

## まごころケアサービス



藤川 栄

以前私は 100 歳の方をお世話したことがあります。

その方は、家から有料老人ホーム、病院、そして病院の経営する施設と変わりましたが最後までその人らしく安らかに旅立っていられました。

101 歳の O さんは自宅で 24 時間、7 人のヘルパーがお世話しています。家族の方は県外や外国におられますが、お嫁さんはよく電話してこられ、O さんの状態をよくご存じです。

私はまだ 10 ヶ月ですが、10 年以上の方も二人いらっしゃいます。

O さんは朝食後歩行器(シルバーカー)を押して家の中を 3~5 回グルグル廻ります。昼間はテレビを見る事もなく、新聞を読み漢字パズルをし、最近ではお天気の良い日は窓際のマッサージ機に座り庭を眺めたり日なたぼっこしています(時にはウトウトする事も)。特に漢字パズルは 10 年以上もしており、集中して 1~2 時間するので頭もしっかりしてお金の管理、薬の管理、どこに何があるかも記憶しています。ただ首・肩・腰がこるのでマッサージしたり、座って出来る運動をして体を動かすと“気持ちいい”と。唄も大好きで童謡や昔の唄を 12~13 曲歌います。亡くなったご主人が軍歌が好きでよく二人で歌ったそうです。



O さんのご自慢は歯が 26 本あることです。硬い物でもなんでも食べられます。特に瓦せんべいが好きで今でもたまに食べられます。何か食べるとすぐ歯間ブラシを使います。教えられることばかりです。

私は、月 4 回朝 9 時~夕方 5 時までですので昼食の献立を考えるのが大変です。2~3 日前に何を召し上がったかわからないので同じ献立でないとホッとします。残される時もありますが、“これ美味しいネ”“おなかいっぱい”と言って下さると、とても嬉しいです。どうぞこれからもご自宅で穏やかに暮らしていただけますように！！

また、O さんのお話しや生き様を見せていただき教えられる事が多く、本当にありがとうございます。