

# コラム “老いたく”

今月号よりコラムの連載を掲載いたします

第1回目

テニスとお酒が大好きだった義父が病に倒れ、認知症の妻を残し、「遺言」も残さず急逝した。お気に入りの庭が眺められる大好きな自宅ではなく、医療ケアの充実した「老人ホーム」のベッドで、コロナ禍で面会もかなわない中、最後まで家と妻のことを気にかけていたらしい。

義母は今、夫との思い出が詰まった自宅を離れ「グループホーム」で暮らしている。義母の名義になった家は「空き家」のまま。彼女には家の処分について判断する能力は無い。『成年後見制度』を活用しなくては。

時を同じく、遠方に住む実父から「物忘れがひどい、認知症が始まった！」と訴える電話が度々かかってくるようになった。整理整頓が得意で行動的な父は、自分も入るはずだった母の墓の「墓じまい」を誰にも相談せず行い、自分の葬儀の参列者リストを作って「葬式」の計画をたて、私が帰省する度に部屋の荷物が少なくなっている。『終活』をしているようだ。

一方、こだわりや思い込みが激しくなり、妄想めいたことを口にするが増えていった。受診や訪問看護を嫌がるようになり、主治医から、これ以上拒否するなら「自宅は無理なのは」と言われている。さて、どうするか。住まいのこと、お金のこと…判断能力が更に低下する前に父の思いをきちんと聞かなくては…。『人生会議』だ。

私、マル子50代。人生100年時代だとすると、折り返し地点を過ぎたところだろうか。

40代になり夜更かしすると翌日に響き、疲労の蓄積と肌の衰えを感じ始め、50代に突入してからは人の名前が出てこない、固有名詞が覚えられない毎日だ。

「老い」とは加齢による能力の変化のことで、個人差はあるが40代より加速するらしい。ならば、「老いたく」は父母世代のみならず、私たち中年世代にも必要なものかもしれない。

モノや資産を整理することだけが老いたくではない。真の目的は、これからの人生をより豊かに生きること、だそう。将来を見つめ直す良い機会なのだ。

次回からは『成年後見制度』や『人生会議』、住まいやお金のこと、亡くなった後のことなど、制度面を取り上げていきたいと思います。

※このコラムは全3回を予定しています



## 高齢者あんしん相談センターにご相談ください！

高齢者の皆さんが、住み慣れた地域で安心して生活できるよう必要な支援や情報提供を行う相談窓口です。介護・保健・医療・福祉に関する相談をお受けし、プライバシーに配慮しながら、一緒に解決方法を考えます。お気軽にご連絡ください。

公式LINE



ホームページ

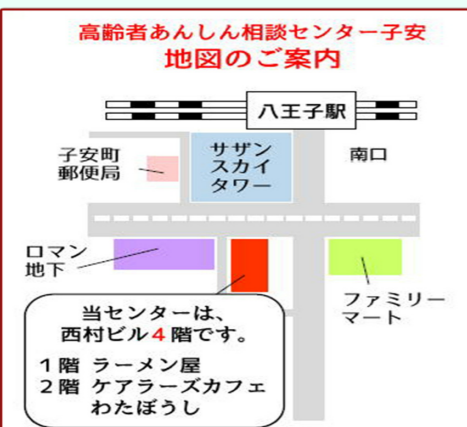


開所日時：月曜～土曜 9:00～17:30  
休日：日祝、年末年始(12/29～1/3)  
住所：八王子市子安町4-10-9 西村ビル4階  
電話：042-649-6020/FAX 042-649-6021

担当地区

台町1丁目、子安町1～4丁目、万町  
上野町、寺町、天神町、南新町、緑町

高齢者あんしん相談センター子安



# あん あん つう しん 安々通信

発行元

高齢者あんしん相談センター子安  
(地域包括支援センター)

令和5年4月 VOL.38

高齢者あんしん相談センターは、八王子市が設置している  
高齢者の方の総合相談窓口です

専門の資格(主任介護支援専門員・看護師・社会福祉士)を持った相談員が、  
協働しながら、地域の皆様からのご相談を受け付けております

中村 真理

【センター長】主任介護支援専門員 社会福祉士

当センターが開設してから丸10年を迎えました。10年ひと昔といわれるだけの時間の中で、私も、私を取り巻く環境も少しだけ熟成したように感じられます。楽しいことばかりではありませんが、変わりゆく人やまちと共に「ここで生き、ここで死にたい」と思えるよき八王子への道のり半ばです。



廣井 廣好

社会福祉士・介護支援専門員

少しずつマスクを外せる機会が増えてきたようです。地域の皆さんがホッと一息つけたり、時には笑顔浮かべて頂けるようにお手伝いが出来ればと考えています。



増谷 耕二

社会福祉士・介護支援専門員

今年度も平常心で日々仕事に取組み、地域のお役に立つ所存です。



松本 理佳子

看護師・介護支援専門員

少しずつ暖かくなり、心も体も緩み始めた今日この頃です。皆さまの笑顔を励みに今年も頑張ってお仕事させて頂きたいと思っております。



上条 崇

社会福祉士  
生活支援コーディネーター

コロナ禍が収束へ向かいつつあり、地域の活動が再び動き始めたという声を伺い嬉しい限りです。今後も地域やご近所の方々との繋がりを大事にしながら、少しでも地域に貢献できるよう努めていきたいと思っております。



下津浦 和美

社会福祉士

皆様は夢中になれる事ありますか？私は登山や韓国ドラマなど。自分の心や体と相談しながら、楽しく一緒に「きょういく(今日行く)、きょうよう(今日用)」探しましょう！



池田 恵美

看護師

コロナ禍生活3年、春が来て少しずつ色々な活動開始となりそうです。皆さまが何かしてみたい、見てみたい、興味をもてること、一緒に楽しめるものを提案してゆきたいと思っております。



鈴木 直子

社会福祉士・介護支援専門員

皆様からのご相談事を真摯に伺い、お話しやすい環境作りを整え、センター内の多職種で協働しながら地域に貢献させていただけますよう尽力いたします。



村田 雅世

認知症地域支援推進員

朝は八王子駅南口の花壇を眺めて出勤。真冬に凍り付いていたパンジーが元気に咲いている。コンクリートの割れ目に咲くスミレ。小さな春を探しに「まち散歩」しませんか？

