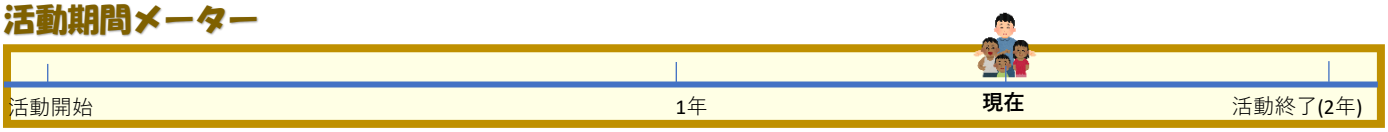
サバーイディー
JICA海外協力隊 2021年度4次隊 佐藤健太
8.2023
#9

活動期間メーター



タイの地方における高齢者介護の実態を知る活動

私は現在、タイの地方にある病院に所属しています。その主な活動は、病院から退院してきた高齢な患者を中心に行う在宅訪問への同行です。
今回は、タイの高齢者の在宅を訪問する活動の様子と、そこで見えたタイの高齢者に対する介護支援の現状をお伝えします。

CASE1 音楽療法

この日は100歳になる方のお宅へ。ほぼ寝たきりの状態で耳も遠く、会話もあまりできません。それでも、私がウクレレで弾き語りを始めると、歌に合わせてリズムをとりながら手を振り始めました。そのまま、私はタイ語の歌を5曲ほど歌うと、その患者から「ありがとう」という言葉が聞かれました。

きっかけは・・・

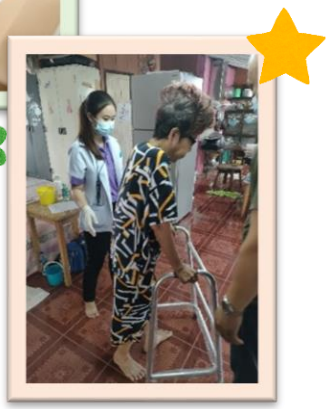
ウクレレの弾き語り活動を在宅訪問の際にやってみようと思ったきっかけは、病院に取材が来た時。末期がん患者が穏やかに入院生活を送る緩和ケアの一環として、日本人ボランティアが音楽療法を行っています！と報道陣にアピールするためのウクレレ弾き語りでした。その時は、取材陣へのための弾き語りだったのですが、「これを在宅の寝たきり高齢者にできないか？」と所属先に相談した所、了承をもらうことができました。
それから、寝たきりの高齢者でコミュニケーションが難しい患者に対して、何度か音楽療法と言う名目でウクレレの弾き語りを行っています。

人の聴覚は最後まで残る感覚と言われています。中には反応のない患者もいますが、ウクレレの音や歌う声がリラクゼーション効果となることを期待して活動しています。また、患者家族のリクエストに応じたりしてウクレレを弾き語ることは、実際に患者や家族とコミュニケーションを生む機会としても良いと考えます。

CASE2　タイの介護支援の現状

タイの地方に暮らす認知症高齢者は、一日中家で過ごしていることがほとんどです。タイ国内には老人施設やデイサービスが整備されている地域もありますが、その数はまだ少なく、高齢者のほとんどが家でただ横になったり、ぼーっとして過ごしているのが現状です。
認知症の進行を遅らせるためには、外出などで日々のリズム作りや人とのコミュニケーションを取ることが必要ですが、この地域では在宅の認知症の高齢者への向けての具体的な対応策が今後必要となってくるところです。

また、日本ではリハビリをしっかりしてから退院できる場合でも、タイでは手術後数日で退院という場合が多いです。リハビリが十分でないまま、在宅で生活せざるを得ない患者が多くいます。このような患者に対し、理学療法士や作業療法士などが在宅に訪問して日常でできるリハビリ等を伝えたりしますが、職員の数にも限りがあり、訪問する頻度は月に1回などと、そのリハビリの量や質に関しては本人や家族に委ねられることが多いです。



現在行っている在宅訪問では、そういった高齢者たちが地域にどれだけ暮らしていて、どのように生活しているのか把握している段階です。この段階で私ができる事は限られています。一緒に訪問する同僚に対し、日本の介護支援体制やサービスを伝えたり、具体的な支援方法のあり方についてや地域での支援整備の必要性について共有しています。

タイの風景　～チェンマイ ドーイステープ～

まぶしいほどに金色に輝く仏塔。この寺院は標高1080ｍの山頂にあり、この寺院に参拝しないとチェンマイを訪れたことにはならないと言われるほどの名所です。
仏塔のなかには仏陀の遺骨が収められ、パワースポットとしても有名です。タイの北部にあるチェンマイに来たなら、タイの風景を感じられるこちらへ。

観光名所を巡るだけでその国や地域を知る事はできない。タイに住んで1年半、最近よく考えることです。同じくタイに派遣されている隊員が、「観光名所を巡り写真を撮る旅行に興味が無くなった」と言っていました。「後に残るのが写真というよりもその国の地元の人と触れ合い、見えてくる文化や環境・課題、良くも悪くもいろんな感情を大切にする旅行をしたい」と。彼女の言うこの感覚が最近わかるようになってきました。私は最近、旅行は写真を撮ることよりも、現地の人と心を通わせることの方が楽しいと感じます。