



季節のおたより



資金援助

Vancity

認知症の人を支える家族の会

- 他の介護者とお互いに支え合い、気持ちを分かち合える場所
- 「一人ではない」という安心感を得る場所
- 誰にも話せなかった気持ちを打ち明けることができる場所
- 認知症・介護に関する情報を得られる場所

認知症の人を支える家族の会 2015年1-3月の予定

1月14日、2月11日、3月11日

時間：午後1:30～3:00

住所：101-42 West 8th Avenue,

Vancouver

参加ご希望の方は、事前に
604-687-2172へご連絡ください

バンクーバーにも初雪が降り、街はクリスマスムードにあふれています。今年も残すところ一か月足らずとなりました。皆さま、いかがお過ごしですか。日本では高齢化社会の中で現在、認知症についての正しい知識と具体的な対応方法を学ぶキャラバン・メイト養成研修が厚生労働省によって推進されています。バンクーバーでも9月21日（日）に研修が開催されました。認知症の人を支える家族の会では8月から11月にかけて2か所のシニアホームの見学、ホームケアサポートのワークショップ、また、ドキュメンタリー映画『妻の病』伊勢真一監督のご友人による作品の紹介などを行ないました。今号ではこうした活動を振り返るとともに、これらのサービス利用に関して、会員や参加者の皆様の体験談やご意見などを特集します。



認知症サポーターキャラバン養成研修

9月21日（日）、トロントよりカナダ・ジャムズネット代表傳法清氏を講師に迎え、在バンクーバー日本国総領事館にて厚生労働省が推進するキャラバン・メイト養成研修が開催されました。これは、日本での社会の高齢化の中で認知症を患者さんやその家族だけの問題ではなく、社会全体が正しく理解し、支援することが大切であるという認識のもと、認知症についての正しい知識と具体的な対応方法を学ぶことを目的に行なわれた6時間にわたる研修です。

午前中の田中朝絵医師による認知症の症状や診断・予防について、また、認知症の人や介護している人をどのように支援できるかについての講義のあと、傳法氏がトロントでの実践を紹介しました。さらに、小グループにわかれて実際に私たちが社会の中で行なうことのできる支援について具体的に話し合いました。

参加者の一人は、「今まで周りに認知症の方がいてもどのように接してよいのか分からなかったが、今日の研修で相手の立場に立ってゆっくりと時間をかけて分かりやすく説明したり、患者さんが買い物など街の中で困っている場面に遭遇したら少し助けあげたりすることでサポートできることが分かった。これからも少しずつ勉強して行きたい。」と感想を述べられていました。

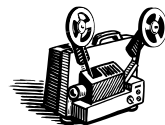


ボランティア紹介 阿部山優子さん



2年前から参加しています。BC州の病院で正看護師(RN)として働いていた経験から、病院での認知症の患者への対応についてシェアをさせて頂いています。個人的には叔父が認知症です。患者とご家族の生活の質にこだわった在宅ケアづくりを目標にしています。

映画「妻の病・レビー小体型認知症」は1人の医師が認知症の妻を10年間記録したフィルムを元に製作された作品です。50代から若年性の認知症となった妻と小児科医の夫の病との闘いをテーマにしています。ドキュメンタリーという形をとってはいますが作品全体を通してむしろ病を経て絆を深める夫婦の愛情を強く感じる映画です。10月の認知症の人を支える家族の会に、伊勢監督と主人公石本夫妻の共通の友人である南昭子さんが出席し、映画を紹介すると同時に監督やご夫妻の思いを語っていただきました。会に出席した方々は、それぞれの介護の体験や思いと重ね合わせてここバンクーバーでも是非上映して欲しい、と希望されていました。南さんは、石本夫妻の住む四国・南国市で11月に行なわれた上映会に参加され、カナダに帰国されています。家族の会で上映会の模様など、お話いただく予定です。



☆☆☆イベントレポート☆☆☆



シニアホーム見学第2回目：

ロイヤル・アーチ・メイソニック・ホーム

10月15日、認知症の家族を支える会のメンバー達10人が、2回目のシニアホーム見学として緑に囲まれたシャンブレイン・ハイツにあるロイヤル・アーチ・メイソニック・ホームを訪れた。この施設は前回のビュラ・ガーデンとは違って認知症の人でも入居できるレジデンシャル・ケアである。



