

2大仰天スクープ

眞子^{さま}₃₀ 美智子^{さま}₈₇ 米寿お祝い 契ぎの里帰り

石田ゆり子⁵² マリアン⁶⁰ 元夫とその元愛人と不気味すぎる同居生活

海老原⁴⁴ 動画とSNS封印で逆襲!「新之助」が背負う希望

共演NG 15年因縁 決着は安住紳一郎⁴⁸

夫が死んだ後にもらえる年金 パーフェクトガイド
屋内でも!怖すぎる「紫外線と日焼けと光老化」のすべて

100 SHOORAKUAN 100th



皇后 雅子^{さま}重責「私も背負う」
養蚕で見えた愛子^{さま}の見悟
体重で本数は変わるか 朝か夜か
ヤクルト1000 最強の飲み方

遠隔介護 遠隔見守りで
老親の命がこんなに救えた

グルメ界注目の9人考案レシピ83
超値上げ時代 節約やりくり飯

本当に節約できる
100均
アイテム

ひざ^皿
ストレッチ
苔テラリウム 入門

チェックリスト⑩

股関節痛 頭痛 腹痛 首・肩の痛み 脊柱管狭窄症

鎮痛剤は怖いから、薬をのまずに痛みは止められる
あなたはいい肥満か悪い肥満かこれでわかる

いきなり大金を手にして
人生が狂ってしまった人たち



最強バディピンナップ
デイー^ジ・フジオカ⁴¹ × 岩田剛典³³

黒柳徹子⁸⁸急逝の盟友が明かし
泉ピン子⁷⁴橋田先生⁹⁵の骨を海へ35万円 激葬儀の深い理由
羽生結弦²⁷アクシデントで即席「スーパーゆづタイム」

上皇后

35年

安葬儀の深い理由

うずくまつていた母を見た

スマートウォッチで心拍数を調整

決まった時間に薬を出すロボット

ほか

新時代に われらの

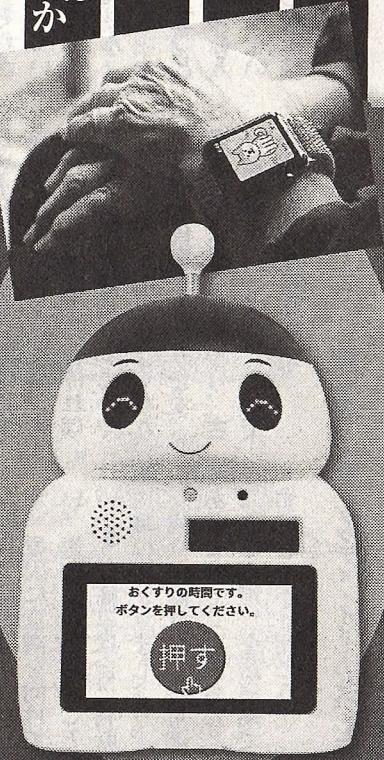
NO.919

団塊の世代の約800万人が75才以上の後期高齢者になる「2025年問題」が、間もなくやってくる。年をとると、病気はもちろん、ある日突然、骨折したり、認知症の兆候を見せることがあってある。親の介護は突如として、現実になるのだ。とはいえ、遠く離れて住む老親のもとに、お金や時間をかけて通い続けるわけにはいかない。しかし、離れていても親と常につながることが可能な時代に突入した。いざというときのために知つておきたい最新の介護と見守り術をお届けする。



コロナ禍でタブレットなどを使ったオンライン面会が浸透した。

「遠隔介護」「遠隔見守り」で 老親の命がこんなに救えた



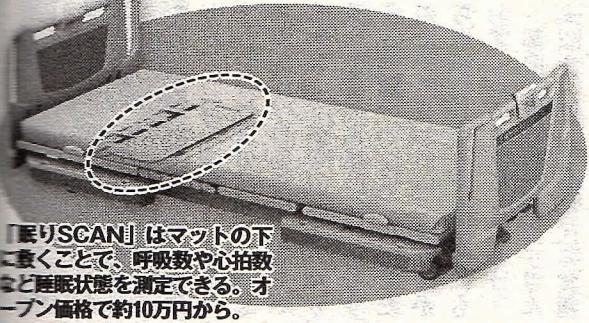
が何日も電話に出ないため隣人に見に行つてもらうと、床に倒れていたこともあった。

そこで母親のために開発を進めたのがハチだった。

「母親でも利用できる、これまでにない見守りシステムが必要と考えてハチの開発に乗りました。高齢者でも簡単に使え、SOS機能があるのはそうした思いの表れ。待ち受け画面に表示される犬のハチも親しみやすいとシニア世代に好評です。

SOS発信機能のほかに動いていないのに心拍数が急に上るなど、バイタルの異常値に反応する通知やお出かけ検知機能もあります」（松本さん）

就寝から起床時までのデータを測定できる機器も登場した。パラマウントベッドのオーブン価格で約10万円から。



「眠りSCAN」だ。

薄型のシート状のセンサーで、床板とマットレスの間に敷くと寝ている人の心拍数と呼吸数をリアルタイムで表示する。また、呼吸数や心拍数が「しきい値」を超えると、運動するスマホやパソコンに通知される。

パラマウントベッド経営企画本部広報部次長の鈴木了平さんが語る。

「現在の利用者は病院や介護施設の入院・入所者がメインで、利用者の睡眠状態を確認しておむつの交換をしたり、睡眠記録をドクターの診察時の補助資料として用いています。日々蓄積されるデータは利用者の健康状態を観察する目安にもなります」

現在は病院・施設向けが中心だが、個人向けの商品もある。今後、在宅介護の分野で普及すれば、遠隔介護でも利用者の健康状態を把握するために更なる利用が見込まれる。遠隔カメラにスマートリモコン、ロボットにアプリ…。ここまで便利な世の中になつたことに驚いた人もいるかもしれないが、介護は人間が相手ということも忘れてはならない。

「いくら便利なアイテムがあつても、大事なのは親の気持ちです。子供がよかれと思つてアイテムを導入しようとしても、心配されるほど弱つ

ていない」と親が反発するケーズがあります。「親が嫌がるから、内緒で取り付けよう」という子供もいますが親子間にもプライバシーがあることを忘れてはいけません。遠隔介護を始めるなら、親子できちんと話し合つて親の同意を得ることが大事で、そのためには「お父さん、お母さんの方が心配なんだ」と素直な気持ちで語りかけてほしい」（太田さん）

ケアタウン総合研究所代表の高室成幸さんが語る。

「離れて住む親の介護をひとりで担うことは難しい。かといって遠隔アイテムを過信することは危険です。遠隔介護を無理なく進めるには、親のコミュニケーションを尊重すること。なじみの人間関係や場所を聞き取り、頼つてみるのもポイント。帰省時は近所にあいさつ回りをかねて近況の聞き取りはしたいもの。近くの地域包括支援センターも気軽に訪ねてほしい」

親に介護が必要になる前に、どう介護するかシミュレーションしておくことも大切だ。

「地域の人々と協力し、さらに便利な道具を組み合わせることが、遠隔介護を成功させる秘訣でしょう」（高室さん）

せつからく便利になつた世の中だからこそ、人と制度と技術を上手に組み合わせて、悔しない介護をめざしたい。