

その人らしい住まい方実現

～豊かな感情表出・自由に外出できる暮らし～

神奈川県横浜市

学研ココファン日吉

介護支援専門員 永田 恭子

1 はじめに

東急東横線日吉駅より循環バスで10分、横浜市営地下鉄日吉本町駅から徒歩8分の所にサービス付き高齢者向け住宅「ココファン日吉」がある。1階に、訪問介護・デイサービス・ショートステイ・居宅支援事業所を併設し、24時間365日、専門職が常駐し、生活をサポートしている。同敷地内には、クリニック・薬局・学習塾がテナントとして入っており、建物の前に公園や座ってくつろげるベンチ・バス停・商店があり、周辺は緑豊かで、UR公団・マンション・スーパー・交番・郵便局・学校・保育園・地域ケアプラザ等が建ち並ぶ。老若男女が行き交い、高齢者が散歩をしながら、元気に遊ぶ子ども達の姿に目を細め、手を振ったり声をかけたりと微笑ましい光景が見られる。ココファン日吉は街のこども110番の家でもある。これから、ここで暮らす温かな夫婦の住まい方を紹介しよう。

2 事例紹介

80歳代のAさんは、夫とふたり暮らし。ともに要介護1。現役時代は共働きで3人の子どもを育てる。退職後は、積極的に地域のボランティア活動に参加していた。

10年程前から物忘れが始まり、5年前にアルツハイマー型認知症と診断される。その頃から徐々に身内に攻撃的で感情不安定となり、家事に支障が出てきた為、夫がひとりで面倒をみるのは難しいと判断。

娘とともに、土地勘のある地域で見守りの目がある住宅を探し求めた。

平成22年、30年以上暮らしていた一戸建てから東横線沿線路上にアクセスしやすいココファン日吉に転居することを決断。翌年、主介護者であった夫も前頭側頭型認知症の診断を受けるが、温かな性格のふたりは、気の向くまま、若かりし頃と同じように、夫婦揃って食事や買い物・散歩等に出かけることを楽しんだ。昨年から今年にかけて、夫が2度転倒し、手指骨折をした。それでも、ふたりはいつものように外出を続けた。

両親が認知症と診断された時、娘はこれからどうしたらいいのか？と毎晩涙したと当時を振り返る。今後の暮らしについて、何度も話し合いを重ねた結果は、次のとおりである。

【夫妻の意向】

Aさん：「穏やかで優しい主人と家族に支えられて感謝している。ふたりで一緒に暮らしたいわ。」

夫：「バスと電車に乗って、自由に外出できる今の暮らしを続けたい。目標に向かって努力する過程が大切。病気にならないことが大切かなあ…。」

【家族の意向】

両親があまりにも幸せそうに暮らしているので、1日でも長く今の自由に外出できる暮らしを続けてほしい。例えば外出先で迷子や事故に遭ったとしても…。覚悟はできている。将来を見据えて特養の入所申し込みはしている。接する機会が多いヘルパー他職員の穏やかな対応が母（Aさん）の人格形成に合っている。父は地理を記憶することができる。医師からも、病気の特徴で土地勘のある日吉からの外出であれば迷子になることは少ないだろうと言われている。家族としてできる限りサポートしたいが、家庭の用でできないこともある。旅行に連れて行きたいけど、集合場所まで連れて行くのが大変…。

【夫妻の特徴とエピソード】

■Aさん：短期記憶低下や場所・時間等の見当識障害は見られるが、運動機能は維持。人の感情を敏感に察知する能力が高く、慎重。音楽鑑賞や歌うことが好き。優しく穏やかな夫と行動を共にする。自宅を訪問すると、「あなたに会えてなんだか嬉しいわ」と丁寧な言葉遣いで、大きな目をキラキラと輝かせ豊かに感情表出ができる。帰る時は、夫婦で玄関外に出て手を振りながら見送ってくださる。エアコン掃除を一生懸命している職員を見て「どのようにお礼をすればよいかしら？」と居宅事務所に来所する等、人を気遣い思いやる気持ちを持つ。週1回デイサービスの日は、家でひとりになる夫を心配するので、ボランティア感覚で役割を持って参加できるよう「Aさんをお願いしたいことがあるので…、Aさんにお越しいただけると助かるわ」と等とデイサービス職員が「Aさんが必要だ」というメッセージを送り続けて通所定着。夫と一緒に行く短時間のデイサービスには、スポーツクラブ感覚で楽しく参加している。

