

岩下 太郎 さん

介護の悩みを抱えている人に寄り添いたい

「古河認知症の家族の会」



6年前、妻の介護がきっかけで、認知症介護による肉体・精神的負担を軽くできるような場所が必要だと思い、認知症の家族を介護する人を対象にした「古河認知症の家族の会」を立ち上げました。

この会では、介護の悩みを抱えている人や経験者・専門職の人なども参加して助言をもらったり、認知症の情報を共有したりしています。

誰に相談したらいいのか分からない人や介護経験がある人は、ぜひ参加してほしいと話す岩下さん。

今後はケアラズカフェの開設も検討しており、介護に携わる誰もが気軽にほっと一息つける場所づくりを続けて行きます。

鈴木 そうですよ。自分で何とかしようと思っていた時期は本当に大変でした。それでは無理だと認めて線引きができてからは、精神的に楽になりました。また、不安などを聞いてくれるケアマネジャーさんが身近にいてくれることも心強いです。

斎藤 専門職の人でなくても、同じような経験をしている人に話を聞いてもらえるだけで、気持ちが全然違いますよね。

鈴木 自分が悩んでいる部分は、ほかのご家族のこの時期の話なんだな。経験談を事前に聞くことで、心構えができます。

斎藤 当事者になるまで、認知症や介護について何も分からなかったけど、もっと早くいろいろな知りたかったと今では思います。

鈴木 これから介護に携わるであろう若い世代の人にこそ、認知症に関する経験談や情報を広く知っていただきたいです。

Interview

古河認知症の家族の会に参加する皆さん

父の介護に携わって約2年。最近まで在宅介護をしていました。

認知症患者の介護は、肉体的な疲労よりも精神的な疲労の方が大きく、こちらの思いが伝わらないので、何度も同じことを言わせるなど憤ったこともあります。

斎藤さん(仮名)

20年振りに同居することになった母が、約3年半ほど前から認知症を患いました。

在宅介護をしていた時はけんかばかりでしたが、施設に入所してからは少し余裕が生まれ、優しく接することができるようになりました。

高橋さん(仮名)

海外旅行が大好きだった母。4年ほど前から少しずつ歩く速度が遅くなり、徐々におかしな行動を取るようになりました。

元気だった母がまさか認知症になるなんてという思いから、なかなか現実を受け入れることができていません。

鈴木さん(仮名)

介護経験者の声



8月4日に行われた「古河認知症の家族の会」には過去に家族の介護経験がある人や現在家族の介護をしている人のほか、ケアマネジャーなど9人が参加。介護の悩みを相談したり、認知症についての理解を深め合ったりしました。その会話の一部を掲載します。

鈴木 今回初めて家族の会に参加したので、ぜひ伺いたいのですが、家族が認知症になったことを受け入れるのにどれくらいの時間がかかりましたか？ 私は、医師から診断を受けたので頭では分かっているつもりでも、気持ちがついていかないとこころがありません。

高橋 私は今も受け入れられていません。もちろん認知症だという事実は理解し

ています。既に施設に入所しているし、たまに会うからこそ優しい言葉もかけられるけど、今後在宅介護に戻った場合は自分の感情がコントロールできるか不安です。

斎藤 何度注意しても同じことをするんですよ。毎日一緒に生活していると、家族のストレスが溜まってしま

気持ちも楽になりますよ。こういうことは、実際に経験してみないと分からないですよ。

高橋 私も在宅介護ではどうにもならなくなり、施設への入所を決めました。自分の時間を作ることも大切だと思います。



鈴木さん(仮名)・・・介護歴約2年、別居の母の介護をしている
高橋さん(仮名)・・・介護歴約3年半、4月から母が施設に入所
斎藤さん(仮名)・・・介護歴約2年、退職後から父の介護に専念

※個人情報保護するため、仮名での表記とさせていただきます。

古河認知症の家族の会

古河地区会場

日時 毎月第1水曜日/13時30分～15時30分
場所 コミュニティセンター平和(平和町)
電話 090-1669-3248(担当：岩下)

三和地区会場

日時 毎月第3水曜日/13時30分～15時30分
場所 三和地域福祉センター(仁連)
電話 090-1669-3248(担当：岩下)

認知症カフェ

オレンジカフェ遊楽庵

日時 毎月第2金曜日/10時～15時30分
場所 旧赤澤宅(宮前町)
電話 090-8056-5530(担当：石田)

オレンジカフェ雷電

日時 毎月第2月曜日/10時30分～15時
場所 雷電二丁目自治会館(北町)
電話 090-2406-4489(担当：梅本)

みらいカフェ

日時 毎月第2水曜日/14時30分
場所 共創未来古河南薬局(大堤)
電話 23-4870(担当：前田)