

# せいりょう園

[発行] 社会福祉法人はりま福社会 特別養護老人ホームせいりょう園

〒675-0016 兵庫県加古川市野口町長砂 95-20 TEL 079-421-7156 FAX 079-421-6422

平成19年9月 第80号 年間購読料1,000円(1部100円)

メール seiryoen@bb.banban.jp ホームページ <http://www.seiryoen.or.jp>

## 「環境を変えると認知症が進む」のは本当ですか？

高齢期になると、様々な機能が徐々に低下し、昨日できた事柄が今日ではできなくなる、という事を日々経験します。初期のアルツハイマー病の人は、自分が自分でなくなって行くように感じる、と言われていています。老いは、自分自身が変化し変身する過程とも言えるのです。

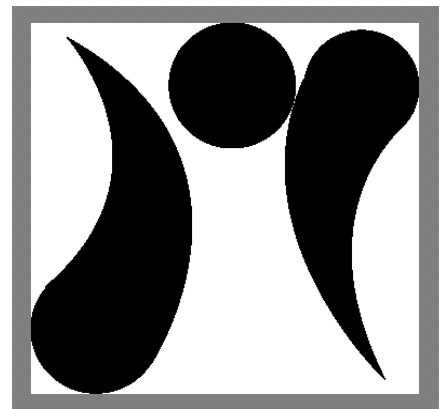
多くの認知症のお年寄りが、数十年暮らした家に居て「家に帰る」と言っても外出して帰れず、徘徊という問題行動となります。女性の多くの場合、家は実家であり、現実の実家に行っても、それは想い描く実家ではないので、徘徊することになります。老いの暮らしでは、自分自身の機能低下や認知症により、同じ場所で同じように暮らしながらも、日々変化の渦中に居るのです。

認知症介護の研修では、環境を変えると認知症が進む、とよく教えられます。住み慣れた家と地域で、馴染んだ家族と暮らすのが一番良いとも言われます。しかし、その住み慣れた家が見知らぬ家になり、息子や娘が見知らぬ人になるのが、認知症なのです。変化は自分の中で起こってきます。その変化に身を任せて大らかに行動する人と、変化に戸惑い不安に駆られる人とに分かれます。そして、不安を解消しようとして周辺の人々を巻き込む行動が、問題を大きくし介護をより困難にして行きます。

リハビリテーションは、障害を受容する処から始まる、といわれます。障害を負った事を嘆き悲しみ、その後、無くなった機能を諦め、障害を受け容れるとき、新たな意欲が湧き上がり、リハビリの効果が上がるのです。

(次ページにつづく)

せいりょう園 渋谷 哲



(前ページのつづき)

何時までも嘆きや悲しみの中に居ては、リハビリの効果が上がり、欧米では入院の対象にもなりません。受容とは、我が身の変化を受入れ、変身を遂げることです。老いに備えて、変化への柔軟な適応性を身に付ける事、嫌な事も諦め受容する感覚を身に付け、素早く変身する事が必要なのです。変化を受け容れる時、その後も意欲を持って懸命に生きていく事ができるのです。

老いによる変化を受容し、死をも受け容れ、大らかな気持ちで在るがままにベストを尽くして生きる人には、認知症になっても堂々と生き抜ける道が開けるのではないかと最近感じています。

そして、認知症の人が堂々と大らかに暮らせるような環境を創る事が、介護に従事する者の務めだと思っています。

## 【8月の行事～夏まつり(8月8日)】



元気あふれる踊っこさんのダンスに皆様ひきこまれています。



チケットを握りしめて屋台のほしごです。どこも大盛況！！



地域の方々や子供さん達も加わっての踊りに暑さも忘れて夏の夕べを過ごしました。

## せいりょう園待機者状況

<平成19年9月18日現在>

判定済み者：208名

グループ……85名      グループ……79名      グループ……44名

判定済待機者(208名)の内訳

在宅71名 / 特別養護老人ホーム入所中6名 / 老人保健施設入所中61名

医療機関入院中59名 / ケアハウス入居中5名 / グループホーム入居中6名

## 頻繁に外出される認知症者の介護について

アメリカのレーガン元大統領がアルツハイマー病である事を発表された時、ナンシー夫人は「スロー・グッバイ」と表現され、そして10年の後、レーガン氏は亡くなりました。10年に及ぶ介護の暮らしが、ゆっくりとした素適な別れの時、であった事が窺われる言葉です。日本でも、ご家族の皆様方とのゆっくりとした素敵なお別れであって欲しいと、心より願います。

