

やっぱり家がいい!

— 第2巻 家での介護って…? 編 —



厚木市

地域包括ケア(研修・啓発・広報)連絡会

やっぱり家がいい!

厚木花子さん(79歳)
夫と2人暮らし



ご主人 厚木一郎さん(80歳)
耳が遠く膝も痛くて
思ったように歩けない
若い時から
家族のだんらんの時間を
とても大切にしてきました

花子さんは専業主婦で
家事や育児の全てを行い
一郎さんを支えてきました

二人の娘は結婚し
それぞれ都内に暮らし
子供がいて
部活や塾のお迎え等
忙しく過ごしています



夫の退職後は
2人でゆつくり散歩したり
お弁当を持って
花を見に行ったり……

庭木の手入れも
夫婦で行っていて
ストリートガーデン
となるほど好評で
近所の方にも
花を分けたりしていて
とても喜ばれていました

2人の生きがい
になっていたのです



しばらくして…
花子さんは
物忘れがひどくなり

- ・鍋を焦がす
- ・同じものが冷蔵庫にいっぱい
- ・薬の飲み忘れがたくさん
- ・部屋が散らかって片づけられない

夫は…

- ・耳が遠く会話聞き取りにくい
- ・膝が痛くて歩きたくない
- などなど

色々と心配事が
出てきました



そして
「地域包括支援センター」を
見つけ…

**母親が軽度認知症
であることが判明！**



- ・介護保険の認定申請
- ・介護サービスの種類や内容
- ・訪問診療
- ・地域のつながり
- など

色々な支援者が
支えてくれることで
生活ができることが
わかりました！





それから1年



花子さんが

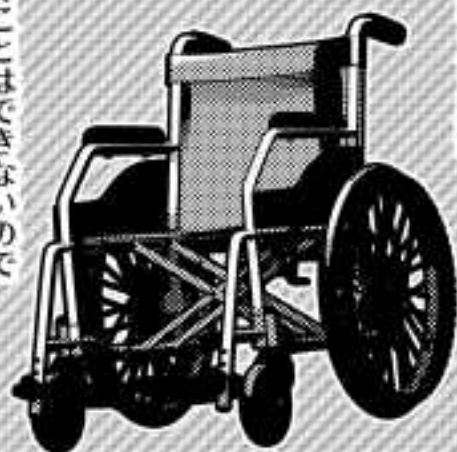
脳出血で倒れた



花子さんは急性期を乗り越え
リハビリテーションに励みました

※急性期：症状が急激に現れる時期

身体の状態は
左の手足に麻痺



歩くことはできないので
車いすが必要

車いすに乗るための
お手伝いが必要…

ごはんを食べるのも
お風呂に入るのも
お手伝いが必要です

ごはんは細かくしたり
柔らかくする

工夫をしないと
むせてしまいます

排尿は管を利用

排便は昼夜問わず

「出た」と教えてくれるが
出ていないことも多い…



要介護認定の結果は
「要介護4」でした…

以前は「要支援」の認定が出ていたので

地域包括支援センターにご相談されていたと思いますが――

今回は「要介護」の認定が出ましたので担当が変わりましたケアマネジャー竹永ですよろしくお願ひいたします

ケアマネジャー

これから色々とお話を聞かせていただきますね

退院後の生活のご希望を伺えますか？

今まで通り父さんと家で暮らしたい…

母さんがそう言うてるから連れて帰るよ

えっ!?

お父さんが介護するの…?!

無理！無理！

今まで何もしてこなかったんだからできるわけないじゃない！

介護施設にお願いした方がいいわよ！

私たちも
頻繁に
来れないのよ？

大好きな庭を
見ていたいのよ…

大丈夫だよ
母さんも帰りたいと
言っているじゃないか

本当に
大丈夫なのね！？

大丈夫だよ！

家に帰るといふことで
話を進めて
大丈夫ですか…？

はい！
お願いします！

お父さんが
そこまで言うなら
…お願いします



次に家に帰るための
必要な介護サービスを
……



入院費で
お金も使ってしまったし
年金暮らしたから
自分で面倒を見るよ

あんまり人に
家に入って
もらうのもね……

家で看るのなら
介護サービス入れないと
やっていけないわよ!



娘たちやケアマネジャーが
介護サービスの
必要性について
たくさん話をしました……

それでも……
夫婦のご希望で
ベットと車いす
だけしか借りずに
退院をしたのでした

月にかかるのは
ベット、手すり、マットレス
そして車いすで
2000円位です……

そして…
数か月が経ちました

グンポーン!

