

# はぐくむ光のびる若芽

109

宝米 土屋静子

えつー！この私が家庭教育について一言と言われても困りますが、人並に3人のかわいい子供たち、理解ある主人、まだまだ元気な両親と、コッコツぶつかり合いながら家族7人楽しく人生を送っています。

わが家の方針は、言いだいたい事は腹にためないで何んでも思った事を話すといった具合なので、毎日がとて賑やかです。食事の時などは、われ先にとオシヤベリが始まるので大きなテーブルを挟んで言葉が行きかい、自分の話を聞いてもらいたいのために、だんだんと声が大きくなり、なんとなく食事が終わる頃には疲れてしまうような気になります。

また、休みの日などは近所の子供たちが大勢集まりまるで学校のようにです。ファミコンで遊んで

## 家庭の暖かさを大切に



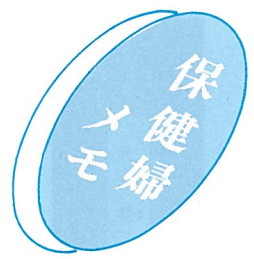
▲3月に親子で九州を旅しました

いてもあまり集中せずに、裏山に登っては山スベリ、前の池へ行つてはザリガニ取り、庭ではボール遊び等をしだりしています。そんな時富山の薬屋さんが来て「この家の風景は、20年前

を叱つて頭をたたき、手がとても痛かつたので、頭はもつと痛かつただろうと思ひ、今度は自分の頭をたたいてみました。でも頭は痛いのに手は息子をたたいた時ほど痛くならないのです。なんだかそれ以来子供たちには

に見たような昔ながらの賑わいがあつて、懐かしい気がしますね。」と、言われた時に、私は恥ずかしいというよりもうれしく感じ、「これがわが家なんだな。昔ながらの暖かみのある家庭なんだな。」と思ひました。随分前になりますが息子

手をあげられなくなりました。こんな私ですが、楽しく母親をやらせてもらっているのだから、家庭の暖かさを大切にし、子供たちの成長を見守っていきたいと思つています。



今回から、シリーズとして家庭でお年寄りを介護される場合のポイントについてお話ししていきたいと思ひます。

### シリーズ ①老人の体と心・介護の心がまえ

- ◎体と心の状態の特徴
- (1)予備力が減少する
  - 無理がきかなくなり、元にもどるのに多くの時間がかかります。
  - (2)体の組織が弱くなる
    - 皮膚にしわがより皮下出血を起こしやすく、筋力が低下して骨もろくなり骨折しやすい。
    - (3)感覚が鈍くなる
      - 視力と聴力の低下がとくに著明です。
      - (4)記憶力が低下し孤立感が強くなる
- ◎病気の特徴
- (1)症状が定型的でない
  - 症状が軽いようにみえても重い病気の場合が少なくありません。(例・高熱のない肺炎など)食欲をなくし日頃と異なった生活パターンを示したときには、早く医師に相談して検査を受けることです。
  - (2)治りにくく慢性化しやすい
  - (3)合併症が多い
    - また、寝たきりの原因となる主な病気としては、脳
- ◎性格の特徴を知ろう
- ①自己中心的で頑固になる
- ②疑い深く、ひがみっぽくなる
- ③保守的になる
- ④愚知が多くなる
  - 視力や聴力が衰え物忘れも進んで正確に物事をとらえることができず、自分の経験で判断しやすくなります。
  - 以上のような傾向を理解してお年寄りに不安を持たせないよう心がけ、介護しましょう。

### 介護のポイント5

- 1 わずかなことでも可能性を見出し、「できる」という自信を持たせる。
- 2 信頼関係ができるまでは「ほめる」、信頼関係ができたなら、ときには「叱る」。
- 3 子ども扱いをしない。大人としての人格を尊重し、子ども扱いにするのは禁物。また、いくらお年寄りであっても「男である」「女である」という意識は強く、こうした点へも配慮が必要。
- 4 手を放して、目を離さない。時間がかかっても自分でやりとげさせ、介護者は温かい目で見守る姿勢が大切。
- 5 家族全員の理解を求め、協力して介護に当たるのが大切。障害を持つお年寄りは孤独感が強く、とかく自分の殻にこもりがち。家族一人ひとりが、毎日の生活の中で、たとえわずかな時間でも話し相手になってあげたいもの。



新しい体験を記憶として