

孤軍奮闘、二人在宅介護の実情

太田法子様は上越市南城町三丁目で化粧品の販売をその生業^{なりわい}として、社会活動にも熱心な方です。法子様のご主人の耕治様は五十代前半の二十年ほど前に、パーキンソン病の認定を受け、今また、実母の田邊千秋様の介護を引き受けておられます。

二人在宅介護のご様子は……とその奮闘振りを取材すべくお宅へ話を伺いに行きました。

三人のそれぞれの立場からそれぞれの言葉でお聞きしました。

マイナスをプラス志向に切り替える

談

四十代後半、自衛隊に勤務していた働き盛りの頃に、パーキンソン病を発病した。五十歳前から少しずつ「おかしいな」と感じ、いろいろな病院で検査を行ったが原因が分からない。そこで、東京に行き、ある病院での検査によっ

て、「パーキンソン病」と診断され、その認定を受けたのは五十二歳のときであった。ショックであったのはいうまでもないので、思い出しても

ない。認定されてから六十歳ぐらいまでは病氣と闘っていた。病氣や周囲の人たちとの人間関係に葛藤があった。

パーキンソン病を踏み台に

社会活動

『雪割草』から「フエニックス」を生み出して



太田耕治氏——車椅子生活20年目の瞳が澄んでいるのは世の中を達観したせいだ。

しかし、六十歳を過ぎた頃から、客観的に病氣のことを見れるようになって、

パーキンソン病とは…

パーキンソン病とは、脳神経系の病氣の中で最も患者数の多い病氣の一つです。

日本では、人口十万人あたり百～百五十人の割合で発病します。

この病氣の特徴としては、①安静時の震え(手足の震え)、②筋固縮(筋肉のこわばり)、③動作緩慢(動きが乏しくなる)、姿勢反射障害(バランスが悪くなる)という四大病状があげられます。

この病氣は脳内の「黒質」という部分の神経細胞の減少が原因とされています。この黒質という部分で「ドーパミン」という神経伝達物質を作っており、脳内での神経間の情報伝達を行なっています。ドーパミンが減少することで、右記のような症状が現れます。

黒質細胞がどうして減っていくのか正確な原因は分かっていないので現在は「特定疾患」(治療方法が確立されていないなど治療が極めて困難な病氣)に指定されています。

パーキンソン病は原因不明のために完治が難しいのですが、内服療法によって症状が緩和することもあります。症状など気になることがありましたら、神経内科などの専門医へ早めに受診しましょう。

(直江津居宅支援課 ケアマネジャー 高原貴広)

ひと月に一度、太田家の居間を開放しての集まり、病氣のことを分かち合える仲間の存在は大きいと思った。

会を運営していると、病氣を抱えた仲間たちが『雪割草』の会に参加しようと思っても、便利な交通手段がないことに気づいた。気兼ねや遠慮、御礼など社会常識が壁になったのだ。身体に何ら

そのような時に、通院していた同じ難病を抱えている人たちが、難病ボランティア青い鳥の方々と『雪割草』という仲間内の親睦会を作り、自宅を開放して交流を深めた。平成十年一月の雪の降る寒い一日で、集まりを心配したが、全員出席の好スタートを切った。

かの障害がある人たちの通院外出を手助けしようということを切実に考えた。そこで、ボランティアを集めて、移送互助会である「フエニックス」を立ち上げた。

利用する人とボランティアの気持ちの接点として、「ありがとう」という謝礼金と燃料代を決め、思いやりだけの集まりから一歩進めた組織を作った。それが平成十一年八月、『雪割草』の会をはじめて僅か八ヵ月である。

最近、ようやく病氣の身体との対話ができるようになり、落ち着いていくように感じられるようになった。この病氣は毎日、身体状況が下がる。機能が低下し、薬が効かなくなり、やる気が出なくなる。毎年どんどん落ちていく感じがする。脱力感が激しい。そのような時でも、薬を飲んで

