

しちくほうかつ

発行 京都市紫竹地域包括支援センター TEL 495-6638
発行日 2011年 5月1日

内 容

- ・認知症の方と人として向き合う 懇談会……………1・2
- ・地域事業者交流会 訪問看護の巻……………2
- ・大宮学区地域ケア会議……………3
- ・ここにこの人ありー地域の世話人さん登場……………3・6・7
- ・あなたの身近な訪問介護特集……………4・5
- ・膝の病気ー変形性膝関節症……………6
- ・やってみましょう介護予防……………7
- ・みんなが安心して暮らせるまちづくりー北区社協……………8
- ・包括支援センタースタッフ紹介……………8

——認知症の方と人として向き合う——

認知症ケア施設職員の懇談会

認知症の方とどのように接していけばいいのか、迷ったり困ったりしたことはありませんか？今回、認知症の方のケアをしている施設の職員の懇談を行いました。その内容をお知らせするとともに、一緒に考えていく機会としたいと思います。

出席は、伏田
カフエ 雅津恵さん(デイ
サービスセンター
つるさん・かめさ
ん)・鋸屋文代さ
ん(おがや)



ん(グループホーム安らぎ)・中島直樹さん(グループホームほっこり庵)の3名で、皆さんこの道のベテランです。(以下、文中敬称略)

司会 (包括職員) 皆さんが認知症の方と接する時に日頃大切にしていることは何ですか。

伏田 まず、笑顔が基本ですね。つるかめでは「ゆっくり・一緒に・楽しく」をモットーに、目線を合わせて声かけすることを大切にしています。認知症の方は、考えていることを言葉にするのが苦手な方もおられますので、何を伝えようとしているのか考えながら聴くこともポイントです。そうすると、相手の話をよく聴けるし、共感して心からうなずくことができます。又、体調面の気遣いももちろんの事、背中をさすったり手を握ったりと笑顔の引き出しを意識し、声かけの工夫をしています。

中島 加えて、その方に「何かしてもらう」ことを意識しています。例えば、料理をする時、調理全部はできなくても「切るだけ」「まぜるだけ」「盛り付けだけ」ならできる場合があります。また、声かけすればできることもあります。一人の方が家事をすると他の方も「私も」と自然にやろうという気持ちになったりします。その中で自信になって「変化」が生まれる。だから、多少時間がかかってもやってみようことを大切にしています。

鋸屋 うちも同じですね。「洗濯物たたみ」や「台拭き」「自分の食器洗い」などを自然にやってもらえる雰囲気づくりに気を配っています。ですから、その方が「何ができ、

何が苦手か」よく見るようにしています。ただ、今の介護保険の基準では人手が不足しがちですが、寄り添いゆったり関わることを大切にしています。

司会 さすがにみなさん経験豊富ですね。その他に工夫していることはありますか。

伏田 「その日により状態が変わる」ということがあります。「昨日はできたことが今日は理解できない」ことはよくあります。その時その時のその方の状況をよく見て・感じて対応することが混乱を防ぐことにつながります。もし混乱していたら、その方に何が必要か何をしたいのかを考えます。排泄なのか、お話を聴くことか、お茶や食べ物の提供なのか、環境を変えること(隣の部屋に移動とかドライブに行くなど)なのか……色んな引き出しを持つことが役に立ちます。

鋸屋 そうですね、うちでしたら一階と二階があるので、場所を変えると落ち着く場合もあります。また、人と人との相性もありますね。その時により担当者を変えることが効果を生むこともあります。違う職員が対応すると「あんたで良かった」と涙ぐむような場面もあります。「うなずく」だけで気持ちが通じることも経験しています。

中島 グループホームの場合は24時間の生活なので密度の濃いお付き合いです。そこで、最も大切なのは“信頼関係づくり”ですね。その方のことをこちらが知っているだけでなく、「職員の私はこんな人です」というメッセージというか伝える雰囲気をつくるようにしています。言葉ではかみあわない時でもこちらの表情とか態度がやわらかだと「安心できる人」と認識してもらえ、気持ちが伝わります。

