴の問題」などの介護上のこと、「会話がうまく通じない」「反応がないまたはわずかである」などのコミュニケーションに関することでした。

また、「家族を責める」「家族に依存する」などの家族との関係性に関する内容もありました。家族は介護の問題で心が安まる暇がない上にコミュニケーションや認知症の症状が家族の

関係性に及ぼす影響にも困っていました。（報告書P.127）

認知症の人を介護する家族の気持ち

現在の気持ちについて18項目から複数を選ぶ質問では、「漠然とした不安がある」と答えた方がもっとも多く45.5%、次いで「イライラする」32.7%、「気分が落ち込む」25.6%でした。自由記載では、『体力と時間が欲しい』『ダブルワークで忙しく、ゆとりがない（精神的、経済的に）』と【余裕のなさ】を訴える声や、『自分が倒れた場合、どうなるのかいつも考えてしんどい』『妻を置いて死ねない』といった【健康を保って介護していけるか不安】な気持ちを訴えるもの、『人が信じられない気持ちになるときがある』『夜眠れない時が多くなった』等の【心身の不安定】、『いつも身体が疲れている感じがある』『疲れすぎ』という【いつも疲労感がある】内容がありました。

介護に前向きに取り組もうとする家族の姿

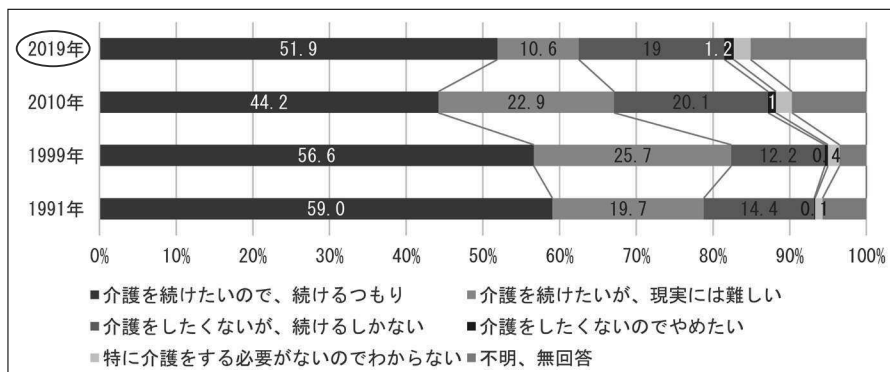
自由記載にはポジティブな気持ちも多数書かれていました。実際の記載内容では、『明るく

しようと努力している』『介護に対しては穏やかな気持ち』『人生今が頑張りどきと思っている』といった【前向きに考えていきたい】気持ちや、『病気と思うと上手く対処できている』『本人はもっと大変だろうからと考える様になっている』という【病気と上手に付き合いたい】という思い、『子供達に助けられている』『周りに相談できる人がいるから大きな感情の起伏はなくなった』などの【家族や周囲に支えられて介護ができています】という感謝の思い、さらには『老々でも介護しながら、共に人生を喜んでいる』『認知症の人は誇り高く清らかで幸せなことがある』といった【介護には喜びもある』と感じる気持ちが記されていました。(報告書P.122)

皆で支え合い共生できる社会を目指して

家族は認知症の人とのコミュニケーションや介護、関係性の変化に困難を感じ、漠然とした不安やイライラを抱えている一方で、ポジティブな気持ちも持っていました。過去3回の調査すべてにおける家族の介護継続の意思は「介護を続けたいので、続けるつもり」「介護を続けたいが、現実には難しい」を合わせて60～70%にのぼり、多くの家族が介護を続ける意思を持っていました(図)。

図 介護家族の介護継続意思 (報告書P.190 表115より作成)




報告書を希望される方は、1冊1,000円でおわけします。また、「家族の会」のホームページからダウンロードして読むことができます。
●申込先 「家族の会」本部事務局 TEL 050-5358-6580 FAX 075-205-5104 メール office@alzheim.or.jp

プロフィール

えぐち きょうこ
江口 恭子

秀明大学看護学部
老年看護学分野講師



- ◆1996年千葉大学医学部附属看護学校卒業 東京都老人医療センター(現 東京都健康長寿医療センター)等に勤務
- ◆2010年京都大学大学院医学研究科人間健康科学系専攻修了 修士(人間健康科学)
- ◆大阪府立大学勤務を経て2018年より現職。
- ◆2012年より認知症の人と家族の会の調査研究に関わる。

さらに今回の調査では「介護を続けたいが、現実には難しい」の割合が前回の22.9%から10.6%に半減しました。これは一般市民への調査で明らかになった社会の理解が進んだことや介護保険制度が浸透しつつあることが影響していると考えられます。

とかく介護はネガティブに語られがちです。実際、介護家族の心身の負担は大きく現実には厳しいです。しかし、苦しい中でもポジティブな気持ちを持って自らの意思で介護に取り組もうとする家族の強さを社会全体が知り、尊敬の念を抱くようになれば、介護は自らを成長させてくれる貴重な経験であるとポジティブに語られる風潮が広がるのではないのでしょうか。前向きに取り組もうとしている家族が介護を続けること

