

ボンジュール ユマニチュード

ー医療現場の認知症ケアメソッドを介護現場にー

神奈川県横浜市
株式会社学研ココファン
学研ココファン日吉
事業所長 日下 文則

1 はじめに

介護現場は、世にいう3Kの職場で有効求人倍率が2.8以上という人手不足が襲っています。離職率も高いようです。ココファン日吉ではスタッフの仕事に対するやりがい、充実感、満足感を高めて、共に長く働きたい。という思いから「事業所は誰のためにある。スタッフとご利用者のためにある。」と事業所訓として所内に掲示しています。

スタッフが充実して業務に取り組めば、自然とご利用者への対応も素晴らしいものになります。そのための施策の例として、個人別評価を処遇に反映させる制度を導入し、スキルアップ、モチベーションアップに繋がる研修システムも導入しています。例えば、職務別研修、階層別研修、3つの層に分けた社内研修、社外研修などによりスタッフの引き出しを増やしています。

しかし、これらのモチベーションアップ策は業務上の悩みや苦しみ、葛藤を解決するまでにはなかなか至りません。何かいい策は無いものかと日々悩んでいました。

そんなある日、TVで医療現場が取り組んでいる認知症ケアメソッドの特集がありました。そのメソッド「ユマニチュード」を見た時、思わず「これだ！」と叫んでしまいました。

このメソッドを導入したら、人と人の絆が今までよりも太くなる。より一層ご利用者の役に立つことができ、おもてなしの心を充実させることができる。ココファン日吉のご利用者スタッフに大きな変化をもたらすことができると感じたからです。

そのメソッドの導入取組、事例などについてご紹介いたします。

2 取組の紹介

取組んでいる「ユマニチュード」はフランスで35年の歴史を持つ認知症ケアメソッドです。

その内容は4つの技術（①見る②話す③触れる④立つ）と5つのステップ（①出会いの準備②ケアの準備③知覚の連結④感情の固定⑤再会の約束）で構成されている人間の存在（尊厳）を主眼としています。

それぞれの項目は、一連の流れと奥深さをもって構成されています。

まず「見る」。ただご利用者の目を見て話すだけではなく、その高さ・距離・方向がポイントです。そうすることで、ご利用者もこちらを認知します。認知したら2秒以内に「話す」のです。その際に、前向きな言葉を使って、少々オーバーと思えるくらいの笑顔とアクションで優しく話します。加えてさりげなく腕の外側などを、例えば赤ちゃんを愛おしく触るかのように優しく「触れる」。ここまでで3つの技術を組み合わせています。メソッドでは、それぞれの技術を単独ではなく、2つ以上を組み合

わせて行うことで効果が高まるとしています。

その効果で認知症ご利用者の生きる世界に入り込み、より深いケアを進めることができます。

そしてステップの「出会いの準備」です。

恋人と会う時には、自分をより分かってもらいアピールするために準備をします。男性ならデートの行先や利用するお店を選び、そして一日のストーリーを想定したりします。女性なら髪をきれいにセットし、お化粧品をして、洋服を選び、靴を選びます。出会いのための準備です。

楽しい時間を一緒に過ごしたいからです。ユマニチュードも同じです。

ユマニチュードではお部屋の扉を叩くことから始まります。①3回ノック②3秒返事を待つ③再び3回ノック④再び3秒待つ⑤1回ノックをしてからお部屋に入ります。この行為によりご利用者は睡眠やまどろみから覚醒します。ここまでで覚醒が足りないときは⑥ベッドボードの足元部分を軽くノックします。(途中で覚醒している場合は、全てを行う必要はありません。)

覚醒水準を数回に分けたノックで徐々に高めて、スタッフが来たことを告げて、ご利用者の反応を待つことが重要です。このことはケアマネージャーから次のように報告があります。

「このメソッドを使用して居室訪問を行っています。常識的なことかもしれませんが、それを徹底させると、反応が劇的に変化します。」

次に「ケアの準備」に入ります。あなたに会いに来たというメッセージを「見る」「話す」技術でつなげて笑顔や優しいトーンで相手の認知機能の程度に合わせたアクションを使って話します。そしてケアに対する同意の返事を得ます。次にケアに入り「知覚の連結」「感情の固定」「再会の約束」へとメソッドの要素が細かく存在しますが、ここでは割愛いたします。

