

～認知症になっても、地域の一員として、私達にできること～

神奈川県藤沢市打戻 1896 番地
 特定非営利活動法人 偕老会
 認知症対応型共同生活介護事業所
 偕老ホーム管理者 熊谷真理子

1 はじめに

偕老ホームは認知症高齢者 18 人の暮らしの場所「家」です。

藤沢市の北のはずれにあり、富士山や大山を眺め、田畑が広がるのどかな地域のところにあります。昔は大山詣での街道で賑わった古い街並みの少し奥の一角にあり、小さな商店街へ毎日買い物に出かけています。日ごろから商店の方々や地域の方々とあいさつを交わすなど、地域と馴染みの関係をつくれています。ホームの前にはベンチを置き、買い物帰りの高齢者の方々の休憩場所となっています。

開設当初は地域の方々に、遊びに来てください、ボランティアをお願いしますと呼びかけても全く反応がありませんでした。また入居者の方が一人で外に出ていると、おしかりを受けていました。偕老ホームがどこにあるか、どんなところか、わかっていない状況でした、それならこちらから出ていきましょうと、毎日商店街に買い物のでかけ、地域の行事にも積極的に参加し、どこへでも出かけていきました。

最近偕老の家の方々はちょっと有名になりつつあるようです。この有名になるための支援をしている、職員は、常に偕老ホームの理念を共有し（毎朝唱和）、目標を念頭に置き、入居者の方々の偕老の家としての支援に努めています。

偕老ホームの理念

- ・入居された方のあるがままを受け入れます
- ・入居された方の好みにそった食事を提供します
- ・入居された方本意の自由でのびのびとした環境づくりをします
- ・入居された方の趣味を生かしはりのある生活を援助します
- ・ご家族のきずなを大切にします

偕老ホームの目標

- ・その人らしい尊厳のある暮らしを支援する
- ・認知症に伴う障がいの緩和に努める
- ・その方の機能を生かした自立支援を行う
- ・家族への相談・助言の支援を行う
- ・安心して暮らせる地域づくりに努める

開所して 10 年目になりますが、9 月末現在の入居者状況は、
 入居期間が 10 年の方が 5 名、6 年以上の方が 7 名、

要介護5の方が8名、要介護4の方が3名、
認知症高齢者日常生活自立度Ⅳの方が14名、
歩行介助が必要な方が12名、
平均年齢88歳です。

開所してから10年が経過しようとしています、そして入居者も高齢となり、認知症状も進行し、心身ともに低下してきていますので、一人ひとりの介護量が増えてきています、すると自然と終末期を迎えようとする方々が増えてきました、そのような方でも、偕老の家の住人として、特別ではなく当たり前として生活者として暮らせるように努め、口から食べて体調を見ながら、中には携帯酸素を持ち外出しています。

偕老の家の暮らしは、明るく笑顔のある暮らしのなかで、自然のおいしいものを食べて元気に動く、それぞれのできることに、わかることに応じた役割をもち、地域とのかかわりを楽しむ、当たり前の暮らしの継続です。

当たり前の暮らしの継続をサポートする偕老の職員の取り組みは

- ・理念に基づいたケアを行う主体は入居者であり職員は個別ケアを徹底する
- ・施設ではなく入居者の家として捉え行動する
- ・毎日の家事活動を通して、心身の活性化を促す
- ・お客様ではなく、我が家の住人としての関係作りをする
- ・地域の方とのお付き合いを大切にします

