



# ぶどうの会だより

発行  
福津市在宅介護者  
「ぶどうの会」

2018年4月  
第36号

ぶどうの会事務局  
(福津市社会福祉協議会)  
電話 34-3341

## 遠距離でもできる介護 大和 郁代

福津市での父母の在宅介護を終えて、命日の一月一日で丸八年が過ぎた。正月を迎えるたびに、認知症の父に教えられた数々の自分の認識不足を思い出す。今、その時を振り返りながら、下関に住む母の弟夫婦(どちらも八七歳)の遠距離介護(在宅)をやれる範囲でやっている。

叔父夫婦は、私の父母の長い在宅介護の間、何かと励ましてくれたのだが…。父の一周忌や三回忌ごろまでは、高速を通過して福津まで何と来てくれた。しかし、叔母の話によると、「この家までなかなかたどり着けなかったのよ」とのこと。それを何気なく聞きながら、忘れっぽくなってきたのだな…。いろいろが思っていた。叔父夫婦は、私の父母の長い在宅介護の間、何かと励ましてくれたのだが…。父の一周忌や三回忌ごろまでは、高速を通過して福津まで何と来てくれた。しかし、叔母の話によると、「この家までなかなかたどり着けなかったのよ」とのこと。それを何気なく聞きながら、忘れっぽくなってきたのだな…。いろいろが思っていた。

その叔父への苦情が増えてきた。初めの頃は単なる愚痴かと聞いていたが、「おや、これは父の認知症の初期の段階と似ているな」と思い当たる。その後知ったことだが、その状態をMCI(軽度認知障害)ということだったので、できる限り早く治療を開始することが大切なのだ。おかしな父の言動を、年のせいや頑固で我が儘のせいにして長い間病気とは思わなかったあの頃の過ちを再び繰り返してはならない。

叔母の話によると、「買い物はいつも行くスーパーを忘れていた」「池で三〇年も大切に飼っていた錦鯉の水替えをしているうちに、そのことを忘れて全滅させた」「家のことや自分のことを何もしなくなっただけ」等々。私が、「病院に行ってみたら」と言っても、「いや、体はどつともないし、年のせいだから…」と全く行へない。それでも電話での愚痴は増すばかり。これは私たち夫婦が責

任を持って病院に連れて行く以外にない。叔父夫婦の息子は横浜に家を構え働き盛りだ。そこで、この病院に連れて行けばよいか。そこで、父の時に字ばせてもらった「認知症の人と家族の会」を思い出した。

まず、福岡県支部に電話をし、そこから山口県支部→下関支部→叔父の家に近い病院である「脳神経外科クリニック」を教えてくださいました。次は叔母の説得に当たったが、「病気がわからないから私は連れて行かん」「病院なんて必要ない」とかたくなだった。そこで、「私たちが全て責任を持つから」と言いつつ説得し、私たちの引率で叔父の通院が始まり、認知症の薬を飲み始め、現在に至っている。今は一か月ごとの受診から二か月ごとの受診に変わった。年一回の脳のCT画像もあまり進んでいないようだ。

朝食後一回の服薬は叔母の管理のもとだったが、一年前くらいからおかしくなってきた。叔父の定期受診のために訪問すると、薬が大量に残っていた。そこで、私たち夫婦で薬を日にちごとに分け、一か月分をケースに入れ、月末には服薬の点検と翌月の薬を入れに訪問するようになった。

叔母は市役所からの書類が来るとパニックを起こし電話がある。書類の内容を確認かめ、必要事項を記入し市役所に返信するのにも私たちの仕事である。あるとき、「直した所にお金がない。どうしようはない。70万入りだ」と電話があった。それは大変で、私たちは探して二日かけたがどうしても見つからない。ついに警察に頼みに行った。六人の警察官が捜索した結果、外部からの

侵入の形跡もなく、とんでもない所から、若い警察官が発見してくれた。その後も、「財布がない」「保険証がない」などと続いたが、私たちはその都度見つけ出すベテランとなった。これは叔母もMCIの可能性があり、叔父と同じ病院に連れて行くことということにした。それがまた一苦労だった。

私が「かかりつけ医になってもらおう」と言っても「私は病院にかかったことはないから行かん」と叔母。「私たちが一年一回の特定健診を受けてるよ。健康診断だけでもしてみようよ」と言っても「必要ない」とかたくなに拒否をする。そこで私の殺し文句「もし家で死んだら死亡診断書を書いてもらおうところがない、警察の厄介になるんだよ…」と、あの手の手の結果、やっと了解を取り付けた。