司会 認知症は「記憶が苦手」というのが中心で人としての感情はむしろ細やかで敏感と言ってもいいのかもしれないですね。ご自宅で認知症の方の介護をしておられるご家族へのメッセージなどあれば。

伏田 「型にはめる」ことは避けていただけたらと思います。部屋を汚したり簡単なことができない場合、つい「何でちゃんとできないんや」と思ってしまいますよね。四六時中だと無理もないと思いますが、そのイライラが伝わり、混乱して行動が不安定になることがあります。「病気である」ことを再度心の中で繰り返し全てを受け止め「ゆっくり」とかかわるようにころがけると意外に落ち着く場合もあります。

通い合う気持ちで、おだやかな暮らし
笑顔
まなざし
信頼関係
許容

鋸屋 いろいろご苦労も多い中で難しいでしょうが、その方の今の状態を認める・受け入れることでしょうか。受け止める気持ちが相手に伝わることを信じて接してみてもいいでしょうか。

中島 24時間介護は大変だと思います。「わかっているけどイライラする」ことが多いでしょうね。心が疲れている時に余裕は生まれません。ぜひ、「いかに休むか」を考えていただきたい。デイサービスやグループホームを含め色々なサービスを遠慮なく利用して下さい。認知症の方の世界観というか真実(その方にとっての)を受け止め、「ああ、こんなふうになっているんだネ」と楽しむくらいの余裕をもつていただけたらと思います。

司会 最後に、皆さんが大切にしていることを一言で表すとどうなりますか？

鋸屋 『まなざし』ですかね。お互いの視線を同じにして、相手を包み込む気持ちが大事だと考えています。また、高齢の方が介護者で疲れている家族の方にはグループホームを利用して時々会うような関係もお互いのために良い場合もありますよと言いたいですね。

中島 『信頼関係』ですね。「あなたは一人じゃない、私達がいるよ」と伝えたいですね。これができれば色々なことが起っても乗り越えられる気がします。

伏田 『笑顔』が基本ですね。人として共に生きていこうという心です。職員みんなで、その方を受け入れ、他の方も含め

一緒に過ごそうという気持ちを込めた心からの笑顔を大切にしたいと思います。

司会 皆さんの^{あつ}篤い思い、すばらしいと思いました。これからもよろしく願います。ありがとうございました。

小泉徳芳さん

(こぶしの里サテライト今宮デイサービスセンター)のお話

認知症ケアで大切にしていることは「許容」です。認知症の方でも様々な能力が残っておられます。その能力をいかに発揮していただくかは接する職員の「許容」の大きさに左右されます。「危ない」「心配」「もしも・・・」介護職員として当然な気持ちも大切なことです。もちろん利用者に怪我をさせてもいけません。がしかし、認知症の方は出来るのです。その「許容」の範囲をどこにおくかが事業所や職員の技量と力量だと考えています。大きく広い「許容」を持った事業所・職員を目指しています。

今回は、紙面の関係もあり限られた内容となりました。認知症について今後も地域の方々や関係事業所とも連携した取り組みを続けていきたいと考えています。また、介護しておられるご家族のご意見もぜひお寄せ下さい。

地域事業者交流会 訪問看護の巻

利用者に寄り添う 気持ちを大切に



訪問看護ステーション春うらら
野淵久仁子

大宮、待鳳、紫竹学区では、各サービス事業者が交流を深めようという目的で、2か月に1回、地域での交流会

を開いています。3月は、訪問看護が担当しました。

3月18日に、「つるさん、かめさんデイサービス」で、訪問看護師、ヘルパー、デイサービスの方、ケアマネージャー、施設の方など総勢71名の参加のもと、「医療と介護の連携を考える」というテーマで意見交換をしています。

寝たきりになった一人暮らしの方が、4か所の訪問看護、5か所の訪問介護など多くのサービスを受けながら、「自宅で暮らしたい」という強い思いを持ちながら過ごされました。そのことを紹介し、その思いを支えていくための連携には何が必要かという話し合いをしました。

