

「ぼけますから よろしく願います」～私が撮った母の認知症 1200 日～

信友 直子 (テレビディレクター：呉出身)

「ぼけますからよろしく願います」
これは去年のお正月に私の母が、実際に私に向かって言った言葉です。冗談めかした言い方ではありませんが、その裏には母の切実な思いがこもっています。

認知症になった人は、ぼけてしまったから病気の自覚もないのではないかと思われがちですが、実は本人が一番傷ついて苦しんでいます。昔できていたことがどうしてできないのか、自分はこれからどうなっていくのか、不安や絶望でいっぱいなのです。私自身、母が認知症になって初めて、認知症の人の気持ちを知りました。母はアルツハイマー型認知症で、現在要介護1です。

私は呉市出身のテレビディレクターで、普段は東京でテレビのドキュメンタリーを作っています。呉には、97歳の父と89歳の母が二人で暮らしています。

いわゆる老老介護です。父が超高齢ですし私は一人っ子なので、仕事をやめて呉に帰ることも何度も考えましたが、今も東京で仕事を続けていられるのは、ケアマネジャーさん、ヘルパーさん、デイサービスのスタッフさんなど、たくさんの方たちにお世話になっているからです。今は週4回、介護や医療のプロの目が届いているので、両親に何か異変があればすぐに知らせてもらえます。

しかしこの体制ができるまでは大変でした。母が認知症と診断されたのは4年前なのですが、父は自分が面倒をみると言い張り、公的な介護サービスを受けることをずっと拒否していたのです。昔気質な人なので、家長としてのプライドや、人の

世話になりたくないという「男の美学」もあったのでしょう。父は私が心配して帰省することすら、「まだ大丈夫だから、そうしょっちゅう帰ってくるな」とあまりいい顔をしませんでした。

父との押し問答は、2年以上続きました。

父は耳が遠く、母に何かあっても気づかないこともあるので、二人だけの生活は限界だと私はずっと父に訴えていました。母が父に話しかけても父が聞こえず反応しないと、母が会話を諦めてどんどん無気力になっていくのも心配でした。両親の生活ぶりは、二人だけで閉じこもり、社会に向けてシャッターを下ろしてしまった、社会的ひきこもりのような状態だったのです。私が最初に相談に行った「地域包括支援センター」の職員の方によると、このようなご老人のケースはとても多いそうです。

そんな中でも私は、昔から実家に帰ると両親をホームビデオで撮影するのが習慣になっていたので、撮影だけは続けていました。ビデオには、認知症になる前の朗らかな母、様子がおかしくなってきた母、ついに認知症と診断された母、母の病気を受け止めて家事を肩代わりし始めた父、でも頑として介護サービスを受けようとしない両親…すべてが映っていました。

これを公開することで、うちと同じような悩みを抱えた家族の助けになるのではないかな。そして、あわよくばひきこもっている両親の社会性獲得につなげることはできないだろうか…そう思ったのが、ホームビデオを番組にしたきっかけです。両親は、番組にされることに不思議と抵抗はない

市民公開講座②

ようでした。父自身も内心では、このままではいけないとわかっていたのではないのでしょうか。母の認知症を進行させないためには、生活に刺激が大切ですから。

番組への協力をきっかけに父の気持ちは外に向いていき、それでは介護のプロの話も聞いてみよいか、介護認定に1ヶ月もかかるならいざという時のために認定だけでも受けておこうか…と少しずつ軟化していったのです。変化のきっかけを作ってくれた番組「Mr. サンデー」には本当に感謝しています。

介護サービスを受けるようになってから、父は孤独な介護の重圧から解放されて明るくなったし、母も他人との交流に刺激を受けて、しだいに快活だった頃の社会性を取り戻してきました。離れて暮らす私も、両親のことを近くで気にかけてくれるプロがいることは本当に心強いです。

認知症の人の家族は、元気だった頃のイメージが

強い分、患者にネガティブな感情を抱きがちです。どうしてこんなこともできなくなったの、情けない…などなど。でもそれは本人が一番感じていること。周りが同じことを感じたり、ましてや口に出したりすると、患者を傷つけてしまうことになります。

自分だけで介護していると、つい心に余裕を失って、患者を傷つける言葉を吐きがちです。でも私は、この4年間を振り返って、こう思います。

他人にもできることは介護のプロにお任せして、プロと介護をシェアすること。そして家族は、心に余裕を持って「病気になっても愛しい気持ちは変わらないよ」というメッセージを患者に出してあげること。

それが、認知症の人も、家族も、一番幸せに過ごせるやり方なのではないかと、今の私は思っています。