叔母の認知症の進み具合は、叔父の脳のCTと大差ないが、わずかに叔母の方が進んでいた。家事はなんとかこなすし、買い物もできているのだが、最近はお鍋を焦がす、やかんはかけっぱなしが多い。家事がおっくう、いつまで食事を作らんといいかんかね、したくない…。などの愚痴が増えてきた。ヘルパーさんを進めるが、頑として受け入れられなかった。

横浜に住む息子が昨年で定年となり、二か月に一度は帰ってきて、叔父の別の病院受診をしてくれるようになった。一週間程度はいてくれるので、我が親の現実を理解できるようになってきた。うだ。今後、彼がどうしたらよいかをアドバイスしたり、これからの叔父・叔母をどう見守っていかばよいかを考えたりと、私たち夫婦の仕事はまだまだ続いていく。

**介護のページ** 柳田美知子  
「今日は何曜日?」「いつくん?」「何曜日よ」弁当を作りながら応える朝、そうして一日が始まる。デイサービスの送迎の車に弁当持参で乗り込む夫。私は見送りながら、彼が健康な時、このような光景があったことを思い出す。

26年前、夫47歳、私41歳の時である。突如、夫の脳に異変が。そして体以後遺症。左半身マヒの為、自由を、又仕事すら奪われた。思つよつに動かない身体は心まで蝕むのか、外出を嫌い、人との交わりも無く、引籠りの生活が数年続く。そんな折、知人からデイサービスを勧められ重い腰を上げお世話になる。

デイサービスに居場所をみつければ、少しずつ本来の明るさを取り戻してくれた。リハビリにも精を出し、自信を取り戻してきたことでデイサービスでの楽しみも出来た。スタッフの方々のニックネーム付け(笑)



デイサービスから帰って来ると「弁当美味しかったよ」と言ってくれ、その日の報告をしてくれる。引きこもりの頃、こんな生活は予想すらできなかった。ある日、何気なく洩らした私の悔やみ事に、「苦労かけるね、守ってやれずにごめんね…」私はドキッとして夫の顔を見ると、目にいっぱい涙を溜めている。私は夫に詫言、自分の言葉に恥じた。元気な頃の夫からは想像もつかない言葉に私も涙。二人して泣いた。そんな時、24年の介護の疲れも吹っ飛ばした。夫はドライブが好きで、ぶらりと二人でよく出掛ける。時々起るハプニングに自由な身でありながら、この強い夫でいてくれる。余り表情のない夫ですが、皆様から目の輝きが違って来たと言われます。周りの方々に支えられ、介護を通してたくさんの方々と出会い、夫だけでなく私も変えて頂いたようです。現状維持を合言葉に、前向きに取り組んで行こう。皆様、有り難うございました。

**残された時間** 樫根 わ子  
いつもの様に今日が始まる庭のすいせんは何でもない様にいきいきと咲いている。夫の介護も、昨年4月に入院して(正確には強制的に入院してもらった)8ヶ月終章を迎えようとしております。夫は入院時の血液検査で白血病(血液の癌)と診断され、余命3ヶ月とまでDrに告げられ現在に至ります。

見舞つ度、夫は大人しくなり少しづつ痩せていきます。あの乱暴な夫が嘘の様に弱って小さくみえます。何かしてあげたい。家に連れて帰ろうか、私自身どうしたら良いのか悩みました。在宅介護、まると夫の人生を受け止めて最後を看取りきれぬだろうかと、不安が交差します。結局入院という形をとりましたが、今でも揺れているのです。認知症の介護とは、一言ではいえない大変な内容と覚悟が在るのです。

・色褪せて共に歩いた日記帳



大切な居場所づくり

下釜 京子

誰もが介護と向き合う時代となりました。先輩たちが支えて来た「ぶどうの会」今こそ重要な役割を担っている気がします。

介護者をやさしく受け入れる、そんな居場所があちこち有るといいですね。「田んぼを開くことの大切さ」ぶどうの会を通して学ばせて頂きました。感謝です。



リフレッシュを

杉 良子

皆様、毎日の介護で苦労さまです。私も母の介護をしました。初めは手さぐりの状態でした。いろいろな事を経験させてもらいました。ある介護された方は、体調も壊し心の不調も抱え大変だったとおっしゃっていました。

介護者がリフレッシュ出来る時間を確保することが大切だと思います。私も施設を利用していただいで介護から離れ心身ともに休める時間が出来ました。いろいろマネージャーさんと話し合い助けていただきました。母も100歳で亡くなりました。これからは自分が元気で家族に迷惑をかけないように過ごしたいと思えます。

私の宝物

柏木美智子

「ぶどうの会」の設立とき再三のお誘いで入会したあの頃は、母も仲間の皆々さんもお元気でした。それから2年後なんと発病しました。声を失いました。本人は勿論私も驚きました。「口惜しいだらうな」「淋しいだらうな」と日々座つたままでキーボードを買ってみました。「教会」でよく唱っていましたので、すぐに手が動きました。ひき出しました。私はひけません。そこで唄歌の本から「マジックペン」で大学ノートに転記