担当のケアマネジャーは
毎月訪問し、介護状況を
見に来てくれます

介護も家事も
頑張っていますね!
一郎さんの体調は
いかがですか?

……

施設って…
どうなのかな…?

お父さん…
急にどうしたのよ

ちょっと
大変になって
きてね…

だから
言ったでしょ!

退院の時から
施設に預かって
もらえば楽だったのに
今ごろ言い出して…

直ぐには
見つからないのよ!
分かってるの!?
お父さん!!

今 ケアマネジャーさんに
相談しているんだから
黙ってるよ!

お前たちは
母さんを
見てないだろ……!

!!

ご心配される
お気持ちは
とてもわかります

お二人の事を考えて
アドバイスしたく
なりますよね

まずは……
お父様とお母様の
お話を聞きましょう

お母さん
だけじゃなくて
お父さんも
心配なのよ……

そうですね
……



急に施設のことを

言い出されて

どうかされましたか？

思ったより
大変でね…

膝がひどく
痛くなってきた…

夜中も

「うんち出たみたい」って

呼ばれるけど

出てない事も多くて

……

母さんは

草ボウボウの庭を見て

何のために帰ってきたのか

わからないって言うけど

庭まで手が回らないんだ

元気な頃は一緒に

庭の手入れをしていたから

母さんの気持ちもわかるけど

もうこれ以上

できないよ…

それは
お辛いですね…

父さん…

ごめんさい

無理に家にいたいって

言えないね

お父さん
無理なら無理って
言わなきゃ
だめだからね



最近の花子さんは
食事の時間が長くなって
60分位かかるように
なってきたのでした



一郎さんは、歯ブラシを
たまに渡している程度で
入れ歯の手入れをして
あげたことは
なかったのです…

食事は
どうして
いますか？



食事の作り方も
良くわからないだろ
いままで
やったことないし…



病院では
普通のご飯じゃ
なかったんだ
おかゆとか
柔らかいものを
食べてたんだよ

真似して
作っているけど
ゴホゴホむせるんだ

食べるのに
1時間も
かかっちゃうんだよ



ごめんなさい
ね…



看護師さんから
熱が出るから
お茶を飲ませるように
……言われてるけど……

飲まないんだ
……

口の中が
ヒリヒリして
痛くて……

ほら……
言った通りじゃない

介護って
そんな簡単に
できる事じゃ
ないのよ

お父様もなるべく
ご自身でやってみようと
思っていたんですね

お買いものは
どうしていますか？

買い物には行くけど
何を買っていいか
よくわからないし……
同じものばかり
買うことが多いかな

遠いし……
雨の日が続いても
行かなきゃならないから
きついんだよ……

そうですね……

お薬は
どうしていますか？

退院の時に
飲み方がわかるように
大きな表みたいのを
くれて…

わかりやすかったから
ちゃんと
飲ませるように
してたんだけど…

あら…
残っている薬
バラバラ
じゃないの！

途中
熱を出したりして
薬が増えてわからなく
なっちゃったんだ…

薬局で丁寧に
話してくれるんだけど
よく聞こえないから
何を言われているか
わかんないんだよ

一郎さんは
朝から晩まで介護で
疲れ果てていました

夜中のオムツの
交換は
どうですか…？

時間はたくさんあるから
夜中に起こされても
昼間にウトウト
寝ているから大丈夫かな…

洗濯やゴミ捨ては
