

9月21日は敬老の日

急速な高齢化が進む近年、厚生労働省はペッド数と医師看護師の不足や国の負担の軽減策として在宅医療・介護さらに「認知症カフェ」の開設を推進している。認知症カフェとは、認知症の人と家族、地域住民、専門職の誰もが参加できる場。地域の支え合いの一環として、また多様な交流の場として期待され、2015年に公表された「新オレンジプラン(認知症施策推進5か年計画)」でも、その普及が言及されている。

県内でもさまざまな認知症カフェが急増する中、昨年8月に千葉市美浜区で認知症カフェを開設した前澤弘子さん、自らの体験と思いを語ってもらつた。

介護者としての出発

会員として忙しい毎日を送っていた前澤さんが、ある日突然アルツハイマー型認知症の父親を引き取り、働きながらの介護が始まったのは2011年2月。

当時、前澤さんの両親は八千代市内で暮らしていいたが、母親が脳梗塞で入院。認知症の初期段階だった父親を1人で引き取った。前澤さんが一人暮らしがいないうちに、両親に何かあれば一緒にケアできるようだ。

キャリアカウンセラーの資格を持つ前澤さんは、介護者となる数年前から、多くの企業で介護離職者が多いことを知り、仕事と介護の両立に興味を持っていた。「介護休業は法的には約3ヶ月(93日)まで取得できる。しかし育児などと違う。介護の体制を整える、つまり公的サービスや他の支援を受ける手続や準備の期間。その取得率は3割程度で、取得しても体制が整えられず復職できない場合もある」と。

介護離職者の現実

年間10万人の介護離職者がいるといわれ、男性の割合も増加傾向にあること。そもそも妹家が暮らす千葉市美浜区に、「両親に何かあれば一緒にケアできるようだ」と。

翌日も、その翌日も続き、認知症や介護に関する知識がないこと、介護のマンションに引き取った父の状態が悪化していくことを考える。自分の生活はどうなっていくのか不安が募り、気持ちに余裕がないなって仕事を辞めたいと思うこともあった。

ある日、父親のケアマネジャーに介護の不満を話したら止まらなくなつたが、「大変ですね。何でも話してください」と、気持ちが楽になつた。「自分自身、こんなにストレスが溜まつていたのかと驚いた」と。

やがて認知症について正しく理解し、適切な対応をすれば穏やかに過ごしてもらえると気づいた前澤さんは認知症に関する書籍を読み、インターネットなどでから情報を集め、認知症の人には不安や戸惑いがあること、行動には意味があること、本人の気持ちを理解して接することが大切だと学んだ。認知症についても、認知症の人には不安や戸惑いがあること、行動には意味があること、本人の気持ちを理解して接することが大切だと学んだ。認知症についても、認知症の人には不安や戸惑いがあること、行動には意味があること、本人の気持ちを理解して接することが大切だと学んだ。

そこで、前澤さんは認知症や介護に関する知識と情報、相談できる人を作つておくことの大切さを実感した前澤さんは、父親がグループホームに入所したのを機に、切ぎを実感した前澤さんは、介護が重なる人が増え、介護が重なる人が増え、いつ終わるのかもわからない。女性の社会進出が推進され、子育て支援が手厚くなつても、仕事を続ける、つまづくかもしれない働き盛りは増えていくだろう。女性の社会進出が推進され、子育て支援が手厚くなつても、仕事を続ける、つまづくかもしれない働き盛りは増えていくだろう。

前澤さんは傾聴ボランティア養成講座を受講してから、同じく認知症を発症しても周りが理解し見守ることで、最期まで住み慣れた場

認知症カフェを知っていますか? ~地域の支え合いと交流の拠点~

傾聴ボランティアとの出会い

前澤さんは認知症についても、認知症の人には不安や戸惑いがあること、行動には意味があること、本人の気持ちを理解して接することが大切だと学んだ。認知症についても、認知症の人には不安や戸惑いがあること、行動には意味があること、本人の気持ちを理解して接することが大切だと学んだ。

そこで、前澤さんは認知症や介護に関する知識と情報、相談できる人を作つておくことの大切さを実感した前澤さんは、介護が重なる人が増え、介護が重なる人が増え、いつ終わるのかもわからない。女性の社会進出が推進され、子育て支援が手厚くなつても、仕事を続ける、つまづくかもしれない働き盛りは増えていくだろう。女性の社会進出が推進され、子育て支援が手厚くなつても、仕事を続ける、つまづくかもしれない働き盛りは増えていくだろう。

そこで、前澤さんは認知症や介護に関する知識と情報、相談できる人を作つておくことの大切さを実感した前澤さんは、介護が重なる人が増え、介護が重なる人が増え、いつ終わるのかもわからない。女性の社会進出が推進され、子育て支援が手厚くなつても、仕事を続ける、つまづくかもしれない働き盛りは増えていくだろう。女性の社会進出が推進され、子育て支援が手厚くなつても、仕事を続ける、つまづくかもしれない働き盛りは増えていくだろう。



▲プロを講師に口腔ケアの実演セミナーを開催



▲着物姿が自然体な前澤さん

千葉市美浜区在住、会社員。認知症わかり合いの会「和みかふえ」主宰。認知症の方の傾聴ボランティアグループ「稻毛ホワイエ」メンバー。10年前から休日には月に数回着物を着て過ごし、「気軽に着物♪くらぶ」を主宰。不定期で「着物deイベント」も開催している。



▲交流の様子。介護の悩みを語り合い、思い詰めていた心も軽くなる

●認知症わかり合いの会 「和みかふえ」

Mail. mae_753@crux.ocn.ne.jp
HP. http://blog.canapan.info/cafe753/

●cafe どんぐりの木

千葉市美浜区高洲 1-16-46 ☎ 043(301)2439

●認知症の方の傾聴ボランティアグループ 稲毛ホワイエ

http://blog.canapan.info/inage-howaie/

●気軽に着物♪くらぶ

http://mae-kimono.jimdo.com/