

遠距離介護の試行錯誤 ―テレビ電話で母をみる―

(第5回)

家族の会会員 長坂 寿俊

[新幹線から夜行高速バスでの往復へ]

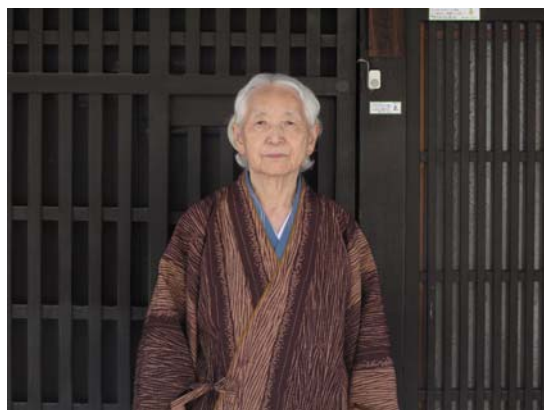
月に1回は母を病院の健診に連れて行かねばなりません。病院でもらった認知症の薬はデイサービスセンターに預けに行きます。毎月の介護計画を作成してもらうためにケアマネージャーと話し合いもしなければなりません。たまには、母を父の眠る墓前にも連れて行きます。買い物に行けなくなった母のために、十分な食料も買い足しておかねばなりません。

という事情で、1～2週間に1回は京都まで帰らざるを得なくなり、当然のように、初めは新幹線を利用していました。つくばから京都まで、つくばエクスプレスと新幹線で行くと3時間半で着きますが、運賃は往復で約3万円かかります。車窓から富士山を眺めたり、駅弁を食べたり、ビールを飲んだり、旅行気分は満喫できますが、財布はみるみる軽くなりました。

しばらくして、関東鉄道と近鉄が共同運行する夜行高速バスが、水戸から土浦、つくばを経由して京都、大阪まで毎晩往復していることを知りました。これが非常に便利、乗ってみれば車内はリクライニング3列シートで慣れるとなかなか快適です。つくばを夜11時ごろに発車して、翌朝6時過ぎには京都に着きます。ぐっすり寝ている間に移動するので時間の節約になります。運賃は往復で1万6千円、家計も少々ではありますが助かります。

[京都での1日]

地下鉄を降りたら、携帯のテレビ電話で居間の様子をチェックしながら家まで歩きます。朝6時半ごろです、すでに母は起きて洗面所にでもいるのでしょうか、テレビ電話では姿が見えません。コンビニで少し食料や飲み物を買って、家に着くと玄関は無施錠になっています。不用心かも知れませんが致し方ないのです。昔ながらの京町家で玄関は格子戸、出かけるときは外



から蝶番で施錠しますが、家にいるときは内戸のかんぬきを掛けて、さらに斜めにつっかい棒でつっぱりをしています。しかし、これで閉められると外からは押しても引いても内戸は開きません。隣家と接しているので裏庭に回ることもできません。母が呆けてからは、もしもの時に家に入れなくなると困るので、かんぬきやつっかい棒は見つからない所に隠してあります。

その事は母もなんとなく納得しているのですが、たまに箒や自転車の空気入れなどを立てかけていることがありました。つっかい棒に使われそうな物は玄関付近には置けません。

家に入り、私が「おはよう」と声をかけると、母は「起きてきたのか」と言います。私が今帰ってきたのではなく、昨夜から2階で寝ていて、今起きて1階に降りてきたのだと思っているようです。

母の朝食は牛乳、どんぶり茶碗になみなみと入れて電子レンジで温めて飲んでいました。しかし、飲んだことを忘れて、2杯目を温めていることがよくあります。

デイサービスに行く日は、9時半ごろに迎えの車が来ます。いつも着物で出かけるのですが、お出かけバッグの中身を調べると、入浴サービスは受けないのに、着替えの下着やタオルが何枚も入っています。お金や折りたたみ傘まで入れています。

私「デイに行くのにお金はいらないよ」、母「帰りにタクシーに乗るからお金がある」。

私「傘はいらないよ」、母「デイから歩いて帰るとき雨が降ったら着物が濡れる」。車で送迎してくれることを忘れています。

母がデイに行っている日中が私の作業時間になります。家には長年の不用品がいっぱいたまっています。もったいないからと新聞、雑誌からスーパーの食品トレイまで何でもため込んでいました。古い布団や古着、鍋釜、雑貨、景品、昔のおもちゃ、壊れた家具、足踏み式ミシンにストーブ、使い道のない物や紙類で部屋や押し入れ、タンスの引き出しまでが占領されていました。火鉢に練炭までありました。これらのゴミを整理していると、時々、封筒に入った万札を見つかることがあります。母が隠しておいたのでしょう。ゴミ出しにも注意が必要です。写真のように整理できた不要品は早々に廃品回収業者を呼んで運んでもらいます。母が見ている前ではなかなか処分は出来ませんから。



買い物は近所の商店街までミニ自転車で何回か往復します。牛乳 10 数本、米、トマト、キュウリ、みかん、バナナ、小魚や昆布の佃煮、煮豆、漬け物、スナック菓子など、調理をしなくてもすぐに食べられる食材を 1~2 週間分買い込んでおきます。

この間、家の掃除、庭の花木の剪定、除草などもしていると、あっという間に時間が過ぎてしまいます。午後 4 時半、そろそろ母がデイから帰ってくる頃です。

夕食は午後 6 時、肉や魚、野菜を炒めて栄養をとらせませす。余ったおかずはラップして明日の食事用にと母に話して冷蔵庫に入れておきますが、1 週間後に来ても手つかずのことがあります。冷蔵庫の中をよく見ていないのです。日持ちのしないものはあまり入れておけません。

午後 7 時、風呂を沸かし入浴させます。母は風呂からあがると、湯冷めするからとすぐに就寝します。このあと、着替えさせた下着や着物の洗濯をします。着物はポリエステル製の洗える着物なので部屋に干しておくと翌朝には乾いています。母はそれを着て、またデイに行けます。

午後 10 時半、部屋の電灯を消し、母が起きないようにそっと玄関から出ます。京都駅に着いてもテレビ電話でチェックすると、母はぐっすり寝ています、一安心です。

午後 11 時過ぎ、京都駅からつくば行の夜行高速バスに乗り、やっと日帰り遠距離介護の長い 1 日が無事に終わりました。出発して名神高速に入る頃、バス内も消灯です。では、お休みなさい。

つづく