

グループホームのこれから・・・認知症ケアの原点と学び

(座談会の最終回でテーマとなったグループホームのこれからについて、アカシア会の職員が書き記した今の思い等を掲載し、座談会での討論を補足しました)

* その人のあるがままを心の鏡に映せるようなケアスタッフに 高杉春代 (アカシア会教育部長・介護統括部長)



アカシアの家の10年誌作成にかかわり、日本の認知症政策とグループホームの歴史そしてアカシア会の歴史をひも解く機会を得た。

1972(昭和47)年、小説「恍惚の人」がベストセラーになり、痴呆性老人やその介護に関する問題が大きな話題となる。痴呆性老人対策推進本部が設置されたのはこの14年後の1986年である。そしてその10年後、1996年に全国で先駆的に取り組んでいる9か所の小規模な共同生活の場(グループホーム)の調査研究結果から、ケアの有効性のみならず、コストの面からも成果が認められて、グループホーム整備の提言がなされ、翌1997年に制度化(運営費補助)されている。これから6年後、三郷市で初めてのグループホームとなるアカシアの家が開設された。

認知症を治せないのは今も変わらない。しかし、進行を遅らせることができる時代になった。それは治療面からもケア面からも家族介護面からも一緒に手を組むことができれば、さらに効果が上がる。ましてや24時間365日生活を共にさせていただくケアの中にあっては責任が重大である。アカシア会は認知症の医療面でもサポートがある施設なのだから。どの事業所よりも認知症の人の支援体制が整っているといえる。

認知症の人は病気に罹患して10~15年という長い間不自由な生活を余儀なくされる。そしてその最終章をグループホームで迎えるとすれば、なんと大切な時期に私たちは生活を共にさせていただくことになるだろうか。人生90年の重みとともに今日一日の大切さ尊さに胸が痛む。悔いのない1日を共に生活させていただく思いである。

「いまのままでいい」困ったことは私たちの方が考えるから・認知症の人を困らせていないかいつも問う・その人のあるがままを心の鏡に映せるような人

間（ケアスタッフ）になりたいと願う。

アカシアの家でのこれからのケアは、入居者自身が望む生活を入居者自身の手でいつまでも行うことができるという自立支援の考え方と介護技術を受け継ぎ、さらに入居者一人ひとりの心の輝きをもっともっと大切にしていきたいと思います。そのために、その人の生活史をひも解き、輝いた時の思いに共鳴することができる回想法やバリデーションなどを日常のケアの中に取り入れる活動にも着手していきましょう。そして、生きること・老いること・死を迎えるということを学び、人間として成長させてもらおうではありませんか。

*** 実践を踏まえて、ケアの質の向上・根拠のある支援を追求**
吉村節子（アカシア会介護部長・前アカシアの家施設長）



アカシアの家において、①個々人に合わせた個別支援(小規模で、顔なじみの職員とともに)、②自立生活支援(日常生活を通して残された能力を引き出す支援、食生活自立支援)、③拘束しない支援——を実践してきた。

これまでの実践を踏まえて、ケアの質の向上・根拠のある支援を追求していく。

- ① 個別支援……認知症ケアとして、その方の人生を丸ごと知ることが原点。スタッフの価値観ではなく、個々人の今まで生きてきた人生を継続できるよう支援→メモリブックの作成
- ② 自立生活支援……ケアプランに基づく評価表等を利用し、個々人に根拠のある支援→支援方法を特定→実践→評価→支援方法の見直し(ケアプランの見直し)→実践→
- ③ 拘束しない支援……鍵をかけないなどハード面のみではなく、全ての行動・心理症状に対し、その背景や原因を探り、抑制することなく自己決定できるように支援。

*** 入居者の生活、文化、価値観を大切に受容する**
俣野厚美（アカシア会介護部非常勤職員・初代アカシアの家施設長）

高齢で認知症という病気を抱える入居者一人ひとりの日々の暮らし、これからの人生を支えることに尽きるのではないのでしょうか。

認知症の中核症状あるいは周辺症状に目が奪われ、それらの対応に追われて

職員や周りの人たちの価値観を押し付けてしまうような介護では、窮屈でつまらない生活になってしまうと思います。



私たち職員は、一人ひとりを全人的にとらえ、何を求め、どんな生活を望んでいるのかを理解し、キャッチする能力が求められます。そして、そのことを介護の中で実現できるスタッフであることと考えます。

それには、基本的な技術や知識を身につけることはもちろんですが、さまざまな困難や問題について、一方向だけでなく多方面から考えることができるように個々の職員の感性や創造性を磨き、高めることが重要になると考えます。