ある雨の日、「主人が…」と夫が倒れている方向を指差しながら、居宅事務所に知らせに来たことがある。そこには買い物から帰宅途中で転倒し、顔面から出血している夫が横たわっていた。既に、近所の商店の方が救急車を要請。近隣・訪問介護・居宅介護支援事業所との連携により医療機関に救急搬送された。残されたAさんは、訪問介護の職員と帰宅し、厨房から配達された夕食を食べながら息子の到着を待ち、夫の搬送先には娘が駆けつけた。顔面裂傷部の縫合と手指骨折シーネ固定で帰宅できた。すぐに、翌日からの生活についてケアプランの見直しを行った。

■夫：短期記憶低下するが、場所の記憶保持可能。転居前から通っていた東横線沿線上の銀行やマッサージ院には、毎週出かける。自由を好み、一日中デイサービスに通所することは嫌う。昨年から2度の転倒・骨折している為、今年から「スポーツクラブ」と称して、短時間のデイサービスと通院リハビリを週1回ずつ始める。どこへ行くにも元銀行員らしくお気に入りのスーツを着用するが、とにかく通うことを優先した。デイサービスの前には、訪問介護による配膳・身支度・デイサービスの用意・送り出しは必須の援助である。朝から物を探し始め、暇になると貴重品を所持して出かける。特に、銀行へ出かけては通帳記帳を繰り返す。「ここの家賃の引き落としはどうなっていますか？」とサ高住事務所に立ち寄る。そうこうしていると「鍵はどこにいったかな？」と探し始め、10本以上の杖を失くしている為、現在は杖を使用していない。その他、「眼鏡の落とし物は届いていませんか？」「今日の催しは？」等と1日何度か訪ねに来る。

夕方外出すると18:00前後に帰宅することが多い為、配食サービスが届く時間に不在がちとな

る。住宅建物内の厨房の場所を記憶しているので、帰宅すると厨房に立ち寄ることが習慣になっている。

心疾患の既往あり、「なんだか胸がドキドキする」と近所のクリニックを受診することも多いが、特に異常は認められず落ち着く。掃除をしている娘のことを気遣い、新聞折込みに掲載された掃除機を見て通信販売会社に電話注文することがある。健康食品の注文もあるが、届く頃には、「誰が頼んだの？」と忘れる。

オーブントースターに缶コーヒーを入れていたことがあるが、張り紙で注意喚起することで防止できている。訪問した家族やヘルパーもその都度確認し、掃除をして火災予防に努めている。

【夫妻を取り巻く社会資源とネットワーク】

上記のとおり、24時間365日、専門職がいるサ高住・緊急通報装置・24時間見守りサービス・生活相談できる事務所や職員（事務・専門職・厨房等）・家族・訪問介護・デイサービス・警察・医療機関・薬局・商店・近隣住民・銀行・マッサージ院・徘徊予防のかえるネット・ボランティア・演奏会・趣味の会・訪問理美容・移動パン屋等のネットワークが拡がり、自由な外出と緊急時体制をつくっている。

特に、通いつけている銀行に来店した場合は、銀行から家族に連絡が入るようになっている。貴重品の紛失でお世話になっている警察署にも家族が挨拶に行き、連絡先の登録ができています。通信販売会社にも電話受付しないように依頼しており、生活費以外の大きなお金は、別の口座で息子が管理し、浪費を防いでいる。緊急時に連絡が取れるように、夫妻の衣類ポケットやバッグ・パスモ等に家族の連絡先メモを入れている。