とがある。

しかし、事故の補償や財政システム作り、送る人、送られる会員を増やすなど検討していく課題はたくさんあった。それらのことは、今は後進に道を譲った。

さいがた病院の送り迎えをする「フエニックス」は今も健在である。会費を頂戴して運営しているという。

効いてくるとだんだん力が湧いてくる。薬を飲む時間やその時の体調によっても、薬の効き方が変わる。

薬なので副作用がある。この副作用とうまくつき合うには、相当の粘り強さが要だ。薬が切れると、嚥下機能が低下して食べ物や喉などに詰まりやすくなったり、無様な状態になる。

一般の人たちには理解してもらえないかも知れないが、女房には病状は隠せないし隠さない。病気になるって正直人間になった。

今は子どもたちも（三男一女）家庭を築いたりして、それぞれ一人前に

なり成長している。お正月やお盆には孫たちもみんな集まって、とても賑やかになる。子どもたちにもいろいろドラマがあった。いや、ドラマは進行中と言った方がいいのか。いや、私自身もその渦中にあると言って過言

ではない。そんなわけで、今は「一族の新聞」を作成している。出来あがった活字や整理した新聞の全体像を眺めていると「パーキン君」を忘れそうになるから不思議だ。

夫からの大きな、二人介護へのプレゼント

夫は「団結」と言う財産を与えてく

れた。パーキンソン病に罹ってもう後戻りを出来ないという気持ちの中で私もその病と一緒に暮らそうと決意した。そんな中で母も介護し

なければならなくなった。

母（田邊千秋様）は、

古くは戦前の高田高女、北城高校や高田高校など多くの学校で家庭科の教師をしていた。現在、九十一歳になるが、この十年間で五回



「夫がショートステイに行くと甘えることが多くなる……」
太田法子さんと実母の田邊千秋さん（左）

市川市まで車椅子が行って、表彰をいただきたい。母のその気力はすごい」とほめるとすぐに、私のことを「苦労している」と言うが、苦労は捉え方でまったく違ってくる。どう捉えてどうするか



母を語る太田法子さん

それでも私は物事を真正面から捉えて一生懸命それに対処するようにしている。苦労を感じさせないことが、私のポリシーなのである。どの家にもマイナス因子はある。マイナス因子はあった方がいい。いろ

いろなことを経験したことがある人は、いろいろな人と深く対話することが出来る。経験は、した方がいい……と私は思う。あわてないことが大切。物事にくよくよしない。心配しないで、その場その場でけじめをつける。身の丈の生き方を求めて、ダメだったら、そこで考えればいい。頑張れ！頑張れ！では大変である。

夫は人と違う視点で見るのがポリシーでもある。いろいろなことが閃いたときはメモをして、いつか役立てている。

夫や母が、デイサービスやショートステイを利用して、ぐっすり眠り、ゆっくり休むこともできる。夫は将棋や囲碁が大好きで、今は上越市内のデイサビスやショートステイの制覇を楽しみにしている。

今は二週間に一度のペースでショートステイに行ってくれる。夫からのささやかな二人介護の慰労のプレゼントと思っている。

介護簡単メニュー

食欲不振に

『さっぱり感のツナバーグ』

疲れて食事を作るのが面倒だな……、でも、作らなくて……。毎日が忙しいあなたにお薦めの簡単で、すぐに出来て、しかも食欲を起こさせる介護食はいかがですか？

今回は甘酢風でさっぱり感のある「ツナバーグ」にしました。



●作り方（4人分）

- ①ツナ缶またはサケ缶2缶の水気を切っておく（塩分が強いときは簡単に水洗いしても良い）。
- ②はんぺん大2枚を刻んでおく。
- ③長ネギ100gをみじん切りにし、しょうが小1ヶをすりおろす。
- ④卵1個を溶いておく。
- ⑤ポリ袋に①と②を入れ、袋のまま良く混ぜる。③と④にマヨネーズ大2を加えて、さらに良く混ぜる。
- ⑥サラダ油をフライパンにひいてよく温め、小判形にして焼く（小判形にする際には、手に油をつけるとくっつかない）。
- ⑦中身は生のままでも食べられるので、焼き色がつく程度でよい。
- ⑧甘酢あん（水300cc、だし小2、砂糖小2、昆布つゆ大2、酢小1.5）に片栗粉1:水1の割合で溶き、とろみをつける。
- ⑨器にツナバーグを盛り、⑧のあんをかけ、みじん切りの青じそやパセリをのせる。

