

介護が始まるとき

第2回 社団法人認知症の人と家族の会

●「認知症の人と家族の会」理念

認知症になったとしても、介護する側になったとしても、人としての尊厳が守られ日々の暮らしが安穩に続けられなければならない。

認知症の人と家族の会は、ともに励ましあい助けあって、人として実りある人生を送るとともに、認知症になっても安心して暮らせる社会の実現を希求する。

「社団法人認知症の人と家族の会」（以下、「家族の会）」は、一九八〇年に設立、今年で三〇周年を迎えることになりました。認知症介護に携わる当事者と医師、看護師、ケアマネージャーなどの支援者が参加して作られた全国組織で、現在の会員はおよそ一万人です。

「家族の会」の活動

●活動の三本の柱（つどい・会報・相談）

①つどい（交流会）…どなたでも参加できます。

目的…仲間づくり、共感、ストレス解消、情報交換、学習、力を得る、知恵の宝庫

対象者別に開催…認知症介護者のつどい、男性介護者のつどい、若年性認知症本人と介護者のつどい等

②会報（本部会報「ぼくればわれ」、各支部会報）…会員対象です。

目的…つどいに参加できない介護者の心の支え、情報提供、活動報告、啓発、学習、共感

③相談（本部フリーダイヤル電話相談、



荒牧 敦子

社団法人 認知症の人と家族の会
本部理事・京都府支部代表

【あらまき あつこ】昭和60年から平成17年にかけて、ほぼ間断なく、義母・実父・夫、3人の認知症介護を経験。平成5年（社）認知症の人と家族の会京都府支部に入会。実父の介護が終わって、支部世話人・電話相談員として活動。

支部電話相談）どなたでも相談できます。

目的…話せる場の提供、悩みやストレスの解消、共感・共有、情報提供、学習、心の整理のお手伝い

※その他の活動

- ・世界アルツハイマーデー街頭啓発・講演会
- ・介護保険制度に関する「提言」を作成
- ・サポーター養成講座、調査・研究、ホームページ、全国研究集会

在宅介護の悩み

介護保険制度が始まって一〇年が経過し、さまざまな関係機関でその検証が行われています。「家族の会」からみる介護保険制度には、介護者支援の視点が欠落し

ており、そのことが特に認知症介護を在宅で続ける介護者を困難な状況に追い込んでいます。要介護認定では、初期の認知症の人に必要ないサービスが受けられるだけの介護度が出ない、身体が元気で、混乱したところと正常なところが入り混じる認知症の人に見合ったサービスがない等、の不具合があります。一方で、介護家族も認知症についての十分な知識を持たないために混乱をします。私たち「家族の会」では、自分たちの身近な介護家族への支援はもちろん、行政やサービスを提供する事業所と一緒に、介護保険制度の狭間にいる認知症の人と介護者への心のよりどころとなるような支援を目指しています。

介護保険制度に関して『提言』私たちが期待する介護保険』を作成して厚生労働省への働きかけもしてきました。それでは、介護家族がどんなことで悩んでいるのか事例を挙げてお話しします。

「つどい」

家族は、あのしつかりしていた親が、夫が、妻が、治る見込みもなく変わっていく悲しさ、介護の難しさ、辛さで優しさをなくしてしまおう自分を責め、これからどうやっていくのか、いつまで続くのか分からない不安で押しつぶされそうな気持ちを抱えています。

「つどい」は、同じ悩みを持つ介護者同士が集まって、包み隠さず自分の辛さが話

せる場として全国の支部で取り組んでいる家族の会の中心になる活動です。仲間づくり、情報の交換など、当事者だから互いに共感できる大切な場です。特に同じ立場での仲間づくりとして「若年性認知症の本人と介護者のつどい」「男性介護者のつどい」なども行っています。

これらのつどいで話されたことをまとめてみました。

●若年性認知症の本人（一八歳～六五歳までに発症した人）と介護者のつどい

- ・一家の大黒柱が、主婦が認知症になって、仕事を辞めざるを得なくなる
- ・家のローン、子供の教育費など経済的な困難と介護の二重苦
- ・本人もまだ働きたい、役に立ちたいという強い思いがある
- ・子供の将来への不安（就職、結婚など）
- ・認知症を治せる薬の早期開発を望む
- ・定年まで働ける環境づくりがほしい、企業の理解や就労支援対策を

●男性介護者のつどい

- ・妻の介護をしている人は、抱え込んでしまいがち
- ・一人の生活者として（家事など）の訓練が出来ていない上での介護は辛い
- ・妻と出かけたところに身障者用のトイレがないときの困惑
- ・妻の下着が買えない

- ・介護も仕事の延長線なのか？ 認知症は進行する、いくらがんばっても達成感のない毎日は辛い
- ・SOSが出せない、やせ我慢が介護者を追い詰める（叩いてしまうことも）
- ・自分の人生設計が根底から崩れた、これからの人生をどう歩んだらいいのか

