

“VOICE” ケアラー・ヤングケアラーの想い

SUMIDA KIVOSHI
隅田 清さん

海外に住んでいた母親が認知症になったことがわかったときの話や、日本に母を連れて帰ってきてからの介護生活についてお話しいただきました。

被介護者…母親

被介護者の状況…アルツハイマー型認知症

-PROFILE-

自身はフレックス制のテレワークで働きながら、アルツハイマー型認知症の母親の介護を担う。趣味はスポーツボランティアで、週末はアマチュア野球審判員として活動している。

結局5分後に忘れてしまうので、日々、あまり怒らないようにして、お互いがストレスなく過ごせることを意識しています。

「楽観的」な考え方を持つことで、みんなが穏やかに楽しく毎日を過ごせる介護生活を。

95歳の母はアルツハイマー型認知症の診断を受けており、5分ほど前の記憶がありません。母の介護のため、現在は私と妻と母の3人で生活しています。

一緒に暮らす前、母は中国で生活していました。1988年に夫が亡くなり、その2年後、中国で日本語講師を募集していることを知り挑戦の気持ちで、単身で中国へ渡ったのです。その後、講師契約の更新や、現地の方との再婚などで、結局、母は20年以上も中国で過ごしました。

しかし、2014年、再婚した夫が亡くなったことをきっかけに、まるで糸が切れたかのように母の様子が変わってしまったのを覚えています。これまでは普通に会話できていたのに、電話越しの話が噛み合わなくなったり、約束ことを覚えていなかったりして…。不安を感じたのですぐに家族全員で中国へ会いに行きました。母はもの忘れがひどく、妄想の症状も出ていました。今でもその時のショックは覚えています。

現地で20年生活していても、母は中国では「外国人」ということで、手厚い介護制度が使えず、とても苦労しました。そこで日本

で介護することに決め、帰国することにしたのです。

当時、私は介護について何もわからなかったのですが、知人がケアマネジャーをしていて、助けてもらうことができました。

通所介護などの施設を何件か見て、母が望んだ場所に今も週に4日通い続けています。私の勤務形態はテレワークでフレックスタイム制度も活用しているため、例えば、勤務時間を午前7時から午後3時までにとすると、仕事が終わった後、デイサービスから帰宅した母のケアができています。

会社の勤務制度のおかげで、介護離職をせずに働き続けながら、自宅を母を気にかけることができるのはありがたいです。

デイサービスでは、中国の滞在時にもやっていた書道をするなど、母は日々楽しんでいるようで安心しています。

木曜だけはデイサービスを利用せずに1日ずっと自宅にいますが、お願いをすると家事を手伝ってくれます。母は洗濯物をすぐく丁寧に畳んでくれます。

ここまでの9年間の介護生活で心がけていることは、「楽観的な視点」を持つことです。細かいことで注意しても、結局は5分後に忘れてしまうので…。

そこは割り切って、母が何かを覚えてしまったらあまり怒らないこととお互いがストレスを感じずに穏やかな毎日を過ごせています。

筆とともに生きる

さわ子さんが趣味で続けている書道。今年で書歴はなんと75年！

中国滞在時も教師として日本語を教える傍ら、書道の勉強をしていました。

現在もデイサービスでの活動で、ほぼ毎日、書道に触れているそうです。

その際には自ら進んで筆を持ち、いきいきと書に取り組んでいます。