偕老の家のモットーは共に「笑顔」になろうです。入居者をとりまくすべての人々が笑顔になることが、一番の望みであり、笑顔になれるように協力し合って暮らしています。

日常生活に必要な家事活動を中心に、毎日掃除、洗濯、買い物、調理、などを入居者の個々の能力に合わせ、役割をもって働いています、職員は個々の入居者のできていること、わかること、支援すればできること、を理解していますので、細かいことでも丁寧につないでいきます、時にはうまくいかないこともあります、たとえば、大根の千切りが小口切りになろうが、食べるのはわたしたち！口に入ればみな一緒と、そのような時は、おおらかに明るく「大丈夫、だいじょうぶ、ありがとうございます」と前向きにやるのが大切であることを伝えています。歩行が不安定になれば、座ってできるように環境を整え、言葉で伝わらない時は、ジェスチャーや、やって見せ模倣を促します。また近所の商店の方の協力でチャレンジもします、入居者の方に一人で買い物に行ってもらいます、時折買うものを忘れて店主から電話が来るときもあります、またお金が足りない時は後で届けに行くこともあります、買い物の時間は地域の方との会話をし、とても良い表情で楽しまれ笑顔になります。

嚥下困難な方の食事作りも、形態は個々によって違うので、その方に合ったものを作るために、すり鉢を使うことで、すりこぎでたたく、すりつぶす等の度合いの調節ができます、ミキサー状態は裏ごしをしています、以前はミキサーで作っていましたが、水分を多く必要とするために味が落ち、みんなと同じものを美味しく食べるために、考えたのが入居者の知恵と力を使っています。この食事はみんなの愛情が詰まっているようで元気になってきます。

職員はすべて偕老の家の主体者は入居者であることを意識しています、地域との関わりも入居者

と共に、どんな所へでも、どんどん一緒に出かけて行くように努めてきました。入居者の方々が元気な頃は、家族の方が来られた時に誰もいず、鍵がかかっていることがままありました。

地域の方の公民館サークルの催しには、最近案内を頂くようになりました、また地域の文化祭にも参加し、企画から準備、後片付けまで地域の方々と同じく協力しています、今年もまた5回目ですが偕老の全員で歌の参加で舞台にも上がります、そのために毎日練習をしています。偕老の発表時のアナウンスでは「おなじみの偕老ホームの皆さんです」と言われるようになりました。また模擬店にも参加します。

町内の氏神様のお祭りには、神輿のお供えを手作りして挙げることをします、神主からお祓いをして頂き、また甚句を聴かせて頂くと、感激の涙を出されることもありました。地区納涼会では、大きなスイカや花火などが当たり大喜びしました、地区レクリエーションではゲームに参加し、賞をいただきました。地区の防災訓練にも参加しています、今年は職員が研修を受け地区の防災リーダーになりました。

地域に出ていき、地区の行事に参加することで、入居者の方も元気であることにつながり、また地域の方とのなじみの関係ができてきました。最近地域の方が来てくださるようになってきました。

2 最近の取組は

偕老ホームの納涼会では数年かけて、「地域との絆」をテーマに取り組んできました。また地域のご協力があり、家としての暮らしができていることに感謝をして、偕老の家が持っている能力を地域に貢献できないかと考えたことから、テラスを開放し地域の方の井戸端にできないか、だれでもがきて、話をすることができる場所、として平成23年6月より月1回「テラスオープンカフェ“すまいる”」をはじめました。合わせて「認知症介護相談」も始めました。カフェでは職員と入居者で手作りした、ケーキや和菓子、また梅ジュースやハーブティ等をご希望により提供しています、接待はもちろん入居者の方が行います、持ち前のあいさつは職員よりも丁寧です。来ていただく方々は、買い物の帰りの高齢の方、親子の連れのお母さんたち、公民館サークルの方々、入居者の家族、職員の家族等々、人数は多くありませんが、口コミで徐々に広がっています。手作りのお菓子が人気になって、特にフルーツケーキは、リピーターがいるほど好評になりつつあります、また納涼会や地域のバザーなどでもすぐに売れてしまいます。最近新商品のほろほろクッキーも人気が出てきました。店番はもちろん入居者の方が行います。