電話相談による事例

【事例①】認知症なのか？

相談者・長男の嫁 地方都市の近郊に住む公務員 四〇歳代後半
要介護者・同じ敷地内の別棟に住む義母七六歳

●相談内容

要介護者は公務員の長男と相談者、他に二人の中・高校生の子供の五人家族。要介護者は比較的広い敷地内の別棟に住み、夫の死後三年が経っているが自立して暮らしてきた。孫が中学生になるまでは面倒を見て、共働きの長男夫婦に代わって家事や近所の付き合いもしっかりと果たし、趣味の仲間も多く活動的な性格の人であった。

相談者も義母のおかげで公務員として働いてこれたと感謝をしている。

最近になって気がついたが、掃除が行き届いていた部屋が乱雑になり、冷蔵庫を開けるとお豆腐と納豆ばかりが詰まっている

など、以前の義母とは何か違っていているように思う。しかし、本人と話していてもおかしいと思えることは感じられない。

ただ、以前はよく出かけていたのに、出かけることが少なくなっているようだ。時々「寂しい」ということがある。

気になって、夫に相談したが「まさか」といつて取り合ってくれない。

「これは、認知症の始まりではないでしょうか？」家族の会のリーフレットを見て、昼休みにかかつてきた電話相談です。

●助言

認知症の始まりは、定かには判断できません。しかし、以前の本人とは何か違って等、第一回でお話をした「家族の会」が考えた認知症の始まりに当てはまる症状がいくつか見られるケースです。

●対処方法

- ・受診をされることをお勧めします。
- ・お姑さんにかかりつけ医があつたら様子を話して診てもらい、必要なら専門医（神経内科・精神科・物忘れ外来）に紹介してもらおう。
- ・早期に見つけることで治る病気（正常圧水頭症、脳腫瘍、甲状腺ホルモン低下症等）もあります。
- ・医師の説明はご主人と一緒に聞いてください。たとえ認知症だったとしても、症状を遅らせる薬もあります。

・今後のことを家族みんなで話し合い、認知症の正しい知識を持つことが大切です。家族が、本人の心に添って優しく対応することで安心して、穏やかに暮らせることが多いのです。

・おばあさんに可愛がられてきた、お孫さんの出番もあるかもしれません。

【事例②】困難な症状・物盗られ

相談者・義理の息子 車で四〇分ほどのところに住む 五〇歳代

要介護者・女性 八一歳 脳血管性認知症とアルツハイマー病の混合型 要介護二

●相談内容

要介護者は相談者が成人してから、父親と再婚した義理の母親。三年前に父親が癌で死亡、義母は二年ほどして、日常生活でも物忘れが始まり、訪問販売で高額商品を買うなどの症状があり心配していたが、その後、倒れていたのを近所の人が見つけて救急車で運ばれ入院した。診断は脳梗塞だったが、他に聞かれる身内はなく、相談者が病院の支払いや水道光熱費などを、本人の預金通帳から引き出して支払っていた。退院後、義母が自分の知らない間に通帳の預金が引き出されていると騒ぎ、相談者が犯人だとして民生委員や近所の人に訴えて回る。相談者は父親の死後、残された家や財産の相続を放棄して義母の

老後に備えていたにもかかわらず、辛い思いをしている。もうこれ以上義母には関わりたくないが、どうしていいかわからない。

●助言

認知症の困った症状の一つに「物盗られ」があります。本人は自分がこれまで出来ていたことが出来なくなった喪失感や、さまざまな能力が失われていくことへの不安感でいっぱいなのかもしれません。一番関わりが多い人が犯人にされることも特徴です。否定すればするほどますますかたくなに犯人にされていくこともあります。認知症の症状としては珍しいものではありませんが、対応の仕方に困る症状です。認知症が進行することで、やがて物盗られも治まってくる。本人とのこれまでの関係や離れて暮らしているなどから考えても、これ以上関わっていくのは難しいでしょう、自分ひとりで解決しようとしなくて助けを求めてください。

●対処方法（相談窓口の紹介）

- ・本人の住んでいる地域の民生委員や近隣住民に事情を話して見守りなどの支援をお願いする。
- ・本人の住んでいる地域の地域包括支援センターに相談する。
- ・社会福祉協議会の地域福祉権利擁護事業の日常金銭管理を利用する。
- ・成年後見人制度を活用して訪問販売被

害などを防ぐ。

- ・介護保険制度のサービスを利用する。
- ・独居の認知症の人の場合には比較的早い時期の施設入所も考えておく。

【事例③】 困難な症状・徘徊

相談者…夫 六一歳

要介護者…妻 五八歳 アルツハイマー

要介護三

●相談内容

若年性認知症と診断された妻は、見た目はまったく普通で、認知症と判断するのは難しい。相談者がスーパーのレジで支払いをしている間に外に出てしまい追いかけてが見失ってしまった。携帯電話を持っていたので、警察に届けて本人が居る場所の確認はできたが、その場所に行きついた頃