ができる、皆で支え合いながら共生できる社会を目指して、「家族の会」の活動がこれからも広がっていくことに貢献したいです。10月号の家族調査の報告では介護保険制度を含めた社会に対する家族の思いについて取り上げる予定です。

本人
登場

私らしく
仲間とともに

No.178



認知症は何も恥じることはない。
明るく、堂々と生きていきましょう。

ふくもと ちえこ
福本 知恵子 さん 一石蔵カフェ・その1ー
79歳・栃木県支部

NHKテレビの「逆転人生」（6月1日放送）でも取り上げられた栃木県支部「石蔵カフェ」のお元気な3人の女性。本部事務局とカフェをビデオでつないだインタビューから、第1回目は、福本さんの登場です。カフェの紹介も含めて、3回シリーズの予定です。（編集委員 松本律子）

石蔵カフェは、夫を送迎して通っていた

ビデオで「60代後半ですか？」との声に「いつも90歳に見られてま〜す」と笑いを誘います。認知症だったご主人に付いてカフェには通っていました。「夫婦は似てくると言うけれど、だんだん自分も似てきたと感じて、カフェで診察に連れて行ってもらったところ、MCIと言われました。74歳でした。

「同じ頃、主人が突然亡くなり、やることが一杯で、泣いている暇もない位でした。こうなったら、隠さないで、みんなに助けて〜って。隠さないでみんな助けてくださるからね」と、明るく話す福本さんです。

石蔵カフェでも、家でも
いろいろすることがいっぱい

カフェには、自分で作った即席漬けや赤飯を持ってきて、メニューを豊かにします。元々農家だったので、広い敷地の「草むしりや野菜作りなどで、結構忙しいのよ」

「高校生からクリスチャンで、教会関係のボランティアもしているけれど、最近は新型コロナウイルスの関係で、来ないで、って言われたので、自宅で1時間くらい礼拝しているの」と、話されます。

心配と言えば、先での“家の始末”かしら・・・
今は毎日楽しい！

「娘は東京で、息子はインドネシアで、今はコロナで帰ってこれないしね。私に何かあったとき、家の始末が心配なくらいかしら」

介護保険は未申請ですが、「地域包括支援センターから訪問してくれるし、周りの人も親切で安心」だそうです。

「何でもやってもらってお人形さんみたくして一生過ごすのは、私はいや。自分の役割があるし、やっぱりやれることはやりたい！」（『逆転人生』より）



▲オーダーをとる様子

▼石蔵カフェの様子



本人交流の場

（詳細は各支部まで）

宮城●9月3・17日(木)10:30～15:00／翼のつどい→泉区南光台市民センター
埼玉●9月26日(出)11:00～14:30／若年のつどい・越谷→越谷市中央市民会館
岐阜●9月20日(日)11:00～15:30／あす

なる絆会→集い処笑福
静岡●9月8日(火)10:00～13:00／若年性のつどい→富士市フィランセ西館3階
愛知●9月12日(出)13:30～16:00／元氣かい→東海市しあわせ村
広島●9月12日(出)11:00～15:30／陽溜まりの会広島→中区地域福祉センター
徳島●9月19日(出)13:30～15:30／縁の会→県立総合福祉センター

愛媛●9月25日(金)13:00～15:00／若年性のつどい→愛媛県在宅介護研修センター
長崎●9月19日(出)13:30～15:30／若年性認知症の人と家族のつどい→小鳥居諫早病院デイケア室
熊本●9月5日(出)13:00～15:00／若年性認知症のつどい→支部事務所

新型コロナウイルス感染の影響により、変更ないし、中止となる可能性があります。

会員さんからの お便り

このコーナーに寄せられたお便りの他、入会申込書、「会員の声」はがき、支部会報から選び掲載しています。

お便りお待ちしております！

〒602-8222 京都市上京区晴明町811-3
岡部ビル2F
〈「家族の会」編集委員会宛〉

FAX.075-205-5104

Eメール office@alzheim.or.jp

ぼ～れぼ～れ6月号
「高齢者ばかりのデイは嫌がる夫」を読んで

ボランティアとしてデイサービスに

●千葉県 Aさん 60歳代 男性

4年程前に父（現在91歳・要介護3）の見守りが必要となり、早期退職し、介護の傍らNPO法人で訪問介護事業の運営に携わっております。毎回会報を読みながら、私の介護経験など遠く及ばない壮絶な現状の中でも、前向きに介護されている会員の皆さまの言葉に励まされています。

