高齢化率４０%超の住宅地でつながるケア

神奈川県鎌倉市
認知症対応型通所介護　ケアサロンさくら
管理者　稲田　秀樹

１　はじめに

認知症の人が不安を抱えているのは、日頃から、現実世界とのつながりにくさを体験しているからだ。認知症の人の多くが、自分はどうしてここにいるのか？　これから自分はどうしたらいいのか？というように、現実世界との「つながり」を探している。ＢＰＳＤ（行動・心理症状）の起きる背景には存在不安がある。存在不安をを完全に拭い取ることは難しいが、ていねいに現実の世界との「つながり」をつくる手伝いをしていくと、症状が緩和されたり安心が得られたりする。それが今求められている認知症ケアである。

実は存在不安を抱えているのは認知症の人だけではない。昭和４０年代に開発された高齢化率 40%超の住宅地では、おそらく住民の多くがつながりにくさを感じているだろう。あるときこの地域で支えあい活動をしている方から、商店街で認知症のデイサービスをやってみてはどうか、とありがたいお話しをいただいた。地域住民の方と一緒に開設準備の打ち合わせを重ねた。その過程でたくさんの成果が生まれた。「つながるケア」は、認知症の人だけのためにあるのではない、誰もが住みよい街になるために、人と人とをつなぐ手法でもあるのだと、私たちは考えている。

２　事例の紹介

⑴計画段階

①地域の支えあいの会「今泉台すけっと会」との協働

平成２２年１２月、地域の支えあいの会「今泉台すけっと会」（以下すけっと会）の代表の方の紹介で高齢化率４０%超の空き店舗を見学し開設へ向けた準備が始まる。平成２３年１月から事業の運営側スタッフ３名とすけっと会の方２名、元建築士で認知症当事者の住民の方１名（改修工事の助言者として参加）で打ち合わせを重ねた。

②独居高齢者宅の空きガレージを借りよう！

デイサービスを開設する商店街には駐車場がなく送迎車の置き場所が問題になった際、地域の空きガレージを活用してはどうかという案がすけっと会の方から出された。早速知り合いを当たっていただき、見守りを兼ねて地域の独居高齢者宅のガレージをお借りすることになった。

③足りない食器や衣類、備品は地域の人たちに分けていただく

デイサービスで使う備品は地域の方から頂いた。足りないものリストを持ってすけっと会の女性の会員が地域を回ってくれた。ある朝「お役立て下さい」と衣類の入った紙袋が置かれていた。昭和の時代を感じさせる器がたくさん集まった。当時の町内会役員の方の応援も心強かった。

⑵開設後

①認知症サポーターのいる商店街

利用者さんと一緒に食材を買って調理するプログラムを実践した。商店会が主催して認知症サポーター養成講座を開催。店主や地域の人など１５名が参加した。受講した店舗には「認知症の人にやさしいお店です」と書かれたステッカーを貼っていただいた。その後「八百屋さんから聞いてきました」と住民の方が相談に訪れるようになった。

②できることはしていただくのが私たちの方針…事例Ⅰ

「家へ帰ります」と言って毎日家を出ていくアルツハイマー型認知症の女性（８５歳）から申し込みがあった。見学の際ケアマネジャーから「この人の一番の問題は健脚なことです」という言葉を聞かされた。実際利用が始まると不安と混乱からＢＰＳＤ（認知症の行動・心理症状）が憎悪して住宅地をさまよい歩いた。その人の心の空白を埋めるように、その後は故郷の思い出話をたくさん聞かせていただく回想法を実践した。また血圧の上昇と行動･心理症状の関連を把握し、家族を通じて主治医に伝えた。薬の調整を行うことで自宅での症状も軽減した。デイサービスでは健脚を存分に活かしてサッカーのパス交換を皆と一緒に楽しめるようになった。