には本人もすでに移動して見つけられなかった。六時間後によく探し当てたが、生きた心地がしなかった。何か方法はないのか。

●対処方法

- ・携帯電話・GPSなど場所を特定できても家族だけでは対応できない。
- ・地域のネットワーク（徘徊SOSネットワークなど）が取り組まれつつあるが、まだ一部の地域に限られる。デイサービスの送迎中に職員が見つけた例がある。プロの目が何か異変を察知できたようだ。
- ・本人の衣服に連絡先を書いた徘徊ネームをつけておく。
- ・お守りに連絡先を入れて身につけている人もある。
- ・地域の交番に認知症のことを話して写真を届けておく。

【事例④】 運転

相談者…妻 農業 七六歳

要介護者…夫 農業 七九歳 脳血管

性認知症 未申請

●相談内容

交通の不便な田舎で農業を営んできた老夫婦。夫に認知症状が現れ、受診をしたところ多発性脳梗塞による認知症といわれた。日常生活にはあまり変化はないが、農作業や買い物に行くとき、赤信号や一旦停

止の無視など危険なことがある。車がないと不自由なので、助手席に乗って見守っているがもう運転は無理だと思う。本人は運転に自信があり止めるつもりはない。相談者は運転が出来ない。

●対処方法

- ・免許・鍵などを隠しても本人には危機感がないのであまり意味はない。
- ・かかりつけ医に運転は止めるようにと忠告されて、止めた人がいるが、聞き入れない人も多い。
- ・最終的には車をなくすことでしか解決しないことが多い。家族がこれからの生活スタイルを変えてでも車を止めてもらうという強い意志が必要。

【事例⑤】「今から死にます」孤独な介護が

追い詰める！

相談者…息子 四二歳

要介護者…実父 七〇歳 認知症（病

名不明） 未申請

●相談内容

「今から死にます！」で始まった相談。なぜ死のうと思ったのかをたずねると「父が僕の作ったご飯を食べてくれないのです」と涙声。ゆっくりと話を聞いていくと、家族の事情が浮かび上がってきた。両親は別に暮らしていたが、父親に認知症状が出てくるとすぐ、母親は家を出てしまった。相

談者は当時新婚の妻と暮らしていたが、仕方なく父を引き取った。ところがまもなく妻は、約束が違うと言って出て行き、離婚した。仕事もフルタイムでは働けなくなり、生活が苦しくなっているにもかかわらず、父親は「こんなまじいものが食えるか!」という。「家族の会」の電話相談のリーフレットを見て相談につながった、孤獨な介護が追い詰めるという事例。

●対処方法

- ・とにかく電話が切れないように、ひたすら話を聴く。
- ・地域包括支援センターに相談をするように伝える
- ・私があなただのを知って、あなたのこととを思っていると伝える。
- ・独りで悩まないで「あなたは独りではない!」と伝える。
- ・「死にます!」は「助けて!」の叫び。



介護家族の悩み

●介護者の心身の悩み

- ・介護疲れ、睡眠不足、介護者の体調不良、介護うつ
- ・先の見えない介護への苛立ち
- ・優しく出来ない自分を責めてしまう

●人間関係の悩み

- ・要介護者と介護者のこれまでの関係
- ・家族・親族との関係(直接介護する人との意識の違い)
- ・地域や近隣との関係(世間体)
- ・孤獨な介護(虐待、介護殺人、介護自殺)

●介護の対象者によって介護者の受け止め方が違う

- ・義理の父母…介護は大変だが客観的に見ることが出来る
- ・実の父母…ダメになっていく親を見て介護をする辛さ
- ・配偶者…人生設計が狂ってしまった無念

終わりに

認知症には脳の病気によって起こるさまざまな症状がありますが、個性的で個性の強いのが特徴です。一人ひとり生きてきた道が違うように症状も違います。その人らしく生きられるように「安心」を届ける

ことで穏やかに暮らせることも多いのです。今、全国で「認知症サポーター養成講座」が開催され、「ぼけ」でも安心して暮らせる町づくりを目指しています。

認知症は特別な人の問題ではありません。私の、そしてあなたの問題です。

認知症介護は家族だけでは支えきれません。介護保険制度から抜け落ちた介護者支援を、認知症の正しい理解に基づいて、医療・福祉・地域で支えられるネットワークを私たち市民の感覚で育てていきましょう。

介護で困っている人には、行政、地域包括支援センター、社会福祉協議会、認知症の人と家族の会の電話相談などの相談窓口を教えてください。

社団法人認知症の人と家族の会

〒602-8143 京都市上京区堀川通丸太町下る
 京都社会福祉会館2F
 TEL: 075-811-8195 FAX: 075-811-8188
 Eメール: office@alzheim.or.jp
 ホームページ: www.alzheimer.or.jp
 子ども向け: www.alzheimer.or.jp/kodomo

認知症の電話相談(通話無料) 0120-294-456

(月~金: 10時~15時 日、祝休み)
 全国の44都道府県に支部があり、
 身近なところでつどいや電話相談をしています。