ツアーは11時に始まり、職員のコリーンさんが案内をして、途中で質疑応答に答えてくれた。ベッド数は151で全てがシングルだが、例外として現在2組の夫婦が本人達の希望で大きめの部屋に夫婦共に住んでいるとの事である。レジデンスのうちの11人が日系人と言う事もあり、週に一度隣組のボランティアがランチを作り日系人の入居者達に日本の味を楽しんでもらっているなど、以前から隣組とのかかわり合いが深い。また、音楽療法師が4名居り、コーラス、ジャズなどを初めとする音楽関係のアクティビティーが盛りだくさんに組み込まれている他、アートルーム、園芸室等も完備していて、入居者達が退屈しないようきめ細やかに配慮されている。ヘルスケアに関しては、定期的に歯科の検診、足の爪切り等のフットケア、カウンセリング、フィジセラピスト等の回診がある。

食事は朝、昼、夜の3食でそれに加え午前と午後のおやつの時間がある。特に問題がない限りレジデント達は各階の中央にある食堂に集まって食事やスナックタイムを楽しんでいる。人種別では白人が圧倒的に多く、日系人を除くアジア系は現在10%位だそうだがバンクーバー全体の動向と同様にその数は確実に増えて来ているとの事である。レジデントの大半が白人だと言う事もあり、メニューの殆どが洋食だそうだ。

レジデンシャル・ケアは前回見学したアシステッド・リビングとはかなり異なり、各部屋にトイレはあるが浴槽はなく又キッチンも冷蔵庫もない。またこの入居者達は一人で外に出て買い物をすると言う事はないので、各自\$100位をお小遣い(comfort funds)として持っていて、毎週水曜日に各階にやって来る移動型の売店でスナックや切手等を買っているとの事だ。

職員は常に24時間態勢で勤務しており、高等看護師が2名、準看護師5名と介護士が16名ずつ常勤として配置されている。ロイヤル・アーチにはナースステーションが5カ所に設けられていて、各ステーションには準看護師が1名、介護士が3-4名ずつ配置されていると言う計算になる。高等看護師は特定のナースステーションには属さず、必要に応じて個別の問題に対処しているとの説明だった。

費用に関しては、BC州で定められた通りで、所得税の書類にでている収入の80%を支払うと定められているとの事である。レジデントの定着率はほぼ100%で、いったん入居してから自宅や他の施設に移ると言うケースはほぼ皆無だそうだ。又本人や家族にとって一番関心が深いと思われる入居する迄のおおよその待ち時間を聞いてみた。他の施設でも同じだが、時と場合によって異なるので一概には言えないが、既に別の施設に入っていてロイヤル・アーチに移りたいと希望する場合は平均12-18ヶ月のウェイティングで、自宅から直接の入居と言うのは殆ど例がないと言う事だった。即ち取り敢えず空き室がある施設に入居した上で、新たにロイヤル・アーチへの入居希望を提出する必要があると言う事だ。

——会員便り—— シニアホーム見学



先日、隣組認知症患者を支える家族の会より公的機関で運営されているシニアホームの現状を知るために2箇所のシニアホームの見学に行きました。

1つはThe Cedars at Beulah Garden。ここは比較的健康なシニアが入居でき、健康状態が悪化すれば別の施設に移ることになっています。他の1つはRoyal Arch Masonic Home、認知症の人も含めて一段と健康状態が悪い人も受け入れ可能で151人を収容できる部屋数のホーム。いずれも清閑な地域で清楚な高級ホテルのような建築で、設計も管理もよく行き届いた素晴らしい施設だと思われました。ただ設立時の設定の相違により健康医療

にかかわる管理や規制が少ないThe Cedars at Beulah Gardenの居住者の方がRoyal Arch Masonic Homeより自由に住めると言う印象あった。医療体制は両方とも行き届いており、安心できました。

入居者の料金は両方でサービスの条件が少し異なるので総合的に見た場合には大体同じで適正な負担になっているようです。問題は入居できる可能性で、申し込み者が多く、緊急の程度にもよりますが1年から数年待たねばならないと言うことでした。世界でシニア看護付ホームは日本が突出して多く、現在在宅看護切り替えに奔走している時代ですがシニアホームの数の少ないここカナダでは看護付ホームの増加をして庶民の要望を満たしてほしいものです。

入居者、入居希望者に現状をシニアホーム入居のことを聞いて見ますと、

Aさん：母（99歳）が認知症で入居しているので私が毎日行って世話をし、機会があれば連れ出して家族や皆に会うようにしています。母も楽しく、体も健康で元気であるので皆喜んでいます。

Bさん：長年夫（85歳）がストロークで看護してきたが自分も高齢になり、体力が衰え重い夫を支えきれなくホームに入居しました、自分は毎日看護に行くが、看護の負担が少なくなり非常に喜んでいる。

Cさん：夫（89歳）が腎臓病で入院し、その後一時帰宅在宅看護をしていたが、再発治療後直接ケアホームに入居しました。夫は初め帰宅を望んで居ましたが、最近は慣れてきたようです。一人での外出禁止なので毎日行って看護したり屋外につれだしています。自分が疲れ果てて先に死ぬかと思いましたが、入居で助かり元気を取り戻せ、良かったと思っています。

