

ナイスケアだより

第107号
令和3年4月発行

私の母が認知症と診断されてから3年以上経ちます。

新宿区内で在宅生活を続けていますが、会話は同じ話しの繰り返しが多く、内容も過去と現在が混ざってしまうこともあります。さらに長年にわたり癌の治療を受けていて、手術も6回行いその影響で食事は普通の常食が摂れず、ジェル状の栄養食品しか食べられません。

現状では要介護の認定をすれば介護度がでると思われませんが、兄の見守りで生活ができています。生活が継続できている要因は、兄の見守りもありますが、友人や地域との交流と慣れ親しんだ日課を毎日繰り返していることが大きいです。朝起き、栄養食品を摂り、洗い物、掃除、洗濯、買物を自身で行います。一通りの家事を行うと、仲の良い友達の所にお茶をしに出掛けます。午後は地域の人が集まるコミュニティで楽しく活動に参加しています。夕方は栄養食品を摂り、入浴し、就寝。このような生活パターンをほぼ毎日繰り返しています。家事は毎日欠かさず行っていて、ミスはありますができることが多いことに驚きました。特に洗い物や洗濯は流れるような動作で、長年の習慣で覚えているようです。

友人宅や地域のコミュニティに行くことは母の楽しみで、これらの交流が進行の予防に繋がっているようです。

いつまでのこの習慣が続けられるかわかりませんが、健康で元気に今の生活を続けて欲しいです。



有限会社ナイスケア 代表取締役 塩川 隆史

～頭の体操～

□の中に数字を入れて四字熟語を完成させましょう！

【例】	<input type="text" value="一"/>	石	<input type="text" value="二"/>	鳥	<input type="text"/>	百	<input type="text"/>	町
	<input type="text"/>	死	<input type="text"/>	生	<input type="text"/>	三	<input type="text"/>	五
	<input type="text"/>	方	<input type="text"/>	方	<input type="text"/>	転	<input type="text"/>	倒
	<input type="text"/>	客	<input type="text"/>	来	<input type="text"/>	発	<input type="text"/>	中
	<input type="text"/>	臓	<input type="text"/>	腑	<input type="text"/>	年	<input type="text"/>	昔

古賀 孔