

ともの家 だより

令和2年3月 第61号

発行 社会福祉法人ともの家

<いかに障害が重くとも尊厳ある生活を保障する>

2020年新しい年を迎え、各事業所からそれぞれの人に一年を振り返ってもらいました。(紙面の都合で今号はグループホームのみ、小規模多機能は次号に紹介します)

一年をふりかえって

理事長 永和 淑子

年号が平成から令和と変わった今年度。バーベキューや夏祭り・運動会などの行事は天候に左右され、中止や規模縮小といういささか寂しい、盛り上がりには欠けた1年であった。しめくくりの3月には新型コロナウイルスの感染拡大予防のため高齢者施設は面会・来所・外出など不要不急以外は「自粛」ムードで幕を閉じる。

溝辺ともの家開設記念講演をお願いしたグロード神父(函館旭ヶ岡の家・施設長)さんの「老年期は人生最大のバカンス」という言葉に触発され、楽しい生活を目指してきたともの家であり、次年度も楽しく参加できる行事をと考えている。骨や筋肉・血管・脳は動かすほどに丈夫になるそうで、活動を通じて一層心身の健康が図られることを希望している。

1年を振り返って

アンジュールともの家 中矢 時人

今年1年のアンジュールともの家を振り返ってみると、料理や看取りを通して多くを学んだ一年でした。餃子や芋炊き等の料理作りでは、利用者の皆さんが食材を切りその中でも森さんは、調理師の免許を持っているということもあり、手際よく積極的に取り組まれていました。

また、今年の10月に2人の利用者さんが旅立たれました。佐伯さんは入院先の病院で、もう一人の藤木さんは、こちらで看取りを行いました。今思うと、2人とも食べることに對して意欲が強かったのではないかと思います。佐伯さんは、食事の時には「これは何ですか。」と料理の名前をよく職員に聞かれており、美味しかった時には「満点!」「ベリーグッド!」と、満足されていました。藤木さんは、看取りの体制になってから食事を召し上がるのが難しくなり、水分を中心に摂られていましたが、日が経つにつれて少しずつ水分量・食事が増え、9月には、おかずをペースト状にして召し上がるころまで回復し、職員やご家族に対して笑顔を見せる機会が増えました。生活の中で食事は、生命を繋ぐだけではなく生活に活気を与えることを実感しました。これからも利用者さんとの関わりから様々なことを学んでいきたいと思っています。

一年の振り返り

ともの家この道 松比良 圭

今年一年は変化の多い一年でした。1月から3月までは、吾も紅でお世話になり、4月からは約3年振りに、この道に戻って来ました。以前からこの道におられた方は、元気に変わらず過ごされている方や歩けなくなった方もおられ安心した気持ちと少し淋しい気持ちになり、またこの道で頑張ろうという気持ちにさせてもらいました。7月からは管理者が変わり新しいこの道がスタートしました。新しいこの道で、今一緒にいる職員のみなどと協力し、利用者さんも安心して楽しく笑って生活してもらえるように、これからも一日一日努力し頑張っていこうと思います。

「一年を振り返り」

溝辺ともの家 河合眞由美

今年一年を振り返ると、毎日がバタバタと慌ただしく動いていた感じで、反省の多い一年でした。

私は将来時間の余裕ができたなら、紙芝居のボランティアをしたいと思っています。高齢者向けの紙芝居を図書館で借りては、溝辺の利用者さんに読んでいます。おしゃべりがはずみ、笑いが増えて色々な表情を見せて下

さいます。脳の活性化にもなっていると思うので、これからも続けていきたいと思えます。人生100歳時代、食べて、寝て、動くの三本柱を基本に私自身、今年も自分の体力と笑顔で勝負しながらストレスを溜めないように、優しさのシャワーを皆さんに注いでいけたらなと思えます。年齢にも負けずに頑張っていきたいと思えます。

※ 今年度、研修の一環として「事例検討会」が行われています。第1回目の検討会（7月）に続いて、「吾も紅（10月）」「溝辺（12月）」が行われました。

第2回事例検討会 「帰宅願望の強い方への対応」（ともの家吾も紅）

<報告>

永和 里佳子

庫本さんとの出会いは平成27年。自立を心掛け、凛として誇り高い庫本さん。「吾も紅でボランティアをする」目的でデイに来てもらうのに一苦労。まずは昼食を食べて帰るところからスタート、お風呂に入ってもらえるようになり、泊まってもらえるようになり次第に吾も紅が「自分の家」に変わっていきました。が、もともと健脚で自然が大好き。午後になって一段落すると「そろそろ…」と腰を上げて帰り支度を始めます。こちらの都合で残ってほしいなと思うときもありますが基本は気持ちを受け止めて対応することにしています。ケアプランとしてはまず①耳を傾ける（なぜ帰りたいのか、今どんな時代に居るのか、切迫感は…などを探る）②差し迫った感じでなく、気分転換したいという理由ならレクに誘うか仕事をお願いする（散歩、体操、生け花、家事…）③朝夕の送迎ドライブを日課にする（車に乗ること自体が好き）④外出行事を多く取り入れ満足・充実感を味わう⑤動植物や子どもとのふれあいで心を動かす⑥お客様をもてなしてもらう、代表としてあいさつしてもらう⑦歩きたい気持ちが強いときは付き添って歩く。と段階を踏んで構えました。