3 考察

夫婦ふたりで働いてきた経済力で、土地勘のある東横線日吉駅にアクセスしやすい住まいを生活の基盤とすることを家族みんなで話し合い自分たちで選択している。夫婦がそこでどんな暮らしをしたいのか、そして家族はどのようにサポートしていきたいのか明確な意向をもっている。

バリアフリーのサ高住でプライバシーと尊厳が守られる住環境に24時間365日、専門職が常駐し、いつでも相談できる窓口があり、緊急対応と生活支援サービスが受けられる安心感を得ている。常駐している職員側も声かけ・助言をしやすく、顔の見える関係をつくりやすい。住宅前の公園に子供達が賑わい、自然と多世代交流ができ、精神的にも和むことが多い。循環バスの停留所が、公園前にある為、日吉駅に行って、東横線にアクセスし易い。昔から通いつけている銀行やマッサージ院、食事に出かけやすい環境で、自由に外出できる生活スタイルを大切にしている。住宅テナントにはクリニック・薬局がある為、健康面の不安軽減やリハビリを継続することができる。

家族が両親のあるがままを受容し、疾患を理解し、両親が認知症であることを近隣住民・警察・銀行・各種機関に告げ、協力依頼をしている。訪問介護・デイサービス等のフォーマルと商店・訪問美容等のインフォーマルサービスを利用。ネットワークを拡げている。身近な近隣の理解も深まり、「鍵持った?」「気をつけてね」等と声かけ・目配りしてくださる方々も増えた。自由な生活によるリスクを予測し、緊急時連絡体制も整えている。

特に、日々関わる専門職は、夫婦の疾患や特徴を理解し、ゆっくりしたペースで自由に暮らす生活スタイルを尊重し、わかりやすい言葉で優しく語りかけながら生活をサポートしている。家族との連携も密である。デイサービスでも介護予防・社会交流・好きな歌をきれいな声で歌う機会をつくる等、訪問介護では生活援助を中心に温かな性格・豊かな感情表現ができる環境づくり対応に努めている。

家族は、担当者会議の他、いつでも相談できる場があり、地域の理解があるだけで精神的な負担が随分減ったと感じている。夫婦や家族が孤立しないよう、チームで一緒に考える姿勢で対応している。様々な関わりの中で、Aさんの豊かな感情表出・夫と一緒に自由に外出できる暮らしを実現している。家族が両親に電話すると、特に外出した日にAさんの声のトーンは上がり、「楽しかったわよ」といきいきとした声で話してくださるそうである。

4 おわりに

今後、身体状態の変化・認知症の周辺症状・消費者被害等、様々な変化が起こりうると予測される。生活の基盤となっている住まいやケアプランの見直し・成年後見制度の利用等が必要となるだろう。

厚生労働省では、団塊の世代が75歳以上となる2025年を目処に、高齢者の尊厳の保持と自立生活の支援の目的のもとで、可能な限り住み慣れた地域で自分らしい暮らしを人生の最期まで続けることができるよう、「介護」・「医療」・「住まい」・「予防」・「生活支援」が切れ目なく一体的に提供される地域包括ケアシステムの構築を推進している。サ高住は、その住まいの選択肢のひとつである。

本人と家族が選択した住まいで、本人が主体となってどのように暮らしたいか？彼らは、その答えを持っている。では、どんな社会資源が必要か？一緒に考え、本人の持つ能力を最大限に引き出せるよう、その人らしい生活が実現できるようネットワークを拡げていくことが専門職の役割ではないだろうか？

世の中には、多種多様な生活スタイルがある。時には、新しい社会資源をつくりながら…Aさんがどんな状態になっても、Aさんらしく豊かな感情表出できる支援を地域につなげていきたい。その為には、若い世代も含めて、地域すべての住民の理解が必要となるだろう。

キラキラと輝く瞳で「あなたに会えてなんだか嬉しいわ」とAさんらしさが表現できるように…。