どうですか？

そんなにたくさん
洗濯やゴミも出ないし
ぼちぼちやっているから…

では…

お母さまは
最近の生活について
思うことはありますか？

毎日ほとんど
ベットで過ごして
いるわよね

お母さん
リハビリして
きたのに
何もしなかったら
できなく
なっちゃうわよ

リハビリして
できていたことも
父さんにやって
もらってるね…

動くのは
大変なの…
やってみよう
と
楽なのよ…

母さんは
大変なんだから
しようがないんだよ

大変なのは
お母さん
だけじゃなくて
お父さんもでしょ！

そうですね
娘さんたちが
おっしゃることも
もつともですよ

自分でできる事を
するのは
本人にとって大変なこと
あるとは思いますが…

リハビリで
頑張ってきたことを
保つことが
できるんですよ

また
お父様の負担も
少なくて済むんですよ

父さんも大変なら
自分も頑張らなきゃ
いけないのね…

そう言われれば
そうだけど……
俺がやってしまった方が
楽な時もあるし
安心なだけだなあ

他にも何か
ありませんか？

大変なことは……
お風呂に入れることと
病院と……
庭の手入れだな

今までお話を
伺っていて

もう少しお母様に
合ったサービスを
入れることで
家で生活
できそうですが

どうですか？

そうだな
お金がいくら
かかるのかによるな……

——このように
話を聞いたうえで
ケアマネジャーは
課題の整理をしていきます





『お手伝いがあれば生活していけること』

食事
口の中
薬
お風呂
通院
庭の手入れ
買い物



介護サービスを
利用する人は
原則としてサービスに
かかった費用の
「1割または2割」を
負担します

花子さんの場合は
1割負担でサービスを
利用します



では…
介護保険サービスと
料金について
説明させていただきます
ひとつずつ
決めていきましょうか

お願いします

★食事のこと

ヘルパーができること

こはんを食べさせる
こはんを作る

看護師ができること

こはんを食べさせる

管理栄養士ができること

本人に合った食事の量
本人に合った食事の形態
病気などの状況に合わせた食事内容
飲み込みの練習の仕方
本人に合った食事の食べさせ方

食事のこと

一言で言っても

何に困っているのかによって
介護サービス等の
選択が変わります



お母さまは
「最近「ホ」ホとむせるんです」
と言っていたので

「ヘルパーが食事を作る」
「管理栄養士に食事の形態や
食べ方と食べさせ方を
教えてもらおう」
と心に
しめしめし

花子さんの場合
介護する一郎さんがいますので
ヘルパーに食事を作ってもらうことを
続けていくことは難しいのです

管理栄養士が花子さんに合った
食事の形態・食べ方や
食べさせ方を教えてくれるので
それまではヘルパーさんに一時的に
手伝ってもらおうことにしました



お母様の場合…
ヘルパーは週3回で
3200円位ですが

お父様が介護できる
状況ですので
長期間はお願い
できないんですよ

管理栄養士は
月に2回必要と考えると
540円位となります



ヘルパーさんに
いつまでも
お願いできないんですね

栄養士さんから
教わって
作れるように
ならないと…

これでむせずに
食べられると
良いですね



では
次の説明を
させていただきます

歯科医師ができること

継続的な医学的管理
ケアマネジャーに必要な情報等を
提供