高田訪問介護課 板倉寛子（介護食士）

サンクス富自在館「響」と「絢」を訪ねて

「サンクス高田自在館」は、平成十七年十一月に開設しました介護付有料老人ホーム「サンクス高田」の二

号館です。
「サンクス高田」は、もともと大島農機の倉庫があった場所に、当時、国土交通省が推進していた再開発事業のモデルとして計画されました。

上越で初めて！



本格的なシニアレジデンスの誕生

高田駅から約五分という立地環境を活かし、「まちなかの暮らし」をコンセプトに高い利便性を実現しています。

高田駅から約五分という立地環境を活かし、「まちなかの暮らし」をコンセプトに高い利便性を実現しています。

有料老人ホーム全十八室があります。最近都会では、特別養護老人ホームなどの福祉施設

の他に、有料老人ホームや高齢者専用賃貸住宅などの居住タイプのサービスもあり、幅広い選択肢がありました。ところが上越市では今まで、住ま

いの選択肢がほとんどありませんでした。
自在館は、暮らし方の選択肢を増やし、「日常生活を今よりももっと楽しく、美しく」という夢を実現できる住まいです。

自在館の暮らしは、「自由自在」です。あれもダメ、これもダメではなく、あれもどうぞ、これもどうぞを基本としています。居室は安全で清潔なオール電化。キッチンで自炊もできますが、広いテラスに面した明るいレスランで、栄養バランスのよい和・洋・中などのバリエーションから好きなメニューを選ぶことができます。

多くの高齢者の不安や心配は、急に具合が悪くなった時や介護が必要になった時のことです。
自在館「響」のお部屋には、緊急通報装置などが設置されており、また、昼夜を通じてスタッフが常駐していて自宅にはない安心があります。

また、介護が必要になった場合には、同一建物内の居宅介護支援や訪問介護などの介護サービスを利用でき、面倒な手続きもなくとても便利です。さらに、「一階の「絢」の介護居室には、新たな経済負担の心配もなく住み替えることもできる安心プランになっています。

眺望は、楽しみの一つで、城下町高田の街並みや夜景、妙高山や春日山、米

先進の介護技術を学ぶ

六月二十二日に新潟ユニゾンプラザにおいて「北欧式トランスファーセミナー」が開催されました。当日は新潟市を中心に県内各地から約四十名が受講されました。

このセミナーは、福祉先進国のデンマークより講師をお招きし、今年で五回目の開催となります。受講された方々から反響の大きなセミナーです。昨今、日本の医療・福

祉の介護現場では、腰痛等の理由による高い離職率の改善が指摘されており、特に負担の大きな「移乗」の問題が大きなテーマにもなっています。

働者が守られています。介護の現場にもこの法律が適用され、介護テク

てきました。
このセミナーは、サービスを提供する介護者と受ける利用者の双方にやさしいトランスファーテクニック（移乗介助技術）を学びました。

今回のセミナーを受講して特に学んだことは、ご利用者のペースに合わせて、その力も十分に引き出しながら援助していくことの大切さです。

「ご利用者にとって良い介護がやさしい介護」だと思っていました。ご利用者も介護者も共に良い介護がほんとうの「やさしい介護」であることを実感しました。（高田訪問介護課 上田美穂）

北欧式トランスファーセミナー2009開催

主催 さくらメディカル㈱



講師の小島ブンゴード孝子先生（中央右）とデンマーク人のフランク・ニールセン氏（中央左）

国土が北海道の半分くらいしかない「人が資源」のデンマークでは、職場が安心・安全である場所であることを基本に、法律によって労働環境・労

ニツクや労働者の安全確保の研究が、今から二十年以上も前から続けられ

課 本間智志

「やさしい介護」を実感

今回セミナーを受講して特に学んだことは、ご利用者のペースに合わせて、その力も十分に引き出しながら援助していくことの大切さです。

「ご利用者にとって良い介護がやさしい介護」だと思っていました。ご利用者も介護者も共に良い介護がほんとうの「やさしい介護」であることを実感しました。（高田訪問介護課 上田美穂）

