

ほし 彩星だより

緊急応援号

第105号



若年性認知症家族会・彩星の会会報

令和2年6月6日号

〒160-0022 新宿区新宿1-9-4 中公ビル御苑グリーンハイツ605

TEL 03-5919-4185 / FAX 03-6380-5100

E-mail: hoshinokai@beach.ocn.ne.jp

巻頭言

家族会の新スタイル「Webサロン」



彩星の会 代表 森義弘

新型コロナウイルスによる感染症は、この先何年も付き合わされる「日常風景」となるかも知れません。

一日中家で過ごすことになって家族の大切さを改めて実感した人。いざという時に周りに相談したり助け合ったりできる仲間がいることで勇気をもたらした人。また、思ったより仲間がいないことに不安を感じた人もいるかも知れません。

緊急事態宣言が発令され、感染者の増加や著名人の訃報で重症化のリスクや死の不安がさまざまなメディアによって拡散、増幅され、被害が否応なく拡大し、「生命の危機」を意識せざるを得なくなりました。そうした中で、誰もが多かれ少なかれ「人間性が劣化する危機」に直面することになりました。

人類学者の西田正規は、「定住革命」について「逃げられる社会から逃げられない社会へ」というフレーズで表現しております。「ある時から人類の社会は、逃げる社会から逃げない社会へ、あるいは、逃げられる社会から逃げられない社会へと、生き方の基本戦略を大きく変えた」と話しております。

わたしたちは「定住」という言葉が示す通り、あくまでそこに留まろうとしています。住居（所有）という概念に根差した固定的な社会があるからです。

彩星の会では、今回のような自宅待機という非現実新しい試みをしました。それは一世話人が発案した、「Webサロン」です。参加を呼びかけたところ、地域を越えて多くの会員から賛同がありました。いくつもの区割り画面に出る顔には、「笑顔あり」、「笑いあり」そして「情報交換」などが飛び出し、毎回、1時間ほどの時間があっという間に過ぎてとても有意義な時間です。

まさに、この「Webサロン」はこれからの家族会の先駆けとなるような気がしております。この試みは画面を通じて笑顔と声でお互いが「つながり」それが「癒し」となり、明日への介護の「力」になります。今回の新型コロナウイルスで、あらためて感じたことは、「仲間」や「つながり」そして、その言葉の根っこには必ず「優しさ」が必要であるということです。

2020年5月23日

新型コロナウイルスと

私の在宅介護

世界中をあっという間に飲み込んだ新型コロナウイルス。私達は突然目に見えない敵との戦いに放り込まれた。生活環境の変化を余儀なくされ、共存という新しい道を歩む。第2波も含め、認知症当事者や社会的弱者を抱える家族の行く末は想像もつかない。

自己管理の出来ない認知症状の人は、感染リスクが高いことや、基礎疾患から重症化しやすいことが言われている。感染予防の柱は、人との濃厚な接触を避けること・・・認知症を持つ人には矛盾した辛く悲しい対策だと思う。デイサービス、介護事業所が次々と閉鎖、縮小されたため、家庭ではコロナの感染予防対策に加え介護負担が増加した。当事者が安心して生活できる環境をやっと作り上げて来たことが後戻りしてしまうのは、どうにもやり切れない。その上、健康面の悪化、認知症状の進行など、マイナスの影響ばかりが目につき、不安で一杯になる。介護に行き詰まったら？家族や当事者が感染したら？家族が感染しても介護サービス利用は出来るの？考えると途方に暮れてしまう・・・。

4月半ば、彩星の会の森代表からお電話を頂いた。全ての会員へのお声かけだそうだ。頭が下がった。緊張と不安の日々に明るい大きなお声が響き、自然と元気が出た。会員の皆様のご様子も窺い知り、私だけでなく皆が大変な時期なのだとはッとしたことを覚えている。

有難い企画第二弾は、直接ビデオ会話の出来る『ZOOM』の利用開始だ。「Web サロン」ミーティングというオンライン家族会で、これは楽しかった。久しぶりに会員の皆様とお話し、ストレス解消。アルツハイマー型認知症・要介護3の夫は、会話の理解は関係なく参加し、画面上で動く自分と私を見たり、ニコニコ顔の面々が話す様子を楽

しんでいた。外出の難しい当事者でも新宿まで足を運ぶことなく、彩星の会に参加できるなんて素晴らしい。コロナがもたらした数少ないプラス面、心強くありがたいシステムである。

夫の場合、週1回2時間のリハビリ特化型デイサービスは利用出来ている。新しいデイサービス探しを始めた頃コロナの影響拡大が始まり、計画は流れた。お気に入りの場所、動物園・公園も休園。温水プール、オレンジカフェ、公民館、体育館、図書館と、馴染み始めた場所がそれに続いた。頼みの綱だった認知症作業療法士さんが中心のホースセラピー乗馬も、緊急事態宣言で中断された。

暇になった夫は物への執着を強めた。何かを探して家中を歩き回り、引き出しや棚の中の物をチェックする。出したり入れたり、移動させたり。靴は何足もリビングに重ねられた。

ある日リビングで、左足にはスニーカーの右足用を履き、右足は私の軽登山靴に押し込んでいた。間違い探しの問題のような足元に、私は笑うこともやさしく諭すことも出来ずにいた。何故か浮かんだのは『彩星だより』掲載のエッセイ。奥様がウォーキングシューズを左右逆に履かれた日のご主人の思いが印象深かった。「やめてえ！」私も心の中で叫んでいた。

別の日、長袖Tシャツを妙に真面目な風情で足に穿いていた。私が無気なさを装い『上着』にしようと手を貸すと、間違いに気付いたのか恥ずかしそうとも寂しそうとも取れる笑い声を上げた。私も一緒に笑った。次はふたりで大声で笑った。久しぶりの笑いだった。コロナの影響もあるだろう。夫はどんどんスピードアップして遠くに行っ