生物は本能として、自分の遺伝子を次世代に伝え、種の保存を図ります。そして今の日本人は、生殖期を過ぎて尚30年以上を生き、遺伝子では伝え切れない何か、を伝えようとしています。

人生は、死を以って完結します。老いは、人生を完結する為の豊かな稔りのときだと言われます。そして認知症は、確実な別れの時を約束しています。老いて、認知症になり、おぼつかない足取りで歩く姿から、遺伝子以外の果実を摘み取る義務と責任が、家族・子孫にはあるように思います。その為、ご家族の皆様方には、日々の暮らしに関与して欲しいと考えます。介護は、迷惑を掛ける事ではなく、遺伝子情報と同等以上の創造性のある何か、を引き継ぐ貴重な機会です。介護は創造性を秘めた価値ある行為なのです。

認知症で毎日頻繁に外出される人は、認知症という病気を受容し、一生懸命に歩いています。迷った時にも、夫々のやり方で懸命に行き先を見つけようとします。結果は、さ迷い歩くこととなりますが、その時々のはきは一生懸命です。ベストを尽くしているのです。そのベストを尽くす姿こそ、豊かな稔りなのです。懸命に歩く姿を素直に見て下さい。自らのベストを尽くす姿の邪魔をしないで、適度な距離を保ち、社会の一員としての存在を支えて下さい。

外出できない仕掛けよりも、懸命にベストを尽くして歩く姿を見て、地域の人々が変わるのです。自立した存在として、最期の一瞬まで自己実現を図っている姿を見届けて下さい。眼に焼き付けて下さい。

ご家族には、夫々の生活サイクルの中で、確実にご本人と過ごす時間を創って頂きたいと思います。毎日でも、週1回でも、月1回でも、無理をせずに、しかし確実に、家族の絆を確保するひと時を創り出して下さい。その絆に豊かな果実が稔ってくるのです。

頻繁に外出される方は、外出時には介護職員を独り占めにする為、他の利用者への介護が手薄になり、処遇のバランスを欠く事にもなります。ご家族が介護に参加する事で、他の利用者の理解と協力も得られるものと思います。認知症になっても最期まで主役として人生を完結する為、ご家族との共同作業である事を明確にして、ケアプランを提示したいと思います。

せいりょう園 渋谷 哲

### ケアハウス等空き情報

<平成19年9月14日現在>

#### <ケアハウス>

- |         |           |      |           |
|---------|-----------|------|-----------|
| ・めぐみ苑   | : 1人部屋 3室 | ・香楽園 | : 1人部屋 2室 |
| ・シスナブ御津 | : 1人部屋 1室 |      | : 2人部屋 3室 |
| ・志深の苑   | : 1人部屋 2室 | ・青山苑 | : 1人部屋 1室 |
| ・保月の郷   | : 1人部屋 2室 |      |           |



**[ 問合せ先 ] せいりょう園介護相談室 (079)421-7156/(079)424-3433**

特別養護老人ホームなどの入所施設は、御存知の通り入所申込が殺到しており、100名以上の待機状況のあるところが多いと思います。現在、日本の高齢化率が21.3%(平成19年6月1日現在総務庁統計局調べ)でこの状態です。2050年には高齢化率は40%以上になると言われていますので、どうしても在宅で生活出来ない方でも、施設に入れられない状況になりつつあります。

普段の相談の中には施設入所の相談に来られる方も多くあります。特に多いのが、老人保健施設に入所している方が、施設側から退去を言われている場合や遠方で一人暮らしをしている親の介護が必要になったのをきっかけに施設を探すとといった場合が多いようです。かといって特別養護老人ホームはすぐに入所できる状態ではありませんので、利用者本人の状態を聞き、経済状況なども聞いた上でケアハウスやグループホームをすすめることがあります。

せいりょう園のケアハウスでは、敷地内にケアマネジャーが常駐している介護相談室、訪問看護ステーション、ホームヘルプステーションがあり、近隣には内科、歯科がありますので、入居者が身の回りの事が出来なくなっても最期まで生活していただけるような体制があります。ケアハウスは在宅生活になりますので、介護が必要になった時には、ヘルパーを利用していただいて入浴介助や食事介助など、ポイントポイントで利用してもらおうといった生活になります。しかしながら、個室で24時間職員の目がある訳ではありませんので、転倒の危険性がありますし、認知症を患っている方でも無理に徘徊を止めたり拘束したりすることはありません。そのような説明をさせていただくと「一人では生活できず、介護が必要になってきたから、施設入所を考えているのに、危険ではないのですか？」と相談者や家族は疑問に思うことがあるようです。私個人は、個室でプライバシーもあり、自分らしい生活が出来る環境にあるのではないかと感じてしまうのですが、家族の思い描くイメージとは少し違っているようです。転倒しないだろうか？勝手に外へ出て行ってしまわないだろうか？職員の目が無いのに一人で生活していけるだろうか？本人と別々に暮らしている相談者や家族の場合は、そう思うのも無理はないかもしれません。このケアハウスでヘルパーを利用しながら一人で生活していくというイメージが、なかなか出来ないのだと思います。