また平成23年3月から「こども110番」、「おはようボランティア」もはじめています、当初は職員の地域への貢献としてはじめようと考えていましたが、入居者の方も共に行うことが当然と思う職員たちですので、毎朝8時前から、近くの小学校の校門に立ち欠かすことなく“おはよう”の声掛けをしています。入居者の方もしっかりとあいさつをされ、校長先生にお礼を言われるとうれしいようです。初は声を掛けても下を向いていた子どもも、最近大きな声で返事をしてくれるようになりました。このことが縁で小学校の先生たちが、偕老の家に興味がわいたようで、昨年は1～2年生がクラスごとに授業の一環として、5～6回訪問してくれました、歌や踊り、お話、伝承遊び（偕老の家の庭に落ちるドングリを拾い、駒をつくり、駒回しを教えました）と一緒に楽しみました、そのたびに入居者もお礼に歌を歌っていました、古い歌で子どもたちの反応は様々です。今年3月には先生の方から、公民館のステージを借りてコラボレーションを

しませんかと誘われ、子どもたちは劇を、入居者は歌を、子どもたちと入居者の家族の前で行いました、当初は入居者の方々は、子どもが大好きで笑顔になり喜んでいましたが、気が付くと3月の頃には入居者に話しもできなかつた子どもや手も触れなかつた子どもが、優しい表情で自然に入居者と話をしている姿や、自ら手を差し伸べて触れている姿を見て、子供たちの成長にも役立っていることに気づきました、先生の方も気づかれたようでとても感謝されました。今年もまた新しい先生も含めて7名の先生が、見学に来て今年も昨年と同様に訪問したいとのことでした。そして数日前に運動会のマスゲームを見てほしいと運動会前に、2年生がやってきました、子どもたちは久しぶりとか、おばあちゃん元気とか、言いながら昨年よりも大きな声で話することも少なく落ち着いていました。入居者は大きな拍手を送り、子どもたちはプレゼントに持ってきた折り紙を渡しながら、握手をしたり、年齢を聞き驚き、勉強頑張れと言われたり、賑やかな時間を過しました。普段から学童の子どもたちもよく訪問してくれます、また子どもたちとは日頃から顔見知りになっているので、学校の先生や親御さんより親しいこともあります、中には子どもに連れられて親御さんが偕老ホームの納涼会に来てくださることや、地域の文化祭での発表を見に来てくださることもありました、バザーのケーキを買いにこられた方もいます、そしていつも楽しそうに子どもが偕老ホームのことを話してくれますと話していただきます。こどもからつながっています。

3 考察

高齢になり、心身ともに低下していきますが、家の中に閉じこもるのではなく、また何もできないのではなく、認知症状があっても何もわからないのではなく、まだできることをたくさん持っている方々です。生涯現役、常に感謝の気持ちを持ち、頑張る入居者の方と職員が共に行ってきたことの積み重ねが、地域の方々にも理解していただくことができるようになったと思われま

す。また偕老の家が一番の理解者であります家族の協力があるからこそ、安心していろいろなことができます、家族の方も楽しみながら手伝っていただきます、恒例の行事では慣れた手つきでどんどんと動いていただきます。直接介護はできないからと言って、自分たちにできることをしたいと言われて、家事仕事や庭の手入れを積極的にして下さっています。また人手が必要なときに声を掛けるとすぐに来ていただきます。家族間も交流があり、テラスカフェの日に合わせて来ていただきます。

偕老の家では終末期を迎えている方々のケアも大事なことです、家族からは入居者にとって偕老の家が一番落ち着くところで、最後までここに居たいという声があり、職員も愛着があり、病院へ行くことで低下していく状況を見ると、一緒にがんばろうと思います、そしていつも訪問医の先生の力を借りて、介護ができるターミナルケアにチャレンジしています。

職員はいつの時も忙しく、大変な介護の場面ではありますが、自ら学び介護の技術やスキルをあげることも必要ですが、入居者の方から学んでいることにも気づき感謝することを忘れずに、入居者の方々の笑顔にホッ!とし、やりがいを感じています。

4 おわりに

これからも入居者と共に、地域の一員として私たちにできることをつづけていきたいと思いません、また周りの方々と共に楽しく笑顔になれるように、地域コミュニティの再生に貢献していきたい。できることならば、去年は最後の時に自宅に帰り、家族に見守られて逝かれた方のサポートした良い経験から、ご家族の希望があれば支援していきたい。