

家族に介護が必要になったとき

樹のはなクリニック
奈良岡 美恵子

A子さん（80歳）は、夫が亡くなってから、地方で長らく一人暮らしをしています。東京で家族と暮らす娘さんには、最近、Aさんのことで気になっていることがあるようです。そこで、本稿では「母のことで気になることがあるけど、誰に相談したらいいの?」「介護保険サービスってどんなもの?」という娘さんの疑問に答えながら、家族に介護が必要になったときの対応について、まとめてみました。

が違ってきている。薬も飲み残しがある。電気やガスの未納通知がある、お風呂も入っている様子がないみたい。髪も臭うし、足も少し弱ってきて、すねにはアザがあった。娘には心配かけまいとする母を思うと、ますます心配が募っていくのでした。

③ 母の主治医の先生って誰だっけ

母のことは知っているようで知らない…

（1）娘さんが最近気になること

① 同じものを買ってきている

冷蔵庫に何本も牛乳がはいっている。もしかして、でもまさか…と思っている。

② 誰に相談したらよいかわからない

最初から「病院に行こう」と言っても母は「私は大丈夫!」と言うにきまっている。

一人暮らしの母には月に何度か電話をしているが、その度に「大丈夫よ、元気にやっているから」というその言葉を信じていた。だが、たまに家に行くと、台所の様子



<解説>

① 専業主婦だったA子さんは子どもたちのために、いつも牛乳を切らしたことはありませんでした。一人暮らしになってもその記憶は残っているのです。同じものが冷蔵庫にあっても、詰問せず物忘れが始まっている可能性があるかと判断しましょう。

② 核家族化が進み、また少子化もあり周囲に相談者がいない方は、お住まいの市区町村の介護保険担当窓口に連絡をしましょう。居住地区の「地域包括支援センター」に電話をして、お母さんに物忘れがみられること、一人暮らしであることなどを相談しましょう。

地域包括支援センターは、社会福祉法人、医療法人、民間企業、NPOなどが市区町村から委託を受けて運営しています。地域の高齢者の総合的な窓口といえます。3つの専門職（保健師・社会福祉士・主任ケアマネジャー）が必ず配置されています。

③ 主治医は長らく診察をしているなかで、物忘れがあることに気づいていることが多いです。A子さんの主治医に連絡を取り、物忘れの状態を確認しましょう。主治医からお母さん本人に物忘れがないか、困っていることはないか等を確認してもらうのもよいでしょう。主治医が認知症サポート医であるかもしれません。また、主治医が物忘れに詳しくないときは、専門医や大きな病院へ紹介状を書いてもらいましょう。

ここで注意して欲しい点は、A子さんの自尊心を傷つけないよう配慮をすることで



す。物忘れが始まっている高齢者は内心ひやひやして日々を送っているものです。

何度も同じことを聞くのは、新しい記憶が脳の記憶中枢に中々入ることができず、こぼれてしまうのだと理解してください。「さっき言ったでしょ」と言いたくなる気持ちはわかりますが、覚えられない病気が始まっている人にその言葉は酷というものです。

（２）何とかして病院で精密検査を受けることができた後

A子さんは、「アルツハイマー型認知症」と診断されました。現在、一人暮らしですが、行きなれたスーパーにはまだ一人で買い物に行けます。幸い主治医の先生は認知症に理解のある先生だったので、病院で処方された薬を継続して処方してもらえることになりました。

そこで、一人暮らしをまだ続けたいというA子さんの希望に沿うことになりました。主治医の先生から、①「介護保険を申

請しましょう」と言われ、② 主治医意見書も書いてくれることになりました。さらに、③ 認定調査員が介護保険を申請するときは自宅に来ると聞いて、娘さんは何とか仕事をやりくりして同席しました。介護保険を申請して認定されると、ヘルパーさんが訪問したり、デイサービスを利用できると先生から説明がありました。また、必要であれば看護師や薬剤師も自宅に来てくれると聞いて安心しました。

<解説>

① 介護サービスを受ける時はまず介護認定をうけます。「要支援」か「要介護」の判定を受けましょう。市区町村の介護窓口か、地域包括支援センターに申込書があります。申請は本人か家族がします。主治医の氏名・病院名・電話番号の必要事項を記入します。印鑑も忘れずに。

② 主治医にはあらかじめ意見書作成を依頼しておきましょう。意見書の作成には受診が必要です。日常生活、身体状況、認知機能などを調べてもらいます。

③ 認定調査員は、市区町村の担当者か、委託されたケアマネジャーが訪問し聞き取り調査を実施します。その際、家族は必ず立ち会いましょう。本人の前で伝えにくいことはあらかじめメモを作成しておきましょう。

(3) 1 カ月後に認定結果が出て、「要介護1」という通知がきたけれど…

① 「要支援」ならば地域包括支援センター

の人が担当になると聞いたけれど、「要介護1」以上だと、ケアマネジャーを自分たちで決めなくてはならないらしいと分かった。幸い地元の友だちの母親を担当しているケアマネジャーを紹介してもらうことができた。

あとで分かったことだが、ケアマネジャーとは契約関係だから、疑問に思うことがあったり、サービスプランに納得がいかなければ担当を変えてもいいようだ。

② ケアマネジャーから、サービス担当者会議（通称サ担）を開くので、娘さんも参加してほしいと連絡があった。

参加者は、母（A子さん）、私（娘）、主治医（大抵は診療時間に重なるが、昼休み開催で駆けつけてくれたらしい）、ヘルパー会社の責任者であるサービス担当責任者（通称サ責）、福祉用具（住宅改修、室内に転倒防止設置など）の会社の人が集まった。

ケアマネジャーが司会者となり、今回のサービス内容の確認、医師からの病状報告、ヘルパーさんからは週2回ほど訪問介護を行うこと、さらに風呂場に手すりをつけるなどが決まった。

<解説>

① ケアマネジャーは医療と介護の連携をするプランナーとして知識と経験、統率力が必要な職種です。誰を選んでよいか判断できないときには、地域包括支援センターに相談するのもよいでしょう。連絡をこまめにしてくれる人がおすすめです。今はスマホもある時代ですので LINE、SMS など

を活用して連絡することも可能ですね。

② サービス担当者会議とは、ケアマネジャーが医療介護系に招集をかけて開く会議のことです。ケアマネジャーのケアプランに基づき話し合います。

（４）母が昼間一人で家にいるのが心配になってきました…

① ケアマネジャーから週１回、半日の通所デイサービスの利用を提案されました。近所の人も利用しているらしく、出不精の母も関心を持ったようです。

<解説>

① 通所のサービスには、デイサービス（通所介護）とデイケア（通所リハビリテーション）があります。介護保険料を支払うばかりであった母は、１割の利用負担で介護サービスを受け始めました。

始まったばかりの介護サービスですが、母が安心して暮らせるように希望に沿ったものになることを願っています。

親の物忘れは、何となく気が付いていてもなかなか事が進みません。80歳代では、3人に1人が認知症と言われています。高齢者の方が、住み慣れた地域で過ごせるように、地域包括支援センターのサポートを受けながら、具体的な対応をすこしずつ考えていきましょう。介護認定が決定されたらケアマネジャー、デイサービス、そして日々の生活全般を援助してくれるヘルパーさん達にフォローされながら、安心・安全な毎日を一日でも長く過ごせるよう、医療側も協力体制を組みます。

気になることがあったら、まずは気軽に地域包括支援センターに相談してみましょう。住み慣れた地域で自分らしく暮らし続けることができるように、医療と介護が支えます。一人で悩まないでください。きっとよい道が開けますよ。

（ならおか・みえこ＝世田谷区）

