

■グループディスカッション（グループ A）

こんなとき① 80歳 男性

昼間は週に4～5回デイサービスに通っている。

デイサービスでの様子を聞くと穏やかで落ち着いており、他の利用者とのトラブルは何もないとスタッフから言われている。

しかし、夜になると大変元気になり、一晩中活動して眠ろうとしないことが一日おきくらいにある。

介護者は夜もおちおち眠れなくて困っている。

①よくあることである

- ・ 他人と家族の区別ができる→別行動
- ・ 家庭でホッとできるので素が出る

②デイサービス中は眠らせないようにする

- ・ 後片付けを手伝ったりする意欲はある
- ・ 語り部をしてもらう
- ・ 質問、行動するチャンス
- ・ メリハリをつける

③薬で調整

- ・ 安定剤と睡眠薬の違いに気をつける
- ・ 薬の使用により食事の量が減ったり機能低下が現れる

④ナイトサービスを考える

- ・ どれだけ体力と頭、エネルギーを使わせているか？

⑤本人を尊重し、特徴を活かす

- ・ 家族の中でギクシャクするが、その方の役割、個人尊重することが大事

■グループディスカッション（グループ B）

こんなとき② 78歳 女性

昼間は嫁と二人である。

同じ事を何度も尋ねたり、火を使っては火事になりそうになったり、嫁に対して急に怒り出したりする。

そこで、デイサービスを利用して昼間の家族の負担を減らそうという案が介護支援専門員から提案された。

デイサービスを始めようと本人に話したが、「そんな所には行く必要がない」「私をどこかにやっってしまうつもりか」と怒ってしまい、話にならない。

◎今回のケースの問題とは？

①家族が疲れていてストレスがあるが、本人がデイサービスに行かない

②女性が二人で台所に立つのは問題

- ・何度も尋ねると会話がなくなる
- ・主婦にとって台所に立つということは大切なこと

◎解決策

①同年代の友人に誘ってもらう

- ・家族だと反抗的、嫁だとなお反抗的

②長年の経験がある姑を立ててあげる

- ・「邪険にしないこと」を若い人に心がけてほしい
- ・上手に、「頼っているよ」という風に関わっていく

③嫁にあたる

- ・イライラは嫁にしかあたれない
- ・ギクシャクして会話がなくなる
- ・おばあちゃんの居場所がない
- ・若い人に居場所を作してほしい

④何回も言う

- ・余裕があれば聞き流すのも方法

⑤デイサービスに行きたがらない

- ・家族は強引なため、専門職に誘い出してほしい

◎意見

- ・行くまでが問題
- ・家庭の流れ、年寄りとしての役目がある
- ・昔の話しに耳を傾けてあげることが大切
- ・隣近所の人に誘ってもらおう
- ・今の若者に会話がな
→認知症がどんどん増えるのでは
- ・家庭の苦しみを持ち込まないよう、上手に振る舞う
- ・「頭に詰め込むだけでなく、忘れることも良いことだよ」と、声をかけてあげる
- ・症状が出る以前から社交的で友人がいると誘ってもらえるが、そうではない人は どうしたらいいだろうと思う
→一緒に行ってみる、見学を試してみる
- ・友人は大切な人が1人、2人で十分。付かず離れずの中。これは若い時から作る 必要がある
- ・趣味があると良い

■グループディスカッション（グループC）

こんなとき② 82歳 男性

夜は大体早く床に就く。

夕食を夜18時ころ食べ終わると、ほとんどすぐ寝てしまう。

ところが家族が寝ようとする23時から24時ごろになると起き出して、「おはよう」などと言ったり、寝かそうとしても「眠くない、朝だからみんなおきなきゃいかんだろう」と逆に怒ったりする。

家族が付き合っていて起きると、そのまま朝になってしまうこともある。

家族は眠いし疲れるし、体調を崩しそうになっている。

どうしたらずっと眠ってくれるのだろうか。

- ①昼間起きていてもらう、活発に過ごしてもらう
 - ・デイサービスを利用して生活リズムを整える
 - ・近所の認知症を理解している人に来てもらって、自宅で活発に過ごしてもらう
 - 毎日のデイサービスは金銭的に難しいから
 - ・テレビの見っぱなしは脳が活性化しないからあまり意味がないのではないか
 - ・いつも鍵をかけていてる人がいて、いざという時なかなか会えない
 - 誰なのかわかるように伝える
 - 都会育ちの人は鍵をかける癖がある
- ②寝る時間を少しでも遅くする
 - ・食事時間を30分でも遅らせる
 - ・食後に散歩に連れ出す
 - 家族で交代して付きそう
- ③病院に行ってくれるようなら、病院で受診する
 - ・薬で調整はどうか
- ④家族が疲れたら、地域の認知症介護をしている人達の集まりなどで発散する