転倒の危険性から人間関係のトラブルまで、どこで暮らしていても避けては通れないものがあると思います。特別養護老人ホームでもユニット化が進み、個室になっているところが多くなってきていますし、地域で一人暮らしをしていくにしても火の始末やご近所との人間関係など様々な問題があります。その問題はあって当然なものですが、深刻化しないように家族や地域、行政と調整していくことが相談員の仕事なのだと感じています。それは、施設入所に限らず、むしろ地域で最期まで生活することを選択していただくようアドバイスしていくのも仕事のひとつだと思っています。

\*\*\*\*\* **せいりょう園の行事予定** \*\*\*\*\*

**10月1日(月)開園記念日**

**10月3日(水)誕生日会**

**10月17日(水)昼食会(お好み焼き)**

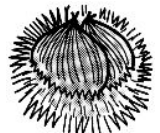
**10月24日(水)運動会**

**10月26日(金)介護者の集い**

**～誰でもできる**

**レクリエーション講座～**

**10月31日(水)郷土料理の日(いも煮)**



# 介護現場発信情報

～かけがえのないひととき～

グループホームまどかより

認知症実践者研修を受講して

毛利 貴子



5月24日より、平成19年度第1回認知症実践者研修を受講しました。この研修の目的は、認知症を生きることの不自由さ、苦しさを知り、認知症の方が求めているケアを考えられる実践者、一人ひとりを大切にしたい、その人中心の支援とは何かを考え、行動に移すことの出来る実践者を養成することにあります。

例えば、認知症の方の様々な問題行動があります。それに対して「困る」ではなく、その方の背景や原因を紐解いていき、「なぜ？」と考えること、それは大切なことです。療法的集団アプローチというのがありますが、療法を用いて何らかの変化を狙う、例えば音楽療法、園芸療法などがありますが、本人の経験、希望などを考えずにただ、それがいいということで行なってしまうと過去の悲しい思い出を引き出してしまう結果になるかも知れません。介護側から見た見方ではなく、その方がどう人生を生きてこられたか、人柄・本人をよく観て、なぜその方に妄想が出てくるのか、なぜ帰宅願望が強いのか、その方がどのような思いで行動されているのかを考えてケアを行なわなければなりません。その方の人柄が関係しているのでは、人生が関係しているのではという、人生の物語を大切にしたいケア(Narrative Based Care)が必要です。

6日間の講義は認知症高齢者の理解ということで、理念・心理・医学・権利擁護・福祉サービス・住環境・ケアマネジメントセンター方式など専門的な講義でした。認知症だからこうなるではなくて、もう少し深い学びでした。どの講義にも共通して言えるのですが、「なぜこうなるか?」「なぜ?」という形での学びであり、グループワークでは喪失感を体験し、「私が認知症になってもしたいこと」に対しての、私の具体的な思いは何か、何を手助けしてもらったら実現できるのか、援助者は何をしたらいいのかを考えました。本当の認知症の体験をすることはできませんが、認知症の方の気持ちを体験することは出来ます。コミュニケーションのとり方では、人との話し方、聴き方の大切さを学びました。「夕方」と言われたら何時頃と思いますか?人によって受け止め方が全く違い、アンケートをとると、3時～7時までの間というとても幅の広い結果となってしまいました。人によって認識が違う為、ミスコミュニケーションとなってしまいます。時間を明確に伝えることが大切です。そして、現在の入居者の姿だけではなく、一番輝いていた時代を大切にしたいことが大切です。6日間の講義の後は、1日の他施設での研修、20日間の自施設での研修、そして2日間の発表、修了式と長いと思ったのですが、あっという間でした。自施設の研修では入居者1名を対象とし、学んだことが役立ち、いいケアが出来ました。今後もケアを継続していきます。この研修で学んだことを職員皆で共有し「知識」から「実践」にかえていき、本人が求めているケアを実践していきたい。そして家族との関わりも大切にしていきたいと思っています。



