

第9回ようざん認知症介護事例発表会

通所系



群馬県のマスコット「ぐんまちゃん」28-100459

平成29年6月20日

「おとーさーん！！」～ A 様とご主人の為にできる事～	スーパーデイようざん貝沢P.1
いつまでも A 様らしく	スーパーデイようざん小埜P.6
「サンキューベリーマッチ」A 様の心の声	スーパーデイようざんP.9
「あのね、ひとごとじゃないんだよ」	デイサービスようざん並榎P.13
「自分らしくありつづけること」	スーパーデイようざん栗崎P.17
A様の活気を取り戻す	デイサービスぽからP.22
『笑える』幸せ	スーパーデイようざん双葉P.25
「人生いろいろだね。貰った2度目の人生、もうちょっとがんばるよ！」	スーパーデイようざん石原P.29
「ありがとうを言うのは、あたしだよ」～入浴を通しての信頼関係の再構築～	スーパーデイようざん飯塚第二P.32

「おとーさーん！！」

～ A 様とご主人の為にできる事～

スーパーデイようざん貝沢
寺澤郁子

【はじめに】

皆さんはもし自分のご家族が認知症になったらどうするかを考えた事がありますか？きっと色々な介護サービスを活用し、出来る限り今の生活を続けられるように努力する方が多いのではないのでしょうか。もちろん、やむを得なく施設への入所を考える方もいるでしょう。

今回報告する A 様は、利用当初ご主人から『歩けなくなったら施設に入らなきゃだよ…』と言われていました。しかし利用開始から約3か月後、体調不良にて寝て過ごす日々を一週間送った結果、急速に認知症状が進んでしまい歩行もおぼつかなくなっていました。主介護者であるご主人は『歩けなくなったら施設へ』と話されていましたが、A 様がこれからも在宅で暮らしていけるように、またご主人の介護負担軽減のために私たちは何ができるのかを考え、取り組んだ過程を報告します。

【本人紹介】

氏名：A様

年齢：81歳 女性

介護度：5

既往歴：アルツハイマー型認知症

【利用の経緯】

長年主婦をして夫と共に長男と次男を育て上げる。

H22 年頃から認知症状が出始める。

長男夫婦と同居するも、共働きにて忙しく、介護支援は殆ど得られないので、夫の終日の介護で何とか生活出来ている。

H27 年9月14日あんしんセンター職員が自宅訪問し、介護保険申請を勧めるが、「妻は他人の関与を嫌う性質」とのことで見送る。しかし、最近尿・便失禁が常態化して負担が重くなったので、介護申請して介護サービスを利用したいとのことで、H27年11月10日より SD 貝沢を利用となる。

【課題】

ご本人の体調不良をきっかけに、利用当初と明らかに様子が変わってしまった。デイ・ご自宅共に食事の自力摂取が難しくなってしまった。また歩行困難な様子が見られる。

自宅ではご主人が殆ど一人で A 様の介護をしている為、大変そうである。

【A 様の様子の比較】

	利用当初の様子	体調不良後の様子
食事面	他者と同様の食器を使い、お箸で上手に食べる事が出来る。時々他者を気にしてしまい、食事に集中出来ない時がある。 介助は必要なし。	他者と同じようにお皿を分けて提供すると、自力摂取があまり出来ず介助が必要な状態。箸を持つ手が定まらず、使いづらそう。手づかみで食べようとする事も増えた。また、食べづらさから食事摂取量も減ってしまった。 男性利用者を自分の『ご主人』と勘違いし、気が散ってしまい食事に集中出来ない。
排泄面	尿意があり、ご自身でトイレに行く事ができている。布下着を使用し、失禁もあまりない。 自宅では自分でトイレに行っていた。	日中の失禁はさほど見られないが、常時布下着を使用していた為、自宅での失禁による汚染が増えてしまった。 尿意があまりない為定時誘導を行う。タイミングが合えばトイレでの排尿が見られる。
入浴面	拒否はあるが、着脱・洗身は声掛けや介助をしながらご自身で行う事が出来、意欲が見られた。自力歩行が可能な為、手引き介助にて一人介助でも入浴することが出来る。「気持ち良かった」との言葉もある。 自宅でも時々入浴しているとの事。	意欲が無くなってしまい、動作の一つ一つに「ヤダ」「痛い」などの発言が多くなり、大声で悲鳴を上げる事もある。 恐怖心からか、移動途中でしゃがみ込んでしまい立てなくなることが増えた。
歩行	自力歩行が出来る。 自分の意思で立ち上がり、ホール内を徘徊することがある。	足を引きずりながら歩く様子が見られ、痛みの訴えもある。突然座り込んでしまうこともあるが歩行はどうか出来ている。
認知症状	失語はあるが、他者と会話はそれなりに成り立つ。 職員に対し、「ありがとう」と自分の意思を伝える事が出来る。	失語があり、他者とのコミュニケーションが難しい。他者から何を言ってるかわからないと言われてしまう。 特定の男性利用者をご主人と思い込んでいる様子があり、依存が強い。「お父さーん」と呼んだりついて歩こうとする。