てしまう。笑っても切なく、顔を見ることが出来なかった。

夫を感染させないよう、いつもピリピリイライラしていた私は、却って夫に重荷を背負わせていたのだ。認知症の人は徐々に自由を失う。周囲がその大事な自由に手出しをすることに敏感で、不安から反発を感じるのかもしれない。コロナ報道や外出自粛など、かなりストレスだったに違いない。この時期のふたりは、満開の桜を見ても新緑の森に行っても顔も心も暗かった。

やっと私は、介護者に必須の技術『笑うこと』に気付き、心がけてみた。子供をあやすように夫を覗き込んで大笑い。喜び、褒め称え、お礼や愛の言葉を連ね、ハグをする。不慣れで恥ずかしいが、夫は上機嫌だ。一緒に笑う、ありがとうや大丈夫？などの気遣いの言葉を口にする。涙が出た。彩星の会の皆様に「介護は笑顔」「最後は愛」などさんざん聞かされていたのに、ひねくれ者の私はそっぽを向いていた。

コロナ以降、問題・課題は山積みだ。深刻な医療現場や介護現場の崩壊、人材・医療品の不足。行政側の後手も負の連鎖の要因である以上、今後も油断は出来ない。認知症当事者やその家族が置いてきぼりにされない、全ての生命・思いが尊重されて当然の社会。そのためには何が必要か。「感染者」になったら四面楚歌！なんて社会は御免だ。

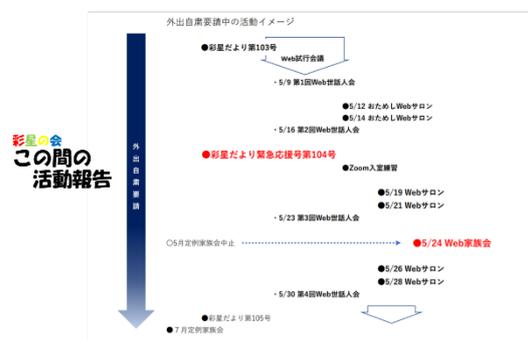
本来の介護の意味を大事にしつつ、長いコロナ禍を生きて行くために、どうすれば良いか考えて行きたいと思う。

在宅介護家族 M.F



5月24日(日曜日)に今回初めてとなるビデオ会議システムのZoom(ズーム)クラウドミーティングのアプリを使用した定例会を開催致しました。新型コロナウイルスによる緊急事態宣言で残念ながら新宿御苑散策は中止となりましたので、今回はパソコン、タブレット、スマートフォンによるオンライン定例会となりました。

当日13時30分からの予定でしたが、音声、画像の表示に手間取り50分から羽鳥副代表の挨拶からスタートしました。次に伊藤世話人より緊急事態宣言を受けてからの彩星の会の活動報告を画面に資料を表示して説明をしました。



リモート作業での彩星だより103号発行から始まり、準備を重ねてのおためしWebサロン二回開催(5/12,5/14)、リモート作業の彩星だより緊急応援号(104号)発行、Zoom入室練習を世話人が分担して行ったのち、彩星の会Webサロンとして二回の開催(5/19,5/21)。

24日定例会後はWebサロンを(5/26,5/28)開催するという内容です。

その後はZoomのブレイクアウトセッションを使い三グループに分けて近況報告等を行いました。

各グループの話しはやはり新型コロナの話題が多かったようです。

*外出時のビニールの手袋、フェイスシールド風になる黒のサンバイザーを見せてくれた。

*家庭内感染を防ぐため母親と寝室を別にした。

*発熱して心配になって市のコールセンターに電話したが全然繋がらなかった。

*自宅にいて具合が悪くなると感染したのかと思いき心配になる。

*役所から精神障害者手帳の更新を早くするようにと連絡があり、出向いたら障害福祉課の窓口には順番待ちの人が結構いた。役所の危機感不足を感じた。

などの話しが出ました。

三グループからまた全体会議に戻り記念写真を撮り一時間ほどで閉会となりました。

家ごとのネット環境の違いや参加できない会員の方への対応をこれから会として考えていきたいと考えています。できない理由を考えるよりもできることから始めることが大切な事だと今回のオンライン定例会、彩星の会 Web サロン開催、リモート作業での会報発行等で思ったことです。緊急事態宣言時でも弾力性のある彩星の会でありたいと願います。

コロナ禍で人と会うのが難しい中で会報、オンライン定例会や Web サロンで心の繋がりが出来れば嬉しいことです。

担当世話人

「彩星の会 Web サロン」のお誘い

当分の間は

毎週火曜日 20:00~21:00

毎週木曜日 13:30~14:30

を予定しています。社会状況の変化に応じた曜日、時間の変更はメールでご連絡いたします。参加をご希望の方はメールアドレスの登録をお願い致します。下記メールアドレスにお名前をお送りください。

hoshinokai@beach.ocn.ne.jp

「コロナ禍における介護」ご意見募集

コロナ禍の中で長く介護生活を続けて行くためには、介護の制度、仕組みに関する不安や問題点などの皆様の声を明確にしてしていく必要があると思います。自由な形式でご意見をお寄せください。

〒160-0022 新宿区新宿 1-9-4

中公ビル御苑グリーンプラザ 605 彩星の会

hoshinokai@beach.ocn.ne.jp

彩星の会 7月定例会

7月26日(日)に予定されています彩星の会 7月定例会の集会場における開催は未定です。

決まり次第会報等でご連絡いたします。



編集後記 外出自粛要請が続くと、自由に友人に会えず、買い物、遊びにも行けなくなります。ご本人やご家族の気持ちが良い理解できる時間にもなります。(三)