

「暮らしやすさ」を軸に

寄り添い 支える

鹿児島介護
の現場から

林田 貴久

在宅生活

みなさんは老後をどこで暮らしたいと考えていますか。子供たちに迷惑をかけず、自宅で暮らし続けたいと思われる方も多いでしょう。しかし現実には、病院で最期を迎える方が約80%を超えています。皮肉にも理想と現実の逆転現象が起きているのが、今の世の中です。



自宅で暮らし続けるために、身近に相談できる相手を見つけておくのも大切だ。
(本文と写真は関係ありません)

これは高齢になり障害を持った場合、自宅の段差や和式のトイレが使いづらいことから生活に支障が出て、不自由な暮らしを余儀なくされます。

第二は医療との関わりが増える課題です。持病や新たな病気の発症で服薬が増えたり、人によっては医療的な管理が必要になります。認知症による記憶や判断力の低下も生活を困難にします。

第三はこれまでの生活が難しくなる課題です。高齢になり足腰が弱ると、活動の幅が狭くなり買い物や病院への通院が難しくなってきます。これらは普段の生活を支える上で最も大事な部分で、とても不便を感じます。

このように高齢になると、介護だけではなく医療との関わりも強くなり、本人だけでなく家族の負担も増加する傾向にあります。個人差はありますが、こうした影響で自宅生活は次第に難しくなることが考えられます。

私は、なるべく自宅での生活を可能にするために「暮らしやすさ」という言葉にヒントがあると思います。例えば困った時に「ちょっと手伝って」と言える近所さんがいったり、普段から近くの介護の事業所を調べておき、何かあれば相談できるといったことです。

お医者さんと相談の上、1

日3回の薬を可能なら朝夕2回や1回にできないか相談してもいいかもしれません。食事は配食を利用することも選択肢の一つです。通院に近所の方と乗り合わせてタクシーを利用したり、福祉タクシーもあります。

重度の方の自宅での介護は家族の負担も大きいものです。介護サービスをうまく利用することで、家族も自分の生活の時間が持てます。医療や介護の専門職は、利用者が自宅で生活することを具体的にイメージした支援のあり方を考えることが必要になります。難しいことをなるべく簡単にすれば、関わる皆の負担が少しずつ軽減されます。

自宅の窓から見慣れた四季の風景を見られることは、本当に幸せなことです。高齢期の生活の問題は個人や世帯だけの問題ではなく、社会で共に考える問題になりました。できるだけ自宅で長く暮らし続けられる地域をみんなであつくりていきましよう。

(特別養護老人ホーム鹿屋長寿園法人統括本部長兼副施設長)