

1. はじめに

介護業界は今、団塊の世代が全員後期高齢者（75歳以上）となる「2025年問題」の真ただ中にあります。医療費や介護費の急増は、社会保障制度自体の存続さえ危ぶませる状況を生み出しています。

団塊の世代の皆様は、戦後の奇跡的な復興を成し遂げ、高度経済成長の立役者となり、その結果として2,000兆円を超える個人資産を築き上げました。団塊の世代は「英雄」と称賛されるべき存在です。英雄には英雄に相応しい晩年を用意することが現役世代の役目であるはずですが、しかしながら、高齢者が「厄介者」として扱われるような現実も散見され、高齢者施設が現代の「姥捨て山」のように捉えられてしまうという悲しい側面も存在します。介護保険制度が発足してからまだ20年と日が浅く、介護そのものに対する知見が浅いことに加え、認知症への対応は未だに手探り状態です。この状況下で、医療・介護従事者、そして認知症当事者の方々も、報われにくい厳しい努力を強いられています。

団塊の世代の皆様は、時代をリードしてきた英雄であるからこそ、流行やブーム、さらには社会問題や社会現象までもその主役でした。20世紀の困難な時代を生き抜き、現代の繁栄を築いた皆様は、タフであり、知識と経験が豊富で、創造性にも富み、好奇心と向学心に満ち溢れた世代です。その世代の特性を深く理解し、その性向を逆手に取った介護や認知症ケアでなければ、団塊の世代の皆様の尊厳を守ることはできません。

特に認知症については、大きな誤解が原因で介護のあり方自体を間違えている可能性があります。実際、身体が健康な認知症の方のケアは比較的負担が少なく、食事から排泄まで、日常生活全般を自分でこなせるケースも多く見られます。これが認知症の一つの真実であり、この前提で認知症の方と関わらなければ、ご家族を含め、介護・医療従事者が認知症に振り回され、混乱に陥ってしまうでしょう。

2. 昔から知られていた認知症の症状、それは「ボケ」

認知症の症状は、漫才のネタにもなるほど昔から人々の日常の中にもありました。例えば、若嫁に向かってお爺さんが「飯はまだか」と尋ね、嫁が「さっき食べたでしょ」と答えるやり取りは、いわゆる「ボケ老人」の日常を切り取ったものです。もうひとつ認知症の症状でよく知られているのが、同じ話を何度も繰り返し、家族を辟易とさせ、暗澹たる気持ちにさせることです。現在、認知症は不治の病として最も恐れられている症状の一つではないでしょうか。

認知症の症状を象徴するこの二つの現象は、直前の出来事を忘れてしまう「短期記憶障害」と、昔の記憶は鮮明に保たれている「長期記憶の健全性」を端的に示しています。この特徴を逆手に取ることで、認知症の方の介護は格段に楽になり、認知症の進行を遅らせ、住み馴れた自宅と地域での生活を継続することが可能になります。

具体的な短期記憶障害への対処法は、極めてシンプルで目から鱗が落ちるほどです。「ご飯はまだか」と聞かれたら、事実を指摘して逆らうのではなく、「今、用意しますね」と話を合わせるのが肝心です。同じことを再び言われたとしても、同じように答えることを繰り返せば、いつの間にか食事のことは忘れ去られます。

また、昔のことを何度も繰り返して話すのは、長期記憶が健全であることの証です。この健全な長期記憶を刺激することによって、認知症の進行を抑え、改善さえも見込むことができます。同じ昔話を何度も聞かされるご家族にとっては、苦痛以外の何物でもありませんが、そこをグッと堪えて初めて聞いたような演技を取ってし、様々な問いかけをしてみてください。話の内容がどんどん詳しくなり、人名や地名までもが飛び出すことに驚くことでしょう。逆らわないことと思ひ出話を深掘りして聞き出すことこそが、認知症介護の王道と言えます。

3. 認知症は果たして「病気」でしょうか

認知症の症状は、脳細胞の壊死によって引き起こされます。脳細胞は再生しないため、一度壊死した機能が元に戻ることはありませんが、健全な脳細胞がその機能を代替することがあります。そのため、脳を使い続けることが重要です。

人は誰でも年齢と共に、視力や聴力の低下、歯の欠落、体力の衰えなど、あちこちに不具合が生じます。これ

らは病気ではなく老化現象の表れですから、当然、脳の老化もあり得ます。脳細胞の壊死も老化現象の一つとして捉えれば、医療で完全に回復させることや進行を遅らせることは難しく、老化現象として認知症を受け入れる姿勢も必要となります。