Dさん：現在夫婦（89歳）二人で住んでいますが、夫が認知症で家事一般すべて私にかかり、最近体力にも限界を感じ、自宅を手放してケアホームへの入居を考えています。色んな事を考えて未だ踏み切れず悩んでいます。

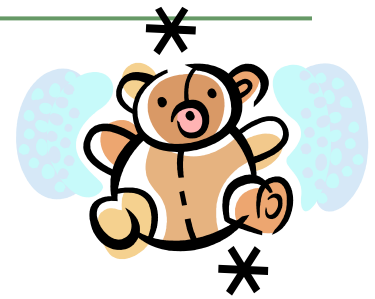
Eさん：今迄夫婦2人（85歳）で広い大きい家に住んでいましたが、数月前に夫が無くなり、子供達は遠くに住んでをり、1人取り残されて毎日寂しく何も出来ないで怖くて泣いています。ケアホームに移ることも考えている。

等々色々なケースがあり高齢者にとっては在宅看護やシニアホームのことは切実な問題でした。

今回の見学会はタイミングもよく、案内者の誘導で施設全域に渡る視察と、懇切な説明で施設の全体をよく理解でき、非常に有意義でした。



認知症備忘録 その4 デイサービス



最初に、母の様子の変化を目の当たりにしたのは、2年前の春、日本に一時帰国した時だった。前年の年末に帰国を予定していたが、諸々のことが重なり、やむなく帰国を延期した後のことだ。毎年夏に子どもたちを連れて帰っていたが、最後に帰った時から、母の行動が少しずつ変化していた。

実家に着き、そのあまりの変わりように居ても立ってもいられなくなった。半ば強引に、母のかかりつけ医との予約を取り付け、私だけで話を聞きに行った。かかりつけ医は、何となく変化に気付いてはいたが、加齢によるものとして片付けていたようで、特に何もしていなかった。もっと早く何らかの処置をしていれば、認知症を早期に発見できたはずだ。また、アルツハイマー型認知症とわかるまで、これほど時間はかからなかったに違いない。

家事を含め、沢山のことが手つかずになっていた。郵便物もほとんど開封しておらず、いろいろな手続きが滞っていた。介護保険の更新手続きもそのひとつで、すぐ市役所に連絡し、改めて要介護認定審査を受けた。正式に認定が下りる前に私がカナダに戻る予定だったので、認定を前倒しにしてもらった。「要支援」だった認定が「要介護2」に上がり、介護保険サービスが利用できるようになった。すぐに担当のケアマネージャーも決まった。

長く続けた習い事を辞めてから、買い物と通院以外の外出を殆どしなくなった母は、眠くなったら昼寝をし、お腹がすいたら何か食べ、本や雑誌を読む以外は、日がな一日テレビを見て過ごしていた。同居する家族が外出する間はひとりになる。私が滞在する間は相手ができるが、カナダに戻った後のことを考えるとかなり不安があった。早速、ケアマネージャーに通所介護（デイサービス）利用の相談をした。母自身も一日家にいるのはつまらなかつたのだろう。試しに一度行ってみることに快く応じてくれた。一日デイサービスで過ごして家に戻った母は、とても楽しかったようで、また行きたいと言う。ちょうど空きがあり、リハビリのプログラムがある施設と入浴サービスのある施設に、日曜以外、合わせて週6日通うことになった。

同じように通所する人たちと、工作やゲームをしたり、軽い運動をしたりと、ひとりで家にいるよりずっと刺激がある。家族が手伝うには無理が出てきたお風呂も、毎日ではないが入れてもらえる。朝出かける前の準備に手間取ることもあったが、生活にリズムが戻った。その日の様子や体調は、連絡ノートで連絡を取り合う。デイサービスでは昼食とおやつが出る。夕食にはお弁当の宅配サービスを利用し始めた。それまでは、特に昼食は有り合わせの物で済ませていたようなので、栄養バランスが気になっていたが、おかげで食生活が安定した。

デイサービスという選択肢がなければ、私はそのままカナダには戻れなかった。同居する家族が完全在宅介護することは到底無理だったし、介護する側が体を壊しては元も子もない。何より、母の身の安全が第一。結局母は、入院したことでデイサービスを利用しなくなったが、通っている間、とてもよく面倒を見てもらった。家にひとりであるより、ずっと充実した生活が送れたと思う。

介護は、状況に合ったサービスを有効に利用して、専門職の手を借りることだ。外野の声は気にせず、介護者がストレスを溜めないように続けるのが、望ましい介護形態だろう。
(介護者による投稿)