シヨップ便利用品ご案内

空の青さが真夏の到来を告げています。こんな季節は、お風呂に入ってサッパリしたいですよ。そこで、今回は2つの入浴の便利グッズをご紹介します。



①顔も身体もピカピカ！「くるくるボディータオル」
・定価：1,575円（税込）
・色：黒・グレー・ローズグレー

一見どこにでもあるようなタオルに見えるが、「輪っか」になっているので、両端を握る力がいりません。

両手を輪の中に入れて、そのまま左右に動かし軽々と洗うことができます。背中や足も、力を入れずに洗えます。

また、タオルにはポケットもあり、全体を折りたたんでポケットに入れると「ふんわりスポンジ」にもなります。石鹸を優しく泡立てるワッフル地なので、顔も体もこれ一つでピカピカです。



②濡れた髪をやさしく包む「湯上がりカボチャ帽」
・定価：1,890円（税込）
・色：オフホワイト

次にご紹介する便利グッズは、湯上がり用のタオル地でできたキャップです。洗髪後に被る

だけで、濡れた髪をカントタンにケアできます。綿100%のタオルが二重になっているので、吸水性に優れ、乾きも早く、ドライヤーをかける時間が短くなって、髪も傷みません。

半乾きのままで寝ると、乾いていく時に体の熱を奪って風邪をひきやすくなります。その点、このキャップは髪を傷めないで、冷やさず、すぐに衣類が着られるので、「湯冷め防止」に使っていただけます。

お風呂に入って、

髪も体もしっかりケアして、

ぐっすり眠りにつきましよう！

（介護シヨップ長岡店 佐藤峰子）

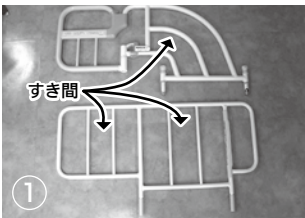
転落を防止する
サイドレールと
自立動作を
支援する介助バー

介護保険（福祉用具貸与）でご使用いただける電動介護用ベッド（以下、「ベッド」）は一般的には、「サイドレール」や「介助バー」と組み合わせで使用されます。

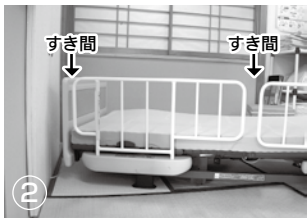
サイドレールは、ベッドで寝ている人の転落や布団などの落下を予防します。また介助バーは、ベッドからの起き上がりや立ち上がり動作を助けてくれます。

これらのサイドレールや介助バーには、構造上いくつかの「すき間」があります（写真①）。また、ベッドに取り付けた際にも、サイドレール同士やベッドとサイドレール間にすき間ができます（写真②）。

このようなすき間があることによって、ご本人



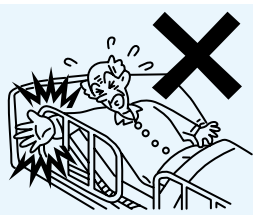
サイドレール（下）介助バー



各部のすき間

の視界が確保されたり、閉塞感が軽減されるなどのメリットがあります。

サイドレール
などによる事故



サイドレールのすき間による事故

しかしながら、ご本人の心身の状態やご使用される環境などによっては、これらのすき間に身体の一部が挟み込まれたり、圧迫されるなど、危険性もあります。その結果、身体への損傷や命にかかわる事故に至る恐れもあります。

