



## 『11月のつどい』は南区で開催しました



11月の「つどい」は、11月20日(木)南区民センターで、13名の参加をいただき開催しました。「ちょこっと学習会」は、訪問看護リハビリテーションセンターななかまど中央の吉田理恵子様より「訪問看護のリハビリテーション～言語聴覚士について」説明いただきました。言語聴覚士(ST)は、言語、聴覚、嚥下に課題を持つ人を支援する国家資格を持つ専門職です。高齢者や認知症の方などで、言葉が出ない、発音がおかしい、注意が続かない、忘れっぽい、食事中によくむせるようになってきた時などに、相談を受けて訪問し、リハビリを行います。例として、認知機能や嚥下機能のリハビリがあり、嚥下の場合は食事摂取状況の確認、のどや口の体操、筋力訓練、呼吸訓練、食事注意点の共有などがあります。食事へ影響が出始めた、介助の方法を知りたい、自宅での生活を続けたい、という場合に利用できるサービスです。

いつもの語り合いでの皆さんの発言概要は、以下のとおりです。

### ★要介護1 89歳の母を介護 同居の娘

アルツハイマーの母と二人暮らし、仕事もできず毎日行動の監視と対応に格闘の真っ只中で、気がおかしくなりそうという状況です。この苦労を相談したいと思って、今日つどいに初めて参加しました。食事や外出はできますが、ここ2年ぐらいで急激に進行し、約束が守れなくなった、何度も同じ話をする、待ち合わせできない、明白な嘘をつく、整理整頓できず、服装もおかしくなるなどです。今一番困っているのは、排尿も緩くなっていて、リハビリパンツと尿取りパッドを併用していますが、度々パッドを下水道に流して詰まらせてしまうことです。「流した」「流してない」の押し問答で、トイレについて行って「流さないで」と言っても聞いてくれません。また、パッドが汚れても使いまわそうとして異臭がすることもあります。

### ★会員より

何度も同じ話をするのは認知症の典型的な症状です。本人はそれを意識していませんので、説得しても意味ありません。介護する側が認知症の人の世界を理解して、否定せず怒らないで柔軟に対応していく必要があります。私の経験では、何度同じ話をしても、「うん、うん、そだねー」と笑顔で返答するようにしました。うまく対応できるようになるまで時間が掛かりましたが、とても穏やかになりました。

### ★会員より

嘘をつくのは、症状として取り繕っているのです。何で怒られるのかわからない、「私は覚えてないし、悪くないのよ」と言いたくて、結果的に嘘になるのです。パッドの件も、怒らずにうまく使えていることを褒めてあげて下さい。よい感情はしっかり残ります。

できないことは怒らない、いいことはうんと褒める、難しいけれどそれを心がけると全然違ってくると思います。今までは、感情もなくなり何もできなくなるのが認知症と思われていましたが、そうではありません。

### ★会員より

パッドを流す件は、水の元栓を閉めることで対応する、トイレに行く時間を決めて誘導するなど考えられます。排泄ケアに詳しい看護師やメーカーの方もいますので、相談することもできるかと思います。最近のリハビリパンツは正しく着用すれば保水性は高いです。まず、リハビリパンツのみを使うようにできると良いかも知れません。

### ★母(68歳)のMCIを心配する息子

母は昨年脳動脈瘤の手術を受けました。その後、生活に大きな支障はありませんが、些細なことで物忘れが多くなったように感じます。MRI検査では異常なしでしたが、もしMCIならどうかと心配しています。MCI診断のために病院に行くのは言いにくいのですが…。

### ★会員より

長期入院による環境変化で物忘れが出てきた可能性もあります。やはりかかりつけ医や通院している病院を通じて、専門医を紹介してもらい診断を受けるのが望ましいです。普段の経過や状況をメモしておいて、先生に渡すといいと思います。定期診断などの受診時に検査を受けるよう勧める方法もあります。もしMCIと診断されても直ぐに心配、不安になることはありません。元に戻る可能性もあるし、早期発見は今後の対応や対処法を考える良い機会にもなります。

## 12月のつどいのご案内

【とき】 2025年12月19日(金) 13:30～15:30

【ところ】 手稲区民センター3階視聴覚室、手稲区前田1条11丁目

【最寄り駅】 JR手稲駅徒歩5分 ※1月の「つどい」は新年会のためお休みです。

ちょこっと学習会テーマは、「感染症の予防と対策」です