利用者さんやご家族等に対して
在宅サービスを利用する上での
留意点や介護方法等についての
指導や助言

歯科衛生士ができること

口腔ケア、義歯清掃
摂食、嚥下機能に関する実地指導
利用者さんやご家族に対して
それに関わる指導や助言

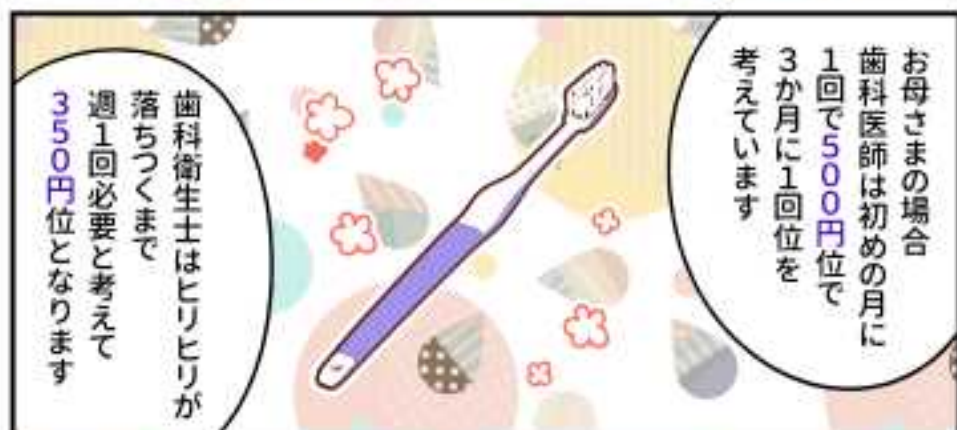
看護師ができること

歯みがきなど口腔ケア
ヘルパーができること
歯みがきなど口腔ケア

お母さまは
「ロの中がズリズリして
痛くて…」
と言っていたので
まずは歯科医師に原因を
診てもらいましょう

治療が必要でない
場合には
先生と歯科衛生士に
「口腔のケアと
唾液線マッサージなど
教えてもらおう」と
しましょう





★薬のひと

薬剤師ができるひと

- ・お薬の効果や副作用の確認
- ・残っている薬の整理や薬の管理
- ・飲み忘れがないよう工夫を提案
- ・本人に合った薬の形状の提案

看護師ができるひと

- ・薬の管理
- ・薬の内服介助

ヘルパーができるひと

- ・飲む時間が同じ薬や
- ・何種類かの錠剤をまとめて
- ・1袋にされた薬の内服介助



途中で薬が増えた時から
バラバラになっているので
……



薬剤師に「残っている薬の
整理や薬の管理」

「むせないような工夫」や
「飲み忘れしない工夫」
など教えてもらいましょう

薬剤師も初めは
確認も必要なので
月に2回で500円
位になります

薬代は別に
必要になります

1回きちんと
してもらえば
母さんも自分で
用意できるだろう

父さん…
忘れてしまうのよ

声はかけるから…
それなら安心だろう

これで薬も
きちんと飲めて
安心ですね

『長期的に支援が必要なこと』

★お風呂のひと

デイサービスでできること

・日中デイサービスの事業所に通ってもらい
食事、入浴、その他の必要な日常生活上の
支援や生活機能訓練などを日帰りで
提供するサービスで、
利用者の心身機能の維持向上と
利用者の家族負担の軽減を図る

訪問入浴でできること

・自宅の浴槽での入浴が困難な方に対して
浴槽を積んだ入浴車が利用者の居室を訪問し
看護職員や介護職員が入浴の介護を行う

ヘルパーができること

・身体を拭くやお風呂場を使ってお風呂や
シャワーに入れてくれる



デイサービスは
お風呂に入れるということでお話をさせていたいただきましたが

それが
目的ではなく

病気などで
身体が不自由だったり
誰かにお世話に
なることも多くなる中…

デイサービスに通うことで
共に助け助けられ
自分らしさを発揮しながら
役割を持って
他者と共に生きていると
感じたり

色々な趣味を
生かしたり
できると思います

父さん：
デイサービス
いいわね

母さんが
良いなら
そうしよう

外出する機会が
できましたね



介護タクシーでの通院ができること

- ・病院までの送迎
- ・外出の際の着替えや乗車の手伝い
- ・目的地での降車後の移動介助の付き添いを資格を持ったスタッフがを行います

往診（びせりい）

- ・突発的な病状の変化に対して救急車を呼ぶほどでもない場合など
- ・基本的には困ったときの臨時の手段です

居宅療養管理指導（びせりい）

- ・診断に基づく継続的な健康管理や指導を中心に行います
- ・病状など、ケアプラン作成時に必要な情報を随時ケアマネジャーへ提供することも、サービス内容に含まれます