私のご近所さんで、長らく地域の活動を一緒にやってきた方（男性64歳）が、認知症（要介護1）に診断されると奥様から聞きました。確かに1年程前から話しをしていても、「なにか会話がかみ合わないな～」とは思っていましたが、身近な方が認知症と診断されたことに衝撃を受けました。奥様から伺ったところ、本人はこの現実を受け入れていないそうです。「この位の年齢だと、デイは嫌がるでしょう？」と聞いたところ、「ケアマネジャーと相談し、『ボランティアとして来て欲しい』ということにしています」とのこと。もともと、消防団の団長や子供会の会長など、地域活動に積極的に関わっていた方でしたので、「なるほどその手があったか！」と感心した次第です。その方も60歳代中盤で、まだまだ人生が長いので、私もできる範囲で関わり、寄り添えればと考えています。他地域で実践されていることを少しでも取り入れられればとも思っています。これからも貴重な情報発信をよろしく願います。

キャッシュカード詐欺に遭って…

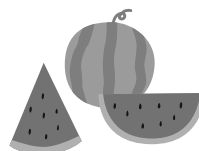
●愛知県 Bさん 60歳代 女性

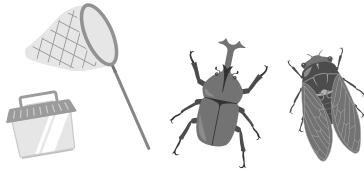
母は90歳代で一人暮らしをしています。父が昭和60年に胃がんで亡くなってから36年近く、裏千家茶道教授、池坊華道教授をしてきた母は、物忘れ外来受診を拒絶し、施設も拒絶しています。今年2月に詐欺にあい、キャッシュカードをすべて盗まれましたが、その記憶が消え、主たる介護者である長女の私をどろぼう呼ばわりし、攻撃的で手がつけられず、介護困難となっています。

デイサービスの真髄とは

●兵庫県 Cさん 50歳代 女性

一人暮らしの母を近くで見守っています。要介護1の認定を受けてから半年、ようやくデイサービスのありがたさを親子して痛感していました。最近、いつも行っているデイサービスに行く日の朝「私、そんなとこ知らん、誰の紹介？」と必ず聞いてきます。「紹介じゃなくて、いろんな人と決め、お話したりして、生活に張りをつけるところよ」とあまりうまくない説明に、余計混乱させ、ドタキャンすることが多くなり困っています。デイサービスの真髄とは何ぞや？と迷っています。うまい説明の方法があれば教えてください。





成年後見人制度で悩んでいます

●宮崎県 Dさん 70歳代 女性

成年後見人制度のことで悩んでいます。弁護士が財産管理に関与するようになり5年が経過しています。その間、いろんなことをして不服申し立てをしていますが、なかなか取り上げてもらえていない現状です。全国に私と同様の立場の方がおられると思います。情報があったら教えていただきたいと思いません。

三密にどう折り合っていくのか

●福島県 Eさん 60歳代 男性

飛び込んできた「三密」との言葉。密といえば、これまでの私にはタレントの壇蜜さんのことだった。今回の新型コロナウイルス感染防止には身体的距離を空けるのが大切とのこと。『密接』は介護の要。また、『密集』は「家族の会」の要と思う。今後、そのいずれをも変化を迫られるのだろうか。ただ、今はこの事態に、どう折り合っていけばいいのか。

ラインを開設してほしい

●青森県 Fさん 70歳代 男性

家内が認知症と診断されて、はや2年。でも、いまだに正直言って受け入れがたい時もある。日が経つにつれて、徐々に進行していくようで、ある日の失敗が当たり前のようになり積み重なっていき、気が付けば何もできなくなってきた日々。介護の大変さが身にしみ、これから先の不安はつるばかりです。

追伸、できたら「家族の会」でもラインを開設してほしい。

心と心の通いあいを大切に

●東京都 Gさん 70歳代 女性

要介護5、言葉は時に発するくらいに表現力が低下した大正生まれの母の介護記録に「意思疎通なし」とあった。いわゆるコミュニケーションとしての言葉はないが、私の話しかけに時に嬉しそうにうなずく母に、「意思疎通なし」というのは、キャッチする側にその力がないということだと、強く抗議した。全身で訴えてくる人を全身で受け止める、それは心と心の通いあい、人間の基本である。その人のその心を大切にして介護して欲しいです。

コロナ禍の中で、すべてに手のかかる高齢者をケアして下さっている介護者の方々には感謝しきれません。感染したら酸素マスクさえ認知症のある方はつけてもらえないでしょう。まして、個室での隔離は無理。感染予防につきます。

慢性的な疲れを自覚

●長野県 Hさん 70歳代 女性

2016年2月80歳代の母を実家から引き取りました。2017年5月「家族の会」に入会、2018年5月には地区会に入会、2019年8月デイサービスを週2回利用開始。今年5月からはデイサービスが週3回になりました。

当初とは、比べられないような穏やかな生活を送っていますが、この頃、いわゆる慢性的な介護疲れを自覚するようになりました。特別どこが悪いというわけではないのですが、情緒的に不安定になります。人といるときはいいのですが、ひとりもしくは母と二人だけのときによくそうなります。デイサービスの利用が増えたので落ち着くといいのですが…。

※お名前はイニシャルではありません。
年齢は「50歳代」等で表記しています。