入居者と密に付き合うことで、丁寧、かつ的確であることも必要であり、入居者を中心として、スタッフ間で意見を出し合い、議論できる職員集団を築くこと、入居者がそれまで築き上げてきた生活、文化、価値観を大切にして受容し、介護できるスタッフであることが求められるのではないのでしょうか。

*** 自分の居場所が“ここで良い”と安心していただく**
秋澤尚美（現アカシアの家施設長）



いままでの人生を忘れて欲しくない。ご自分の出来ることを忘れないで欲しい。

その方の人生を、その方の功績を、その方の優しさを、その方の陽気さを、その方の器用さを、その方のやさしいほほえみを共に生活していく中で、様々な場面に向き合い、その方の心の目(心の叫び)を受け止め、(耳を傾け)ながら支援につなげていかなければならない。本来のご自分を忘れていく不安の中で、その人らしく生活し、自分の居場所が、“ここで良いのだ”と安心していただく。

その方に敬意を示し、尊厳を守る。普通の生活の中で、人が人を思いやる心・それを大切にして行こうとする、意思を私たちは忘れてはいけない。

共に歩むケア。生活の中で（支援の中で）私たちは、絶えず、“えがお”を忘れては、いけない。“えがお”“ほほえみ”の中にその人に安心していただくために…。また、その方の笑顔を見る為に…。一緒にさせていただくこと・お手

伝いをさせていただくこと。

*** 常にこれで良いと満足せず、次のステップも考えていきたい
阿部政枝（現アカシアの家主任看護師）**



今までと同様に、人としてしっかり向かい合い、その人が持っている力を見極めて日常生活の中で、力を活用できるように工夫し、自立支援・個別支援につなげていきたいと思います。その人がしたいこと・したくなるような環境づくりをし、人間の欲の一つである食は大事にし、献立決め・買い物・調理・後片付けと実行していきたいと思います。また、回想法も支援の中に取り入れて、今まで以上に使っていきたいと思います。

また、これからは介護職員以外の周りの方々（ボランティア・地域）の力を借りてたくさんの「引き出し」を準備し、今まで以上の充実感が持てるようにしていきたいと思います。そして周りの方々にも抵抗なく、利用する方も顔なじみになれるようにできたらと思います。

そのためにはケア側の成長も必要である。常にこれで良いと満足せず、次のステップを考えていく必要はあるかと思っています。介護の手間を惜しまず、その人らしく生きていくための自立生活支援・その人らしい生活と人生を支えていきたいと思っています。

*** 「私の過ごしたいと思える場所」として自然に、より身近に
渡邊みゆき（通所介護事業所「和顔施」主任・前アカシアの家主任）**



「私の声を聞いてください」「当事者を無視しないで下さい」「こんな事やりたくない」「私はこれが好き・嫌い」ご本人の言葉・想いに耳を澄まして、ご本人がご自分の人生を自信を持ち歩んでいく共に歩み・支えるケアがこれからはますます必要ではないかと思っています。

認知症のご本人にとっての「私の過ごしたいと思える場所」がより自然で、より身近になりますように、努力してまいりたいと思います。

*** 家族のように共に生活し、喜怒哀楽を分かち合いたい
足立美幸（現アカシアの家副主任）**



私は、その人らしさ・その人らしい生活を尊重するケアをしていきたいと思います。なぜならば、それが本来の人間の在り方であり、権利だと思うからです。

認知症になることによって、できなくなることが増えても、その人がいなくなるわけではありません。だから、スピリチュアルケアや信頼関係に基づく支援がとても大切だと思います。そのためには、コミュニケーション能力を高める努力や傾聴する姿勢を養うことが必要です。バイステックの七原則はもとより、声

なき訴えを察し、できる能力を引き出していく生活リハビリ。さらに、これらをチームケアとして行っていきたいと考えています。

GHにおいては家族のように24時間を共に生活し、喜怒哀楽を分かち合える関係を築くこと。それが快支援に、つながるのではないのでしょうか。そんなケアをしていくことが私の夢です。

*** 「認知症」である前に1人の人としてかかわることを大切に
曾根綾子（現アカシアの家職員）**



私はこの仕事をしていく上で、「認知症」である前に1人の人としてかかわることを大切にしていきたいと考えています。自分だったらどうだろう？と自分に置き換えてみることやその方の昔からの生活習慣を知り、支援に取り入れていくことを意識して心掛けています。

また、認知症であっても地域の方とつながっていくためには、買い物に行ったときには顔なじみの店員さんとおしゃべりをしたり、近所の子供たちとすれ違ったときにはお互いに挨拶をするなど、何気ないかわりをいつまでも持ち続けられる環境が必要であると思います。何かあったときに、お互いに支え合える地域の力があると、認知症であっても住み慣れた家で安心した生活が送れるのではないかと思います。