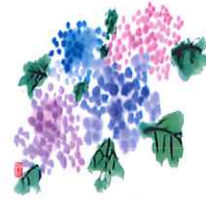


シソ大収穫祭



ゆりの里だより



七夕飾り完成!



この吹き流しは、手作りによる渾身の力作。本格的な作りです。さすがですね。

梅雨の長雨が続いていますが、皆様におかれましてはおかわりございませんでしょうか。6月は利用者様が栽培されているシソの葉を職員と一緒に摘み取りました。今年度は長雨のおかげで大きく成長したシソの葉を収穫することができました。収穫したシソの葉はジュースにして、この後頂く予定です。毎月、ゆりの里では季節に応じた活動やレクリエーションを楽しみ実施しています。皆様もどうぞお気軽にゆりの里見学にお越し下さい。



第74号
平成27年7月

- ・宅老所
- ・グループホーム
- ・高齢者専用住宅
- ・訪問介護ゆりの里

住所：
宮崎市佐土原町下田島
19658-1
TEL: 0985-72-0680

URL: <http://care-net.biz/45/yurinosato/>
(宮崎市ゆりの里で検索可)

室内で過ごすことが多いこの季節、ゆりの里では散歩や体操などを行って体力維持や気分転換に努めています。



利用者様と宮崎市一ツ葉にあるビーチまでドライブに出かけました。東の間の梅雨の晴れ間を楽しみました。皆様とても気持ちよさそうに海を眺めていらつしやいました。早く梅雨が明けるといいですね。

やさしい時間(とき)の流れ、
絆強い極楽の園
人情・心通わす第二の家

ゆりの里



認知症シリーズ 第44回

家族介護者の揺れ動く心理



ご家族の多くが認知症の人を介護しながら生活を共にすることで初めて様々な気持ち(心理)を体験します。はじめは「何かがおかしい」と感じながらもしばらく様子を見ます。そしてご本人を受診させた後、認知症と診断を受け落胆します。ご家族の中には治癒への期待から病院を転々としたり民間療法を試みてみたり…。やがては病気が進行して以前とは変わってしまった認知症の人をみて嘆き悲しみます。介護を担う過程で「これからどうなるのだろう」と不安になったり、あるいは自分を責めるあまりうつ状態や介護を放棄してしまうケースも。最近よく問題になっている被害者意識や怒りによる認知症の人への高齢者虐待等などもそうです。このように認知症の人の介護には否定的な面が少なくありません。しかし認知症の人の介護には建設的なプラスの面があることも忘れてはなりません。「良くなれないと思っていた認知症が介護の工夫で良くなった」「以前よりコミュニケーションがうまくいくようになった」など喜びを感じるご家族もいらっしゃいます。認知症の人を持つご家族の皆様は様々な心理状態を行ったり来たり揺れ動くのが実際のようなのです。

家族介護者の心理と対策

	具体例	対策
誤解	<ul style="list-style-type: none"> 物忘れは年齢のせいだと考え、認知症に気付くことが遅れる 脳トレなどをすれば治ると考える 	<ul style="list-style-type: none"> 書籍/インターネットなどで情報収集する 早期に物忘れ外来や相談機関を受診する
落胆	<ul style="list-style-type: none"> 認知症が進行性で不治の病である事を知り落ち込む 	<ul style="list-style-type: none"> 介護や環境の工夫次第で、病気の進行をゆるやかにしたり、質の高い生活を送ることが出来ることを学ぶ
期待	<ul style="list-style-type: none"> 「誤診ではないか」、「治るのではないか」と期待し、病院を転々とする 様々な民間療法を試みる 	<ul style="list-style-type: none"> 過大な期待はよりよい介護の妨げになることを知る
悲嘆	<ul style="list-style-type: none"> 認知症になった親や配偶者の姿に日々接する事で嘆き悲しむ 	<ul style="list-style-type: none"> 認知症の「家族の会」などの集まりに出席し、同じような体験を持つ家族と語り合うことで悲しみが和らぐ
不安	<ul style="list-style-type: none"> 進行していく病気をみて、生活の見通しが立たなくなる いつまで介護が出来るのか不安になる 	<ul style="list-style-type: none"> 介護保険サービスなどを活用しながら、生活の再設計を行う
うつ状態	<ul style="list-style-type: none"> 心身ともに疲れ果ててうつ状態になる 不眠、食欲低下がみられる 介護を放棄する 	<ul style="list-style-type: none"> 短期に利用出来る福祉サービスを使って介護に伴う心身の負担を減らす 無理をせず必要に応じて、抗うつ薬を服用する
怒り	<ul style="list-style-type: none"> 病気であることを忘れ、「どうして私を困らせるのだろう」と被害意識と怒りが生まれる 	<ul style="list-style-type: none"> ストレスを軽減できるような時間をもつ 相談できる相手や専門職に話を聞いてもらう
自責	<ul style="list-style-type: none"> 病気が進行していく様子を見て、介護の仕方が悪いのではと自らを責める 	<ul style="list-style-type: none"> 不適切な介護で認知症が悪化することはあるが、適切に介護しても病気は進行することを理解する必要がある
後悔	<ul style="list-style-type: none"> 施設に預けたことを後悔し、申し訳なく思う 	<ul style="list-style-type: none"> 施設利用は、認知症の人ならびに介護者のためであり、負い目を感じる必要はないことを理解する
※ 喜び	<ul style="list-style-type: none"> 介護の工夫次第で、認知症の人の表情が和らいだり、よりよい生活が可能になったりすることを実感し、喜びを抱く 	<ul style="list-style-type: none"> 介護の経験を他人に伝える 介護に伴う喜びを家族らと共有する