



上手に使おう

介護保険 ③

老々介護に頑張る日々

姑が87歳になった2002年から、私達夫婦と一緒に暮らす事になりました。その頃、姑はまだ元気で、自分の洗濯物は毎日の様に洗って楽しみに干しておりました。買い物と食事の用意は、私がしていましたが、時々自分でも買い物に行ったり、近くの内科医院に出かけたり、自分で出来ることは、自分でやろうと努力しておりました。

95歳を過ぎた頃から体力が落ち、家の内外でよく転ぶようになって、怪我の絶え間がありません。テレビは大音量でないと聞こえないし、目も片方の視力が大変悪くなり、視野も狭くなり疲れやすくなっておりました。ディサービスにも慣れ、ショートスティという施設でのお泊りにも行っていました。外出の身支度が自分で出来なくなったので、ヘルパーさんに手伝ってもらっていました。

97歳を過ぎた頃には、月日の認識がおかしくなり、今日が、何月何日の何曜日かが分からない



くなっておりました。昼間に寝て夜起きて、昼夜逆転し、徐々に認知症も進み、家での生活が難しくなってきましたので、介護施設に入所させて頂きました。

今は98歳ですが、施設の方々のお世話で日々を過ごしております。

姑との長年の同居は、さまざまな出来事やトラブルがあり、精神的にも大変疲れる日々でした。今後も、いろいろな事があると思いますが、姑には安らかな老後を送ってもらえるように頑張ろうと思っています。

今や老々介護の時代です。グループ〈わ〉の皆さまの中にも、親の介護でつらい思いをされている方が多いと思いますが、この連載が参考になれば幸いです。

(堺壽代・音9 西区会)

●相談窓口

介護保険制度	コールセンター ■ 333-3330
保険料・減免制度	各区役所医療係
高齢者の相談	あんしんすこやかセンター
認定を受けたい	えがおの窓口
認定について相談	あんしんすこやかセンター
住宅改修	すまいるネット ■ 222-0005

※ 神戸市介護保険のあらまし参照

アジア行政官、わなど視察

人口の高齢化と高齢者施策を研修しているフィリピン、タイ、インドネシアなどアジア5か国の保健担当行政官6人が、3月3日午後1時からシルバーカレッジとグループ〈わ〉を視察しました。

2階のLL教室で、カレッジ・糸原マネージャーがしあわせの村内には病院、福祉施設、テニスコートなどが種々そろい、日本でも有数の総合福祉ゾーンであることを説明。シルバーカレッジの英語説明入りのDVDをスクリーンに映して、約20分、概要を説明しました。続いて〈わ〉の国際部会から3人（柳川瀬淳一部会長、土井昭政、鬼村信行さん）が、英文6ページのチラシを用意して待機。鬼村さんが英語で部会が5つ、区会が9つあり、カレッジで学んだことを社会にお返しするボランティア活動をしていると話しました。

参加者との一問一答では「なぜ、〈わ〉の名前なのか」「なぜ57歳入学なのか」「講師料を払うのか」

などの質問が出ました。鬼村さんは「平和の〈わ〉、わかかの〈わ〉、話の〈わ〉からとった。いいネーミングでしょ。講師料は払っているが、我々の方が経験豊富でよく知っている」など、ユーモア交じりに答えていました。このあと、グループ学習合同発表会を覗き、美術工芸の卒業制作展（写真⑥）に見入り、スマートフォンで写真を何枚も撮っていました。



参加者は「カレッジは素晴らしい、有益だ」「学生が生き生きと青春している

感じ」と感想を話してくれました。この研修は神戸アジア都市情報センターとWHO神戸センターの主催で、3月2日来日、同6日まで同センター、WHO、神戸市高齢福祉課、介護保険課などのレクチャーを受けるといいます。

(広報・永野知己)