ケアマネになって6年が経ちました。その間、いろいろ考えることがありましたが、今私事で痛切に感じるところがあり、機関紙に書いてみようと思いました。

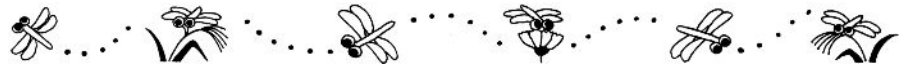
去年の今頃、母は明石の成人病センターで肺癌の治療を受け入退院を繰り返していた。元々九州宮崎で父亡きあと元気で独居生活を送っていた母だったが、昨年5月身体の異変に気付き受診したところ、検査の結果肺癌であることが分かった。医師に問われ告知を受けることを望んだ。治療をどこで行なうかを考える際には「頼むから加古川に来て！！」と私が母にお願いした。そうして住み慣れた土地を離れての治療が始まった。告知を受けていたので全てに関し自分で選択し、一喜一憂の検査結果も全部自分で聞いた。私は一緒に考えたが最後は母が決めた。私たち家族はそんな母を支えるのみだった。副作用に苦しみしんどい中で、ある日母は「まさか自分が癌になるとは思わなかったけど、支えてくれる人（医師も看護師も母にとって信頼のおける人たちばかりだった）がこんなにいたら、辛さも乗り切れるものなんやね。お父さんの時は何もかも隠し続けたけど、悪いことしたように思う。もっとしたいことあったやろうね。（父は15年前膵臓癌で手術後他界）」と話したことがあった。言葉数は少なかったけどすんなり私の心に入ってきた。

今年の1月まで、こちらでの治療を続けたが、だんだんと症状は悪化していく一方だった。母は自分から「するだけのことしてもらったけど、もうあまり良くならないから延岡に帰って治療するわ」と言い出した。頃合いをみてか、東京に住んでいた弟（独身）が「仕事を辞めて延岡に帰り、自分がお母さんを看るから」というので、話しはまとまり、母は故郷に帰ることになった。あちらでも入退院を繰り返していたが、3月末「病院は息が詰まりそう。家に帰りたいたい」と言うようになり、往診をして下さる医師も決め在宅生活が始まった。気分が良い時は外向きに座り、庭の草花や走り回る犬を眺め、近所の友達も親戚も気兼ねなく訪問してくれ、話せる時は話しもし、日々が過ぎていった。私も休みをもらって帰省し出来るだけ母が喜ぶことをしていた。しかし、容態は悪くなる一方。家で最期まで看ると決めた時点で弟には仕事柄事細かくこうなるであろう状況と心構えを伝えた。

折につけ話し合っていたつもりだった。なのに弟は母が悪化していく中であまりの苦しさをみていられなくなり、「こんなにつらいお母さんはみてもらえない。かわいそうでしょうがない。入院させよう」と言い出した。私はもちろん大反対。あれだけ母本人が家に帰りたいたいと言って決めたことなのに...と思うと腹が立ってしかたなかった。入院しても苦しいのは同じ、楽になることはないとあれだけ話し合ったのになぜ？という思いが大きかった。結果、大げんかになってしまった。静かな母との時間を過ごすことだけを考えながらがんばっていたのに、そんなことになり悔しくて悲しくてしかたがなかった。でも、何より悲しかったのは自分の為に2人の子どもがけんかしているのを見ていた母本人だったろう。母は翌日自宅で、私達姉弟、姉姪、訪問看護師に看取られながら亡くなった。私の中では亡くなった悲しみよりも前日に母の前で大げんかをしてしまったことが大きな大きな後悔となっている。なんでこんなことになってしまったんだろう。話し合ったつもりでも肝心なことは何も伝わってなかったのではないだろうか。

私の仕事は人と話すのが時間の大半を占めている。これまでも「話したけれど、うまく伝わってないわ」と話が通じない時、相手に非があるような思いをすることもあった。私は何という人間だったんだろう。自分の出来ないことを棚にあげ

て謙虚さを失っていた。相手を悪く思うなんて、とんでもないことをしていたと気付いた。最近では、伝えることの難しさや重さを感じながら仕事をしている。そんな重大なことを気付かせてくれたのは、母から娘への最後の贈りものだと思っている。ありがとう、お母さん。



