



# 私の介護体験

看護学科 森 美紀

# 介護のはじまり

- 2020年6月初旬の義母の入院…9月までの3カ月間
- 義母の入院…3カ月間 その後も在宅リハビリ期間あり
- 義父：当時79歳。要介護2 介護用ベッド利用  
デイサービスを週2回利用中

その頃は…新型コロナウイルスの流行が始まって数カ月  
世の中は緊急事態宣言下だったりなかったり…  
出勤禁止の在宅勤務中でした！  
☆授業も演習も実習もすべて遠隔に移行

介護のための外出  
は、不要不急では  
ない？  
仕方ないよね…

# まず・・・

- ケアマネさんに連絡

⇒デイサービスを週5日に変更  
介護ヘルパーさんの依頼

- われわれ夫婦が実家に一時的に住み込むことも検討

—義父からの強い抵抗にあう

—**頻繁に通う**ことを許可してもらう

—インターネット環境の整備（実家で仕事できるように）

午前中遠隔実習などの仕事

⇒午後から実家に行く

仕事と義父の世話と義母の対応

夜遅く帰宅し、また仕事の日々

・・・

上司と同僚が理解を示してくれて感謝！

自宅と実家  
1.5時間～2時間

# そして・・・

- ガスの元栓を閉める！
- 電気ケトルの購入
  
- 通院先の確認
- 内服薬の確認



**安全の確保！**



**健康状態の確認！**

# 義父の生活

- ・平日は10時から15時ころまで**デイサービス**（途中から、月・火・木・金）  
※「毎日疲れるから行きたくない」と、水曜日は日中も自宅で過ごすことに  
**介護ヘルパーさん**には、**水・土曜日**に来てもらう
- ・**配食サービス**を依頼するも、ほぼ毎日デリバリーを頼んでしまう  
※生存確認も兼ねていたため、停止できず…
- ・頻尿もあり、トイレが間に合わない⇒尿器・リハパンの併用
- ・ベッドに横になってTVを観ているか、短歌を書いていることが多い

# 義父の介護

- 部屋・トイレ・お風呂の掃除
- ベッド周りの片付け
- おむつの処理
- 洗濯
- 買い物…食べ物、飲み物、おむつ（リハパン）  
掃除道具（ヘルパーさん用含）等々
- ゴミの処理
- **薬の仕分け・管理**

他に…義父指定の「ノート」と「ボールペン」の  
大量支給！

食べ物、飲み物は  
決まったものしか  
欲しがらない…

お菓子

たまご  
スープ

紫の野菜  
ジュース

麦茶

ロール  
パン

# 最も困ったこと、苦労したこと

## ★食べ残しの始末

- ・台所のシンクの悪臭
- ・ゴミ箱の虫

## ★薬の管理

- ・睡眠薬へのこだわり
- ・分けていても、間違えて飲んでしまう…
- ・飲みたがり（どんどん飲んでしまう）

☆薬局に「一包化」してもらおうが、効果なし

## ★におい

- ・食べ物の腐敗臭
- ・尿臭

これが一番大変！  
季節は夏！  
すぐ腐る、虫が湧く

ヘルパーさんも閉口  
空気清浄機を設置、  
消臭スプレー必須

# 介護生活でのあれこれ・・・

## 【義母の入院長期化とその後の生活の心配】

- 義母の退院後の生活を見据えた、ケアマネさんとの相談を重ねる
  - ・実家のリフォーム？
  - ・施設入所？
- 義母の入院先への見舞いや対応
- 公的な書類、病院関係の書類等の管理
- お金の管理（主に義父の生活費と義母の入院関連）

結局は...義母の退院後の生活環境を安全かつ快適になるよう整えるのみ

## 【夫との役割調整と分担】

- お風呂掃除、尿器の処理、壁磨き、義兄の対応⇒夫
- **その他全部⇒私**
- 交替で訪問したり、週末は一緒に行ったり・・・



# そして…

## 義父の急逝

義母とともに、

葬儀の手配、各種届出や年金など役所の手続き、生命保険、金融機関、  
公共料金などの名義変更等々…

# 義父(とちょっと義母)の介護を振り返って

- もっと何かできたのでは?という思い
- やれることはやった!という思い
- 義父と仲良くなれた!嬉しい思い  
義父と過ごした貴重な時間。  
時にこぶしを握いながらも(笑)、結構楽しい時間だった
- 義母との絆も深まった…気もする  
コロナ禍で高齢者に感染させないように、自分も感染しないように気をつけて感染対策の面でも大変だったけれども、それによって仕事との両?立ができた一面もあるかも?

# 自費出版にこぎつけました！



終つひの日を迎えて今ぞ  
嬉うれしかりわれ赴ゆくは  
永とわとこしえ遠とこしえ永久とこしえのくに

亡くなる4か月前に、  
望んでいた短歌集を  
出すことができました。

そのなかから...