以前は多趣味でおしゃれだった庫本さんですが、認知症が進むにつれて細かいことができなくなって興味が失われるとともに「歩く」という純粋な行為に向かっていきました。「帰る」目的も「家族のもとに」「東石井の

家」という明確な目標を失い、時にもっと遡り父母の待つ生まれ故郷を目指したり、「ここではないどこか」を求めて山の中や道なき道を分け入ったりするようになりました。前向きで不屈の精神の持ち主なので、雨が降ろうが灼熱の暑さだろうが関係ありません。困難に立ち向かい、何度でも諦めることなく挑戦します。これが庫本さんのアイデンティティーだと思うのですが、職員の中には外に出ることに難色を示す（表立っては言いませんが）人もあり、認知症のない人との摩擦もあり、職員が手薄になる時間帯もあり（時間感覚がなくなり暗くても出ることが増えてきました）実際に車を停めて乗り込み行方不明になるという事件もあったため、この機会に法人全体で考えてもらいたいと思い報告させて頂きました。「迎えに行けないときは他事業所に協力してもらおう」「他事業所にお邪魔する」「短い言葉で、言葉のかけ方を工夫してコミュニケーションを密にする」「ペットを飼う」など面白い意見も出、話題を共有することで庫本さん自身を理解してもらえるとともに、日頃のケアが楽になったような気がします。2月よりグループホームに移られましたが、吾も紅も引き続き協力して庫本さんの幸せを支えていきたいと思えます。

第3回事例検討報告「木村アツマさんの嚙下について」（溝辺ともの家）

<報告>

藤井田 忍

発表者は乗松課長で、木村アツマさんの嚙下について、

- ・義歯を入れての咀嚼と嚙下が上手くできておらず、時間が経つと全く食べなくなってしまう
- ・義歯を外して食べてもらったところ、入っている時よりも、咀嚼動作と嚙下までの流れがスムーズに行えている

との問題提起、説明から皆さんに意見を求めました。そこで出たのは、

- ・義歯を調整してはどうか（義歯が合っていないのではないか）
- ・噛むのは歯が無いと難しいのではないか
- ・飲み込み、噛む方が大事ではないか
- ・刺激して嚙下反射を引き出してはどうか。（マッサージ、冷たいスポーツドリンクで刺激している）

・口が開いたままになるなら氷スポンジの刺激はどうか
などの貴重な案を出してもらいました。今後は義歯の調整を歯科医やご家族と相談したいです。又場合によっては、別の歯科医にも相談したいです。側臥位で休むのは呼吸が楽そうなので続けます。

続いて永和（里）課長から第23回「口から食べたい」講演会の研修報告がありました。（詳細は、既の後援会会報「寒梅」第14号に掲載済み）

体操やクイズ、アンケート形式を用い、分かりやすい報告でした。そこで学んだことを要約すると、

- ・ 食べることは全身運動である
- ・ 介護者や医師が食べれないと勝手に決め付けていないか
- ・ コンブ水を頻繁に飲むことによって味覚が刺激される
- ・ 歯ブラシをのどの奥に当てて実験しましたが、口腔ケア時、のどのツボ鎖骨の間を押さえると吐き気が治まる
- ・ 口から食べて噛むことにより脳や全身が刺激され活性化につながる
ので、口から食べることをあきらめない
- ・ 薬の影響はないか等、食欲不振の原因を探る
- ・ 歯科医、医師、ナース等々他職種との協同
- ・ 介護者が興味を持って取り組めることから始める
- ・ 好物を食べるようにすすめてみる。好物のお菓子なら硬くても食べることがあり、そこから始めてみる。
- ・ チーム力を高める

目からウロコのことや、すぐに使えることがあり、介護に役立てたいです。事例検討会をして利用者様のQOLの向上に役立つ意見をもらえました。

事例検討会の感想

看護師 土井 由香

吾も紅の事例では、日夜を問わず帰宅願望のある利用者さんに対しての対応についての検討でしたがスタッフからいろいろな案が出ていたと思います。遅出のスタッフが帰宅し、夜勤のスタッフだけになったときに、その方の「帰りたい」という気持ちにどう寄り添うのか…日中とは異なってくるのではないかと思います。帰宅願望の原因になっている不安や焦り、

孤独感、恐怖、判断力の低下は日中よりも強く、その対応をするということとは利用者さんへの理解に加え、認知症に対する知識がとても大切なのではないかと思いました。

溝辺ともの家の事例は、嚥下障害のある方への援助についてでしたが、この事例で大切だと思ったのは多職種協同です。施設内にいる介護士、看護師だけでなく医師、歯科医師なども加え様々な専門性を持ったスタッフがこの方への嚥下に対する問題にアプローチし、意見交換することで新しい案が出てくるのではないかと思います。職種が違えば誤嚥に対する捉え方や利用者さんへの対応法が違うことがよくあるように思います。視点の違いを知り、様々な職種の方との意見交換をすることで、より良いケアが行っていただけるのではないかと思います。自分自身の専門分野に関して知識不足では、多職種協同は成り立ちません。専門職としての知識・技術不足がないよう自己研鑽に励みたいと思いました。