大切なことは、みんなが利用者の方の意思に寄り添うことだと思います。そして、各サービス事業者が、顔を合わせ、話をして、お互いを知り、意見を言い合えるようになり、信頼関係を作っこそ、良い連携ができるのではないのでしょうか！ 良い連携ができれば、よりよいサポートにつながるのを感じました。

これからも、日々、交流をもち、この地域に良いケアチームをつくり、地域の方が安心して暮らせるようにサポートできるように、努力していきたいと思っています。



大宮学区地域ケア会議で地域の支えあいを話し合う

大宮学区の第8回「地域ケア会議」を2月24日に西賀茂コミュニティーホールで開催し、10名が参加しました。「地域ケア会議」ではこの間「安心安全の町づくり」の取り組みとあわせて「認知症高齢者」に関して学習会を積み重ねてきました。

今回はこの間、紫竹地域包括が関わりを持った事例の議論を行いました



た。認知症が急速に進行し、生活に支障が出て、周囲の方から連絡をいただいたケースでした。病院にもかからず、一方では「浄水器」の訪問販売で多額の被害を受けていたことも明らかになってきました。

「地域ケア会議」では2つのグループに分かれて議論。どのように地域で連携をとるか。民生委員・老人福祉員・町内や隣組などの連携の在り方など活発な議論が展開されました。グループで関係図も作成。どういう対応が必要かを話し合いました。

「地域の結びつき」の薄さが叫ばれる世の中。でも今回の地震でも見られたようにまずは地域の結びつき・見守りが大切であり、訪問販売など悪質な被害にあわないための啓発とあわせて、地域のネットワーク・結びつきを強めることが大切です。



包括職員が訪問しお話を聴くシリーズ

ここにこの人あり 地域の世話役さん登場

ありがとう、人の輪 広げたい、笑顔の輪

磯村 美奈子(いそむら みなこ)さん
(民生児童委員:紫竹学区、下園生町)

寒い冬でもぽかぽかと心が温まるような、柔らかい空気が流れる中、たんぽぽのような笑顔の磯村さんに、18年間の民生委員の経験について話していただきました。(「私がお話しすることなんて」とのことでしたが、無理を言いお伺いしました)

18年前に民生委員を依頼され「何か人の役に立てたら」という思いから、引き受けられ、敬老乗車証や生活福祉資金の配布などから地域の人々との関わりが始まりました。当時、敬老乗車証の配布のため70歳以上の方を全軒訪問しており、家の中まで入れてもらっていました。

ある時「お〜い」と奥から声がし、寝たきりの方が「お守りやし欲しいんや」「歩けるようになったらバスを使うんや」と、そんな方もいました。しかし、最近では敬老乗車証の配布がなくなり、訪問のきっかけが減ったり顔を見て話すことができにくいとも感じています。それでも「電話では『元気よ』と嘘がつけるでしょ。なるべく顔を見るよう

にしています」と。

一方、独居の方などは「待ってたえ」と言い、たつぷりと話を聴いて「お顔見て、お知恵もらって」「あ〜よかった」と元気ももらって帰ります。入院をされたときにはお見舞いや米寿のお祝いを、遠方の病院まで届けに行かれたこともあります。生活保護を受け、気になる方の訪問もしています。

磯村さんは、島根県から京都に嫁いで来て、見知らぬ土地で生きる知恵・料理・風習・生き様から死に方まで、全て地域に教えてもらったと言います。地域への感謝の気持ちをたくさん語って下さいました。そして、「私、幸せです」と。

磯村さんは、民生委員6期目を迎え、昨年厚生労働省から表彰されました。長期間続けられた「力」の源は、「人の輪」とご家族の支えでした。民生委員と老人福祉員がとても良い輪で、さらに児童館も一緒に協力できているとのこと。磯村さんの周りには、紫竹学区の笑顔の輪が、強く優しくどんどん広がっていく気がして元気を頂くことができました。

ここには載せられない、語りつくせないたくさんの出来事があった、磯村さんの今がある。そんな気がして、この出会いを大切にしていきたいなと思いました。(村上記)