特養より

厨房研修

近藤 衛彦

1ヶ月間、厨房へ研修に行かせてもらいました。研修では昼食、夕食の副食である小鉢を中心に作りました。今まで食事時になれば食事が出来上がっており、どのように利用者の方が食べるたくさんの食事が出来るのかなど、考えもしていませんでした。実際の現場では、玉ねぎ・きゅうりなどの材料名だけが紙にずらっと書いてあり、その材料名だけを見て、料理を作っていきます。どのように食材を切り、どのような順番で作っていくかなど、細かい説明はいっさいありません。「くずだき」など出来上がりが想像も出来ない料理も多くあり、毎日料理を作るのに悪戦苦闘していました。介護の仕事で毎日のように食事を見ているはずなのに、トロミの調節や飲み込みの確認など利用者の方に食べてもらうことに気がいってしまって、食事自体をあまりみられていなかったことに、気付きました。また、味付けをするのにも苦労しました。味付けも細かいレシピはなく、塩・しょうゆなど目分量で味見をしながらしていきます。ほうれん草などの葉ものは一度味付けをしても時間がたてば水分が出てきてしまい、最初の味と全く変わってしまいます。私は介護の仕事で検食する時、毎回のように「味良く美味しかった」と記入していたのですが、毎日、大勢の人数の食事を味良く美味しく作ることがどれほど難しいか身に沁みて分かりました。そして同時に自分が作った料理が、検食の感想に美味しかったと書かれている時や厨房職員に美味しそうに出来たと言われた時は、大変嬉しく料理を作る楽しさを学ばしてもらいました。

厨房内では、休憩中利用者の方について「この方はどんな人ですか?」「あの方はなんでいつも叫ばれているんですか?」など、利用者の方の話題が多いのが印象的でした。厨房で働いていると利用者の方と接する機会が少なく、ホールの窓からや行事ごとなどしか、利用者の方の情報を得たり、接する機会がないと思っていたのですが、私が思っていた以上に、利用者の方のことを知っていて、また職員のほとんどがこの利用者の方とこういうエピソードがあったと笑顔で話しています。厨房では、毎日の食事を作るだけではなく、利用者方個々に興味を持ち食事を作っています。食事は時間になれば出来上がってくるのではなく、暑い部屋で大鍋の前に立ちたくさんの汗をかきながら料理を作り、毎回腕が痛くなるほど、膨大な食材を切り、時には出来上がった料理の数が足りないと慌てたりし、厨房職員がどれくらい大変な思いで作っているのかということを知りました。そして、1ヶ月だけですが、介護の現場を離れ利用者の方と接する機会が少なくなったことで、普段どれだけ利用者の方に力をもらい、働かせてもらっているかを再認識させていただきました。

9月よりユニット型の特養が稼動し始めました  
池の向一丁目、二丁目、三丁目、一番地、二番地、三番地・・・

昨年末より工事をしていた、ユニット型特養30室が完成し、9月1日に29人の方が引越しました。

1ユニットに10の個室と専用のリビングでゆったりとした空間があり、リビングから車の往来が見え、池が見え、居室の窓の外では畑の作物に手が届きそうです。

街の中に何気なく在る棲家でありたいと願い、平屋にしました。ご家族の方々には、何時でも気軽に直接ご訪問して戴きたいと思います。

人は、老いて要介護になろうと、暮らしの主演であり続けます。主演として人生を締め括りたいと願います。生身の体の命をつなぐ営みを支える脇役が介護者です。調理も掃除も洗濯も生活行為の全てが、生身の体が命をつなぐ営みであり、主演の暮らしそのものです。

しかし今までの介護施設では、調理も掃除も洗濯もご本人の居ない空間で介護者がこなしてしまい、入所者は介護サービスのお客さんとして結果だけを受け取り、暮らしを実感する場面が無かったように思います。

老いて認知症になっても、さり気無い暮らしの一場で生きている事を実感できる感性は生きています。暮らしの主演であり続ける力は残っています。そして、主演として最期を迎えて戴きたいと願います。

一人ひとりのお年よりが、個室とユニットの主としての暮らしを、主演としての暮らし方を、そして最期の迎え方を、ご家族の皆様方と共同して模索していきたいと願います。

職員も新しい設備に不慣れで、何かとご不自由をお掛けするかも知れませんが、何なりとご意見をお聞かせ頂ければと思います。

せいりょう園 渋谷 哲

### スタッフ募集（パート・登録ヘルパー・ケアマネジャー）

第2の人生を近くの介護施設で高齢者の方々と共に過ごしてみませんか。これまでの生活経験を生かし、これからの生き方をそれぞれのペースで見つけられますよう、スタッフとして是非お仲間になって下さい。ご連絡をお待ちしております。

ボランティアとして活動したいと考えておられる方もお声をかけて下さい。

[連絡先] せいりょう園 (079)421-7156 (担当/金川)