

【高齢者の現状10】

東海社会福祉科学研究所

大北 秀雄

(5) 状態変化

日常生活を考えると変化のない状況で毎日を過ごすことは無理なことです。その変化の範囲を把握することが必要です。

身体の状態、精神の状態などは、歳を取れば取るほど変化の範囲が大きくなって行くことと思います。毎日同じことが繰り返され、同じように毎日を生活していると思っているようですが、その状況は同じことの繰り返しだということではないと思います。

その変化の状況が、大きくなければ誤差の範囲であるという意識が働き、同じことの繰り返しだということにしているものと思います。たしかにそのことばかりに気持ちがいつてしまえば楽しくない生活になり、愚痴の多い生活になってしまいます。

若い時は、変化の範囲が大きくなければ問題にもなることもなく、日常生活が出来たと思います。一日の変化でなく大きな時代の流れの影響を受けながら時代を過ごすことになり、その中において環境を作り上げて行くものと思います。子どもの頃であれば、親の影響を受けながら生活をしていくことが大きいものです。

定年後の生活においては、個人・家族の変化により、生きるパターンが変化して行きます。その変化は外的なもの、内的なものがあると思います、どちらの変化においても生活の内容が大きく変わって行くことが予測されます。

体のことを考えて見ますと、今までの手足の活動範囲がどうか、痛みがないか、時間により変化がないかなどを把握することです。次に意識のことも考えて見てください、そしてその内容を把握することが必要です。

時間、日、週などにより考えてください。また、季節によりどう変化しているのかなどです。

人との関係においてもどう変化してきているのかを確認することが必要です。変化の確認と、どれぐらいを誤差の範囲と捉えるのかにかかってくる。悪い状況はどう対処すればよいかを知ることを必要です。

誰でもが通る道ですからその変化の内容を自己で確認することと、家族、援助者にも理解をしていただくことが、特に大切です。隠すこともその内容によって辛い思いを自分がしてしまうことになります。