4. 認知症の方の尊厳を守るには

認知症の方は、発症する前までの記憶、すなわち長期記憶を全て保持していると考えられます。その健全な記憶によって相手の言っていることを理解しているとも考えられますが、短期記憶に障害があるため、適切な受け答えができません。そのような相手に対し、侮辱したり馬鹿にするような言動や行動をとると、突然怒り出し、周囲を面食らわせることがよくあります。怒り出すだけならまだしも、暴力に及ぶことさえあります。介護する側は、健常者に対するのと同様に、尊厳の意識を欠かしてはなりません。

認知症を発症するのは多くが高齢者です。高齢者は人生経験が豊富で、知識と教養を兼ね備えています。そのような高齢者に対し、たとえ認知症だからといって子ども扱いをするのは、まさに尊厳を傷つける行為です。介護の現場で実際に行われているように、若い介護員が認知症の方を子ども扱いするのは高齢者を侮辱する行為であり、認知症の方本人はそれをよく自覚しながらも諦めている場合があります。中には侮辱されていることに腹を立て、最悪の場合暴力に訴えることさえあり得ます。侮辱されていることを理解し、自尊心を守るために反抗することは、長期記憶が正常に働いている証拠であり、むしろ希望の光とも言えるのです。

5. 認知症介護の切り札、「学校形式」

長期記憶は健全であっても、その記憶が刺激を受け、脳細胞が働き出すタイミングを掴むことが重要です。同じ話を何回も繰り返したり、昔話を始めた時こそが長期記憶の復活であり、脳細胞が活動を再開した瞬間です。日常生活の中では、そのタイミングを逃さず、聞き飽きた話でも初めて聞いたような演技をして、興味を示してあげることが大切です。そうすることで、聞き飽きた昔話の内容が濃くなり、本当に初めて聞くような話が飛び出すこともあります。この繰り返しによって、認知症の進行が抑えられ、場合によってはできなかったことができるようになることもあり得ます。

認知症の方の多くはデイサービスに通ったり、介護施設に入居したりしています。では、その介護の現場で認知症の方の長期記憶を刺激し、脳細胞を活性化させるにはどのような方法があるのか。これまで確立された方法はありませんでしたが、「学校形式」の介護はその長期記憶を呼び覚ます切り札となります。

学校は、万人共通の長期記憶です。学校の空間に入ると、長期記憶によって脳細胞が動き出し、一時的に正常で元気な高齢者に戻ります。認知症の症状である短期記憶障害が消えるからです。しかし、自宅に帰ると短期記憶障害が現れ、例えば奥さんから施設での様子を聞かれても、その記憶が消えており、答えられないのは勿論、質問の意味さえ分からなくなることがあります。

そして、学校形式で重要なことは、本物の授業でなければならず、先生は当然、その道の専門家であるべきだということです。認知症であっても高齢者は、経験豊富で知識と教養に満ちています。そのような高齢者に子供だましは通用しません。逆に自尊心を傷つけ、生きる意欲を失わせてしまいます。一方で、高齢者は豊かな教養と知識を背景に向学心が旺盛であり、認知症の方であっても授業が成立するのです。

6. おわりに

認知症の方を抱えている家族は、絶望の淵に突き落とされ、将来の不安に苛まれます。愛する家族が「廃人になっていく」姿に耐えられないという精神的な苦痛に加え、経済的負担も決して小さくありません。デイサービスであれば月に2～3万円程度の負担ですが、施設への入居となればその10倍近い負担が発生します。年金があったとしてもほとんどが入居費に消えてしまい、孫や子供の教育費を支援することはほぼ絶望的になります。

可能な限り住み馴れた地域と自宅で余生を全うすることが認知症の方にとって最良なのは言うまでもありません。昼間にデイサービスを利用してもらうことが経済的負担を最小限に抑え、家計の助けになります。

かつて2025年問題として認知症の方の激増が懸念されていましたが、最近では認知症問題が以前ほど大きく叫ばれなくなったものの、介護問題は依然として大きな社会問題です。社会保障費の負担増が国民の手取りを減ら

していることは、ここ一年の選挙を通じて明らかになりました。

団塊の世代の皆様は、マスプロ教育の申し子です。小学校から教室が不足し、大学がまだ少なかった時代、受験競争を経て、数百人規模の大教室での講義を受けてきました。この世代は集団での学習や活動への適応性が高く、この「学校形式」の介護を受け入れる素地が十分に備わっていると言えます。認知症の方の介護は目が離せず、これまではマンツーマンの介護が中心でしたが、この介護が集団での活動（学校形式）に移行できれば、介護人材不足の緩和、社会保障費の削減にも寄与でき、国民の手取り増にも直結するはずです。