重大事故の
公表と予防

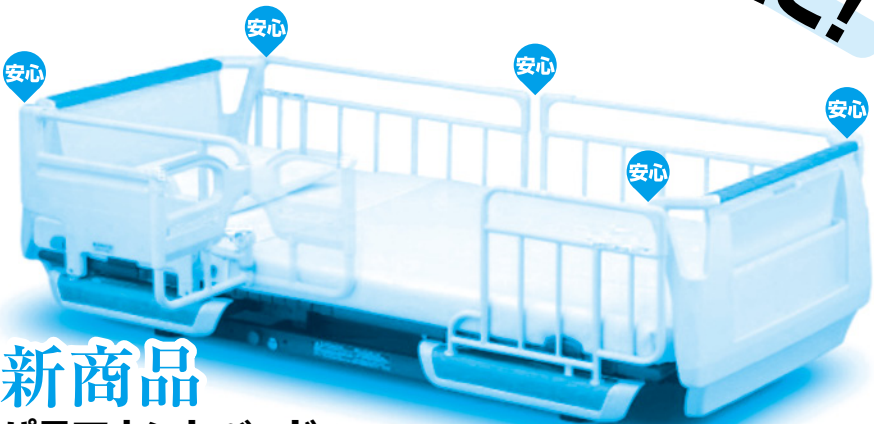
本来ならば安全・安心してご使用いただくためのベッドによる事故を減らすための取り組みとし



事故を報道する新聞記事

て、二〇〇七年五月に、消費生活用製品安全法が改正されて「重大事故報告制度」が始まりました。この制度によって、サイドレールのすき間などに首などが挟まれて重篤な事態となった事故が報告されています。

もっと安全に便利に！

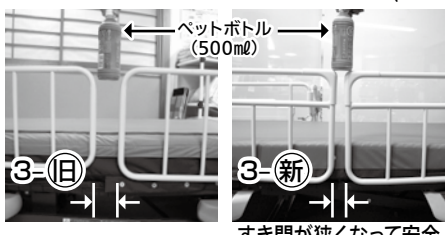


新商品
パラマウントベッド



やさしい在宅ベッド
「楽匠Sシリーズ」誕生
安全性を高めた最新のJIS規格を認証取得！

止するために、特にサイドレールのすき間の寸法の基準などが



すき間が狭くなって安全

JIS改正と
安全性強化

さらに今年の二月には、ベッドの安全性を高めることを目的に、JIS（日本工業規格）が改正されました。

今回の改正では、すき間を原因とする事故を防

「楽匠Sシリーズ」
誕生

今春のJISの改正に伴ってベッドメーカー各

●乗り移りがラク

今まで使っていたベッドは、一番低い高さまで下げても移動車（高さが20cm程度）への移乗が大変でした。

新しいベッドは今までのベッドよりも高さが10cmも低くすることができるようになり、スムーズに移乗することができるようになりました。

また、ベッドがまっすぐに上下するようになっています。ベッドの設置面積が少なくなった分、部屋の中での車椅子の移動も楽になりました。

●ポケットが便利

主人がベッドから落ちたらどうしようかと不安でした。今度のベッ

社から新しい基準を満たした「安全性の高いベッド」が発売されています。さくらメディカルでは、業界最大のパラマウントベッドが二〇〇三年の発売以来三十三万台以上の販売実績のある「楽匠」の後継機種として、安全安心機能をさらに充実させて発売しました「楽匠Sシリーズ」を、「世の中でもっとも安全で使いや

声

すでにお使いいただいている方々からのご感想をご紹介します。

ドは、超低床（床からの高さは20cm）であり「もしも」の時には安全な感じがします。

また、頭や足元のボードにはメガネやリモコンなどを入れられる

●顔と顔が近い

これまではずっと布団で寝ていたのでベッドを使うことになかなか抵抗がありました。

このベッドは安全面に配慮されていることと、ベッドの高さも低くなつたために布団で寝ている妻との距離もそれほど気にならず、快適に使っています（ご主人）。

ベッドの隣の布団で寝ていますが、夫がベッドになつてからも違和感がなく、今までと同じように生活しています（奥様）。

ベッドをはじめ福祉用具に関するご相談やお問い合わせは、お近くのさくらメディカル（営業担当）までお気軽にご連絡ください

すいベッド」として採用し、すでに多くの皆さまにお使いいただいています。



「さくら」が
ついで

楽匠Sシリーズは「や

さしいベッド」として誕生しました。身体が挟み込まれにくいすき間にするなどの安全性の確保はもちろん、ご本人や介護する方の視点で改善された便利で安心な工夫が満載です。皆さまに安心してお使いいただけるお薦めのベッドです。