してみました。なんと1.3.0曲書けました。これなら大きな字だしどんな唄歌でもひけます。ところどころに母や孫の字が入っています。私も一緒に楽しむ事が出来ました。主人が表紙をきれいにしてくれました。ダメになったので2台目の小さなキーボードに買いかえました。昨年13回も書きました。お母さんの好きな唄々、ひいてみましょうね、これからもみまもって下さいね、お母さん…。

「ぶどうの会」へ入会して

久保 国春

妻の行動に異変を感じましたのは5年前、私が九大病院へ入院している時の事でした。いつものリュックを背負っていない。「リュック」はと問うと「忘れた」との返事。几帳面な人にしてはおかしいと思つてましたが、電車に忘れたのでしょつ、見当たりませんでした。又自分の部屋や階段を昇降する時など独り言を言っている。足

の暖房器がない。結婚式の貸ロッカーが分らない等で、三ヶ月前に診て貰いました。結果、アルツハイマー型の認知症と診断され、動揺は隠し切れませんでした。その後の私の楽しみは、シルバーの仕事での仲間との会話、夕陽館の入浴のみでした。ある日、デイサービスのケアマネジャーさんに「ぶどうの会」に「参加してみたら」の言葉で参加し、前が明るくなり始めました。自分だけでない、いろんな介護者がいらつしやる事に勇気を戴き前進を見ています。一番嬉しく感銘を受けましたのは、私がトイレに行った時、妻が行方不明になった話と「みんなのトイレ」一緒に連れて行き利用するようにアドバイスを頂きました。その後、毎日「ぶどうの会」に出席させて戴いています。私もだんだんと「親切、やさしさ」に魅了され邁進しています。「ぶどうの会」の皆様、今後とも何卒宜しくお願い申し上げます。

川柳コーナー

- 一人から始まる今日の物語 櫻根 わ子
- ふるさとの窓家並と海と山 下釜 京
- 木の葉一まい裏も表も見せて舞う 長井すみ子
- まだ美人合わせ鏡で確かめる 中山 きえ
- ティータム目で聴いている手話の友 柳田 涼子
- お茶室の侘助の白何語る 奥 節子
- 隠岐の海勝って笑顔の夫を看る 道下 光子
- ガラポンを何度まわせどはずれ玉 村山 明美
- 愚痴埋めるいつかは土になるだらう 河内やすこ

愚痴埋めるいつかは土になるだらう

これは福岡で最も大きな句会の楠の会で平成29年度年間大賞に選ばれた一句です。

作者は福津市のぶどうの会で活躍されている河内やすこさんです。

人として生きていくと様々な摩擦があり愚痴をこぼす事も多いでしょう。心にしまいこむことで静かに土になり、いつかは美しい花を咲かせることもあるかもしれません。人の心を打つ素晴らしい句だと思えます。

選者 長井すみ子

活動写真館



料理教室  
ちらしすし御膳(5月)



宗像音楽倶楽部「ふれあい」  
コーラス(6月)



認知症講座

認知症の理解と関わり 私たちに出来ること(9月)  
(講師)特別養護老人ホームむなかた 和田圭子先生



お楽しみ会(10月)  
講師 田宮宏介先生



新年会(1月)



バスハイク・かえる寺見学(11月)

～介護者どうして交流をしてみませんか～

介護者を優しく受け入れるこの場所を提供し続けて行きます。小さな取り組みですが、明るい介護につなげて行けたらと思っています。見学もお気軽にどうぞ。お待ちしております。 福津市在宅介護者「ぶどうの会」

★活動:

①定例会

介護に関する学習会やリフレッシュ事業などを行います。  
時間：13:30～15:30 会場：ふくとぴあ・わくわくルーム(2階)

②わの会

介護者と介護を終えたOBとの「おしゃべり」で過ごします。木曜日に開催して

います。  
時間：13:30～15:30 会場：ふくとぴあ・会議室(2階)

平成30年度 予定表

月	定例会	わの会	月	定例会	わの会
4	16(5)	5、12、26	10	19	4(ホ)、11(ホ)、25(ホ)
5	15	10(ホ)、24(ホ)	11	12	1(ホ)、8(ホ)、22
6	13	7、21(ホ)	12	休	6、13(ホ)、20
7	休	5、12、19、26	1	15	10、24
8	休	2、9、23	2	休	7、14、21
9	13(5)	6、20	3	14	7

※注釈  
ホ…ボランティアルーム(2階)  
ら…らくらルーム(3階)

◇お問い合わせ◇ 福津市社会福祉協議会(ふくとぴあ2階)電話34-3341