このユマニチュードに関する動画や資料などを部門長クラスに送信し、確認してもらおうと、訪問介護部門からぜひ取り組みたい。チームを作り勉強し自分たちの技術や対応を高めたいとの申し出がありました。早速チームが結成され、数回の研修実施ののち、導入を開始しました。

チームメンバーのヒヤリングでは「このメソッドですと、ご利用者が覚醒した上でケアに移れるのでご利用者は私達の行動に理解を深めています。ケアも以前とは違い、スムーズにできます。安心いただけているのか、たびたび『ありがとう』と発言されています。私たちも心と時間に余裕が生まれて、こちらの気持ちも豊かになります。」という言葉が返ってきました。

そして、チームの活動も活発になってきた夏の終わりに新たなムーブメントがありました。

チーム以外のスタッフが自発的に本とDVDで勉強をし、メンバー同様の動きを開始しています。現在ではチームメンバーの倍以上のスタッフがユマニチュードに取り組んでいます。

3 考察

メソッドの4つの技術と5つのステップで、認知症ご利用者には、今までより一層大きな安心感を持ってケアを受けていただくことができるようになりました。認知症以外の方々にも、メソッドのレベルをアジャストしながらケアをすることで、事業所では笑顔が多く溢れています。ケア自体に大きく変化が出ていることは言うまでもありません。また、「視線を合わせる」のではなく、心を合わせることで初めてその人に寄り添うことを実感できます。人として互いの理解と信頼が深まり、ご利用者の世界に入ることの重要性を改めて感じるができるのが、この「ユマニチュードメソッド」です。

新たなメソッドを導入することは、手間が増えると考えがちです。しかし、このメソッドは手間が

減るという結果が出ています。ご利用者の協力を得ることができるのでスタッフの労力が少なくなっているのです。

「ケアが必要な人を支える」ことと同時に「ケアをする人を支える」ことにもなりました。

4 おわりに

事業所運営は定量的目標が大きく、数字ばかりになりがちですが、今回のように、定性的な目標を持つことができ、今後この取り組みを他の部門で導入させるプランを現在策定中です。

サ高住が提供する安心して暮らせる住宅環境、介護環境が有れば、現在日吉本町地域で取り組んでいる認知症ケアを題材にした地域包括ケアに活かします。

そして、スタッフが疲弊せず、仕事に充実感、満足感、やりがいを感じて、共に長く働ける環境も作ることができます。これは事業所の使命でもあります。その源となったユマニチュードメソッドを今後も事業所全体に広げ、全スタッフのモチベーションアップを行い、10年後にはあと100万人の介護従事者が必要という時代に、万全の人材体制を備えたいと考えます。

介護職は「優しさ・思いやりの専門職」です。専門職はより良い技術や高い知識レベルを追及することで専門性を磨きます。ユマニチュードは専門職をより輝かせるメソッドです。

人を介護するのは人です。人としての態度が重要なのでHuman(人)+tude(態度)=Humanitude(ユマニチュード)です。

ユマニチュードは誰でも取り組めるメソッドです。今まで「私はそんなに優しくなれない…」「そんなに寄り添えない…」と悩んでいる方は、私達が取り組むメソッドに触れてください。

2つ以上の技術を組み合わせることで、劇的に介護が楽になります。しかもその方法はとてもシンプル。いつもの接し方にほんの少しのエッセンスを加えるだけです。

誰もが高齢者が好きで介護を始めたはずです。それなのに業界では日々の業務の過酷さで離職者が後を絶ちません。「こんなはずじゃなかった」「大好きで始めた仕事なのに精神的に辛い」と嘆いている現場の声は少なくありません。

ケアする側もされる側も楽しく過ごしたい。でしたらユマニチュードメソッドを取り入れて、みんなでハッピーになりましょう。どちらも何かの縁があって互いに出会っています。

人生の最後に「あなたと会えてよかった」と思ってもらえるお手伝いをしてみませんか？

「ボンジュール ユマニチュード！」

《参考文献》『ユマニチュード入門』著：本田 美和子 / イヴ・ジネスト / ロゼット・マレスコッティ
医学書院発行