訪問診療（びせりい）

- ・訪問日を約束して医師が診療します
- ・定期的に訪問し、診療、治療、薬の処方、療養上の相談等を行います

訪問看護ができること

- ・医師の指示に基づき、看護師等が利用者の居宅を訪問し健康チェック、療養上の世話または必要な診療の補助を行います



訪問診療については
外来に通うより
高めになります

花子さんの場合…
後期高齢者
1割負担なので

月1回で自己負担額は
3000~4000円
お熱が出て臨時の往診は
プラス数千円になります

休日や夜間は病院に
行くのも同じですが
高くなりますよ

今は介護タクシーを
使って病院に
行ってるけど…

いくら手伝って
もらうと言っても
ひとりで病院に
連れていくのは
大変なんだ

母さんの体調が
悪いときついよ…

お母様には
尿力テールと言って
尿を出すために管を
使われていますよね

今は病院で交換して
もらっていますが
訪問看護師さんに
尿力テールを交換して
もらおうですね

先生のご指示で
訪問看護師に
尿力テールが
加わることになる
と思いますので

1回1時間で
週1回になりますと
3300円位ですね

色々説明を
させていただきましたが
どうでしょうか？

色々手伝って
もらえるかと
父さんも楽になるわ
このまま家にいられるね

私たちも
賢成よ

1か月で費用が
どれくらいになるのかしらね
一番心配なところだわ

デイサービスを
週2回利用して
1ヶ月あたり
25000円から
30000円位に
なりますね

それに訪問の医療費が
かかります

今までの暮らしの
ことを考えて
どうにかやりくりして
やってみるよ

俺にも少し
余裕ができそうだな

でもお庭の手入れや
買物はどうするの？
ヘルパーさんには
頼めないのかしら…？

日常生活を送るのに
支障が生じないものは
ヘルパーなどの
介護サービスは
使えないんですよ

なので別の方法を
ご説明させて
いただきますね

★庭の手入れのこと

シルバー人材センターができること

- ・草刈り、除草(手作業)170円〜/㎡
- ・庭の草刈り、除草(機械作業)600円〜/㎡
- ・植木剪定1,410円〜/時間

近所ができること

- ・ボランテニア
- ・近所のお手伝い

業者ができること

- ・介護保険外のサービス
- ・植木屋さんなど
- ・便利屋さんや宅配業者の新サービス



近所さんで
シルバーに
登録している人
知ってるから
頼んでみるよ

助かるなあ



★買い物のこと

ヘルパーさんができること

- ・日用品の買い物
- ・薬の受取り

近所ができること

- ・ボランテニアで買い物代行

スーパーの宅配ができること

- ・注文した商品を家に届ける
- ・移動販売車ゆめみちゃん号に
商品を積み、自宅付近へ出向く



買い物はヘルパーさんに
お願いできますか？
近所さんでも
お願いしている人
いるし…

お父さんは
膝が痛くて
買い物大変
だから…



お母様がいるから
買い物に行くのか…と
いうことなんです
確かにお母様に必要な
ものはあるとは思いますが

お父様が
一人暮らしでも
買い物は行きますよね？
お母様の買い物が増えた
…という理由では
ヘルパーさんは
使えないんですよ

言われてみれば
そのとおりね
お父さん
どうする？

膝が痛いので
重いものはお願いでと
思っていたんだが…
毎日買い物しないんだし…
ご近所さんに
聞いてみようかなあ

お願いしていただいて
よろしいですか
ご近所さんにお知り合いが
いて良かったです

母さんがね…
ご近所さんと
庭を通じて
仲良くなってた
からですよ



数日後

一郎さん！

花子さん元気にしてる？
介護も大変でしょう

一郎さんも倒れないように
しないといけないわよ
なにかあったらなんでも
言ってちょうだい！

うちのは元気に
してるよ
心配かけたね

花子さんは何か
介護のサービス
使っていないの？
みんな使ってるわよ

最近いろいろと
介護のお世話になって
少し余裕が
できてただけだね
買いたんだけども
買いた物がちよつと…

そうよね…
花子さんが
ガーデニングしていた頃
一郎さんの膝が痛くて
出歩かなくなっちゃって
花子さんから聞いていたもの

お花もらったり色々して
いただいていたから…

お買い物くらいなら
お手伝いするわよ！
もっと早く言って
くれれば良かったのに…

本当にいいのかい
すまないね
そう言って
もらえるよ
助かるよ

それから
しばらくして…

介護サービスを
入れてみて
どうですか？

助かってるよ
もう母さんを預かって
もらわないとダメかって
思っていたから

お母様やお父様の
希望される在宅生活は
色々な調整で前に
進んでいきそうですね

お父さん…
自分のことも
考えないと
いけないわよ

お母さんの介護のこと
ばかりじゃお父さんが
潰れちゃうんだから…

ああもちろん
わかってるよ


介護される人も
介護をする人も
自分らしく過ごすために…
趣味を持つことや
地域でなにか役割を
担ってみることも大切です

介護サービスだけでは
限界があります
生活するためには地域の支え合いが
必要となります

地域の高齢化が進むということは
地域の皆さんの多くが高齢者になる
ということですよ
地域の皆さん一人一人の問題にも
なっています

「地域のこと」であり
「我が事」と思って
一緒に考えていきましょう





厚木花子さんは家で過ごすことを選択されました。

家族も同意してくれました。
最期まで本人の希望する場所で過ごす…
それには色々な覚悟が必要です。


本人の希望を叶えたくても、近所からの目もあります。
家族・親戚からの意見もあります。

これから先、また辛い事や悩み事が出てくるかもしれません。
絶対にこうしなければならぬ…ということはありません。

いつでも相談できる人を持ち、

どうしていくことがみんなの幸せなのかを
考えていけばいいのです。

その時に忘れてはいけない事は、
本人の思いにも耳を傾けることです。





やっぱり家がいい！

— 第2巻 家での介護って…？ 編 —

令和2年3月 第1刷発行

企画・制作 厚木市地域包括ケア(研修・啓発・広報)連絡会

作画 船虫

発行 厚木市 福祉部(地域包括ケア推進担当)

〒243-8511 厚木市中町3-17-17

☎ 046(225)2047

本冊子はガバメントクラウドファンディングを通じた本プロジェクトへの寄附により制作しました。
本冊子の無断複製・転載・デジタル化などは著作権法上での例外を除き禁じられています。