



認知症 と家族

認知症の母の介護をしながら生活する岩本ルリ子さんに話を伺いました。

母の状態に気付いたのは10年くらい前。普通の物忘れじゃないなと思って、職場の看護師に相談しました。すると、医療機関の受診を勧められたんです。結果、アルツハイマー型認知症の疑いあり。母は薬を飲み始めました。早くから治療を始めたので、認知機能を維持できているようです。

「私がしてあげている」という気持ちで接していた

以前は一人で何もかもしないといけないと思っていました。実家に行く度に、キッチンがめちゃくちゃ、衣類は全部引っ張り出されていて。母を頭ごなし

に怒っていたんです。

すると、とても切ない表情で「なんでそんな怒るの」と言われて…。その表情を見てはつと我に返りました。「私がしてあげている」という気持ちで接していて、それ自体が間違ってたんだなと気付かされたんです。母も困らせようとしてやった訳ではない。行動に意味があると感じ取ることができました。

今は、気持ちに余裕ができて、冗談めかして「コラー」って（笑）。お互い笑って。「片付けようとしてこがなった」などと話してくれます。そうすると、私もストレスに感じない。自分の対応次第なんですね。認知症の親を介護する方に、とにかく頑張り過ぎたらダメと言われてたんですが、しっかりと理解できるまでに何年もかかりました。

サービスを受けて母に優しくなれた気がします

一人で抱え込んでいたときはきつくて、勝手に涙が出ることも多かったですね。私たち子ども3人でどうにかしなければと

思っていて。母も「施設に行くなら死んだほうがいい」と話すので、無理強いでもできませんでした。介護施設に勤めながら、施設を利用する罪悪感のようなものもありましたね。

でも、ケアマネジャーさんに出会い、デイサービスを利用してみると心に余裕ができました。母も、週3回通い始めると、みんな優しいと喜んでくれて。休みの日も行きたがって、今は月半分も通っています。思い切ってよかったなと思いますね。

一緒にずっと暮らしている人の方が絶対大変…

兄が両親と同居していて、初めは兄に対して何でこんなこともしてくれないんだと思っていました。でも、仕事から疲れて帰ってきて、毎日これは大変。週に1回買い物や外食、母の好きな花と一緒に育て、時にはぶつかりながらも一生懸命に接してくれていて、本当に感謝しています。だから「ありがとう」の代わりに「私の方が楽だもんね」と言ったりもしますね。

「母の表情で、はつと我に返った。」



ルリ子さんと母一代さん。
2人の会話は、
いつも笑顔が絶えない——。

地域の皆さんにも支えていただいています。母が夕方に行方不明になったときも、翌朝近所の方が見つけてくださったので。ずっと探してくれていたんです。その方は、「病氣になってもお母さんはお母さん。今までたくさん良くしてもらったから。」と。母は昔から周りを気遣う人。母の交友の広さに驚かされることも多いんです。

認知症になって悪いことだけじゃないんだなあ

母はずっとうつ病でした。認知症の初期症状だったのかもしれないんですが、とにかく笑わない、カーテンを閉めて外に出ようとしない。そのときのことを考えたら…。今は以前よりも母と仲良くなって、手をつないで買い物にも行きます。ベタベタするのが得意じゃない私でも、今は素直にできます。

母はなかなか笑顔がいいんです。この笑顔が少しでも長く続くように、精一杯、一緒に楽しみながら生活していけたらなと思っています。

岩本 ルリ子 さん 熊本市在住

グループホームで介護の仕事をして、週5回、豊野町の実家に通い、認知症を患う両親のお世話をしている。母一代さんの影響を受けて料理好き。作った料理を SNS に投稿することが日々の息抜き。