職員リレーエッセイ⑤

今回は、1月より新しく事務職員に採用された中村さんをお願いしました。行政対応から、送迎や利用者さんの付き添いまで幅広く活躍してくださっています。

「ひとこと」

中村 嘉孝



はじめまして。本年1月から、ともの家の職員に加わることになりました中村嘉孝（なかむらよしたか）です。

僕は、「みんなちがってみんないい」という金子みすずさんの詩の一節が大好きです。一人ひとりの違いを認めあい、支えあう価値観を大切にする。格差や貧困 がまかり通り、広がり続ける現代社会において、忘れてはならないことではないかと肝に銘じています。みんながちがうから、社会は問題山積で複雑怪奇であっても、面白いんだなと思います。日本国憲法の理念に通じるものがあるのではないのでしょうか。

ともの家の理念を大切にしながら、次の世代に想いをつなぐとともに、利用者の方々が安心して穏やかな暮らしを続けられるよう、微力ですけれども、少しでもお役に立てればと思っています。どうかよろしく願いいたします。

介護ひまなし日記

北欧旅行顛末記⑦～

永和 里佳子

日本での「介護」を北欧の俎上に乗せるとしっくりこない。それは制度のせいではなく、そもそもの考え方が違うのだろうなと気が付いた。例えば、スウェーデンでケア職員は公務員であり、全員が准看護師以上の資格を持っている。初任給は日本円にすれば40～50万、働きながら正看の資格を取ることができ、そうすると給料は60～68万円にあがる。給料と休みが保証されており（夏は4～6週間の長期休暇をとるように定められている）、仕事内で健康診断やトレーニングが受けられる。よく「北欧は税金が高い」と聞かすが、税金の内容は地方自治体（コミューン）ごとに違い、話し合っただけで決められる。たとえばボローニャ市では3分の1が医療、3分の2は福祉に使う、というように。自分たちの払ったお金は自分たちに還元されるのである。国税を納めるのは、富裕層のみである。教育は大学まで無償、介護の負担もない。「子どもの教育費」や「老後の資金」に悩まされる必要がない。

また、ケアの目的は最後まで自分らしい満足した生活を送る支援であるため、要介護状態にならないように努め、なったとしても過剰な身体介護は避け、どうしてもというときには機械を取り入れて合理化を図る。認知症に対する知識が一般に普及しており、ほとんどの人は認知症になっても家で暮らすことができる。ケア職員はさらに高度なプロとしての研鑽を積んでいるから、病気について理解し適切な対応をする。つまり、認知症によって本人も周りも困ることはまずないのだ。その状態であればまずBPSDは起こらないし、たとえ起こったとしても虐待や拘束など起こりえない。

日本で「介護の仕事をしています」というと、「大変ですね」と返されることが多い。まだまだ、介護＝過酷な（加えて低賃金の）肉体労働、というイメ

ージが強いのだと思う。

研修で2日目に訪ねたのは「親族センター」だった。親族というのは、認知症の人を主にみている人（日本でいう主介護者）のことだが、面白いのは血縁関係に限らないことだ。婚姻していないパートナー、友人、近所の人、幼馴染、会社の同僚も「親族」になれる。要するに本人にとって「一番親しい人」だ。今スウェーデンが力を入れているのが親族支援の事業だという。増え続ける要介護者を親族が支えることで、880億KR（スウェーデンにおける防衛費の4倍）が節約できるらしい。行政の支援とは、親族に手当を払うだけでなく、たまには休めるようにヘルパーを派遣・またはショートステイを利用したり、親族センターを整備して同じ悩みを持つ人が集まったり相談したりサークル活動を行ったりする場を作ることだ。日本でも増え続ける社会保障費の抑制のため「在宅ケア」が重要視されてきているが、依然として家族介護が中心であり、介護のために仕事を辞めた人に補償が出たりはしない。金銭的にも肉体・精神的にも追い詰められて介護殺人が起こったりする。みる側もみられる側も悲惨な末路である。

考えてほしい。自分の配偶者や親に手がかかるようになったとき、お金も休みも保証され、困ったときには専門家のアドバイスがもらえ、近くに家族も一緒にコーヒーや軽食を食べられる場所があって（もちろん無料）、趣味を楽しめる仲間がいたとしたら、家族を施設に入れようと思うだろうか。本人にとっても、愛する人と最後まで過ごせることが最大の喜びだと思うのだ。「だれしもが幸せな社会」をスウェーデンはごく当たり前のことのように目指している。

※訂正とお詫び

60号で紹介した高福貴恵さんの名前に間違いがあり、正しくは「高福幸子さん」でした。訂正しお詫び申し上げます。

編集後記 コロナ騒ぎで慌ただしい年度末となりました。今回も大幅にずれでの発行となった「ともの家だより」、次年度より広報部に中村事務を迎え年4回の発行を目指していく予定です。皆様のご協力をお願いいたします。(里)