③できることはしてもらうのが私たちの方針…事例Ⅱ

血管性の認知症に加え末期がんを抱えた９１歳の男性は他の施設では帰宅欲求が多く転倒骨折を繰り返していた。利用してみると転倒骨折を繰り返す理由がわかった。男性は「自分のことは自分でしたい」だけだった。ご家族に聞いてみると、自宅では雨戸の開け閉めから洗濯物干しなどなんでも手伝ってくれたのだという。それからは昼食のお盆などは自身で下げてもらうことにした。余計な介助は不要というのが本人の意思だったので、危なっかしいが本人に接近しての見守りで対応した。レクでボーリングをするときも立って投げるという本人の意思を尊重した。男性は帰るとは言わなくなった。

④地域住民とのふれあい

近所の公園へ散策に行くのが日課となった。公園へ行くと子供たちが遊んでいた。子供の一人が、「おじいさんたち今から何するの？」と尋ねてきたので、「体操するんだよ」と答えると、「俺たちも体操しようぜ！」と言って輪に加わってきた。その後も公園に行くと一緒にサッカーや体操やキャッチボールをして遊んでいる。

⑶看取りをめぐって

①血管性の認知症で末期がんを抱えた９１歳の男性が終末期を迎えることになった。体の状態が悪化するたびに専門医のいる病院へ入退院を繰り返したが、入院の処置は不愉快で男性を混乱させるばかりだった。ある日、余命３週間と専門医から告げられた。残された時間は自宅で過ごしたいという意向が伝えられた。体力的にデイサービスに来ることが難しくなると、お散歩のコースを変更して“お見舞い逆デイ”を実践した。健脚な８５歳の女性が率先して本人に声をかけてくれた。医療と介護のチームだけでは不安があった。主治医から相談を受け、ケアサロンさくらの管理者が地域住民（すけっと会）にサポートの依頼を行った。医療と介護のチームのほか、すけっと会も見守りに入った。最期は地域の人らも加わってみなで旅立ちを見送ることができた。

３　考察

ケアサロンさくらは商店街の通りに面している。デイルームの窓からは青果店が見え、見慣れた野菜や果物が色鮮やかに目に映える。ときおり買い物に来た人たちとの静かな交流がある。出ようと思えばいつでも外へ出ることができる。デイルームの中と外とは大きなガラス１枚でつながっている。そんな環境の中で、みなさん落ち着いて歓談を楽しんでいる。ケアサロンさくらには他のサービスを断られた方や、徘徊で行方不明となった方などがケアマネジャーから紹介されてくる。ここで過ごすうちに多くの人が認知症の症状が軽減して、明るく素敵な笑顔になっていく。商店街を訪れる人から、「ここは軽い人の来るところなんですね」という声を聞いたことがある。外から中の様子が見えるからそんな風に感じるらしい。もちろんケアはしているが不要な介助は一切しない方針だ。狭いデイルームが地域のいろいろな人や場所とつながっていて、それが安心感を育んでくれるのだと思う。認知症ケアの手法が地域ケアやまちづくりにも応用できるのではないか、とそんなことを考えている。

４　おわりに

ケアサロンさくらの開設準備のさなかに東日本大震災が起きた。テレビでは連日被災地の状況が伝えられていた。こんな状況の中でデイサービスを開設していいものかと自問自答する日が続いた。東北へ支援に行くことも選択肢のひとつであったが、今やらなければ一生できないと決断し開設に至った。その決断を支えてくれた多くの方々に心よりお礼を申し上げたい。また、これまでご利用いただいたご本人ご家族の皆さんと地域の皆さんにも、これを一つの区切りとしてお礼を申し上げたい。そして、これからつながるであろう見知らぬ「あなた」へも、どうぞよろしく！と言いたい。

昭和の雰囲気を残す鎌倉市今泉台の北鎌倉台商店

デイルームには地域の人から頂いた備品がたくさん

地域の人たちからいただいた食器の数々

買い物から調理まで、出来ることを一緒に！

サッカーをする 85 歳の健脚な女性

公園で子供たちと一緒に体操をする

終末期を過ごす仲間をみんなで見舞う

今泉台すけっと会、大家さん、開設時のスタッフたち