【取り組み】

食事面

普通のご飯茶碗にご飯を盛ると上手く食べられないので、お箸(またはスプーン)で掴みやすいように、米飯を一口大の俵型にする。

おかず・米飯を全てプレート皿にのせて提供する。

左利きの為、左手でスプーンを持って食べて頂く。お箸は使える時もある為一緒につける。

食事に集中して頂くため、依存している男性利用者と離れた席に座って頂く。

排泄面

定時誘導を行う。歩行・立位が不安定な時は二人介助。

自宅での汚染を減らす為、ご主人にリハビリパンツの使用を勧める。

ご自宅でのトイレ誘導が困難な場合はデイ職員が手伝う。

入浴面

脱衣所から浴室までの移動時は歩行が不安定で転倒の危険がある為、車椅子を使用して移動してもらおう。

シャワーのお湯に驚き、急にシャワーチェアから立ち上がってしまうことがあったので危険防止の為、必要に応じて2人対応で入浴を行う。

歩行

歩行が不安定な時は二人介助にて支える。歩く意思がみられる時は歩行できる事がある為、意欲を出してもらえるような声掛けを行う。

下肢筋力維持の為の運動を促すが思う様に指示が伝わらない。手すりにつかまっていれば立っている事が出来るので立位保持を下肢筋力維持の運動として機能訓練を行う。

認知症状

特定の男性利用者に対して強い依存が見られ、その方を「お父さん」と呼び追いかけてしようとしてしまう為、食事中以外はなるべくその方と行動を共にする。

口調の強い他利用者との交流をなるべく控える。

【取り組みの結果】

食事面	お箸よりスプーンの方が使い易そうなので、利き手である左手にスプーンを持つと上手に使う事ができる。 男性利用者と席を離すようにしていくと、落ち着いて食事に集中できる事日が増えた。 食事摂取量が安定した為、体重が増え始めた。
排泄面	リハパンに変更してからは自宅での汚染は少なくなった。 尿意は殆ど無さそうだが、定時誘導する事で腹圧により排尿や排便がみられることもある。 自宅での排泄介助を手伝うようにしたことで、ご主人の負担を若干減らす事が出来た。
入浴面	脱衣所から浴室までの移動に車椅子を使用する事により、安全に移動する事が出来た。 そのため、恐怖心が緩和されたせいか、浴室内で興奮して大きな声で叫んだりご主人を呼ぶ姿はあまり見られなくなった。
歩行	膝の変形も見られ歩くことが困難な様子だが、足の運びの良い日はホール内を歩くことが出来る。 その日その日の身体状況を見ながら、歩行がおぼつかない日は車椅子を使用する。
認知症状	男性利用者が常に A 様のそばにいる事で、落ち着いて過ごすことが出来るようになった。 口調の強い利用者との席を離す事で、興奮を抑える事ができた。

【現在の様子】

歩行はその日の調子によって左右されるため、排泄や入浴は二人介助で行う事が増えているが、ご利用当初に多かった徘徊は減っている。食事も本人にとって食べやすい形態や、環境を整える事で自力摂取する事が出来るようになり、体重を維持・増加する事が出来ている。
そんな最中、ご主人自身が坐骨神経痛により A 様の介護をする事が難しく、デイの準備をする事が出来ないので1週間デイを休ませたいとの連絡が入る。

1週間デイを休む = 1週間入浴出来ない = また状態が悪化する?!

【ご主人様の介護負担軽減のための取り組み】

A 様のご自宅は玄関の外に2段の階段があり、玄関の中にも段差が1段あるので、歩行がおぼつかない A 様にとって、また A 様の歩行を介助するご主人にとってもかなりの難関でした。
坐骨神経痛を悪化させないため、なるべくご主人の手を借りなくて済むように車椅子のレンタルとスロープのレンタルを勧めました。初めはあまり乗り気ではない様子でしたが、いざ数日間お試しレンタルを行うと、その便利さを実感したようで「便利ですね」「車椅子だと中まで入ってもらえるから楽なんだよね」との本音を聞く事が出来ました。

【まとめ】

ご主人は職員の介入をあまり希望せず、何でも自分でやろうとしていました。しかし、奥様の認知症状が進み出来ない事が増えた為、迎えの際に職員に頼るようになりました。

私達が手伝ってあげられることはごくわずかですが、ご主人の「なるべく自分だけでどうにかしたい」という気持ちを尊重しつつ、A様とご主人の両者に一番ベストなケアを提供して行きたいと思えます。

いつまでも A 様らしく

スーパーデイようざん小埜

青木純江 小池吉範

◆はじめに

一般的に認知症は、若い人ほど進行速度が速いと言われる。若年性認知症になると仕事などが続けていけなくなる経済的問題や、認知度が低いために周囲に理解されにくいという問題がある。

これから取り上げる A 様は若くして認知症を発症した。利用 1 年を過ぎた短い間で、様々な課題が見えてきた。認知症の進行、排せつの問題、そして体重増加である。

スーパーデイようざん小埜では、どのような取り組みをしたか。以下にそれを述べる。

◆事例対象者

利用者様:A 様(要介護3) 長谷川氏:12 点

生年月日:昭和 24 年 4 月 26 日

既往歴 :大腸ポリープ、子宮筋腫、心疾患 脳梗塞、アルツハイマー病

生活歴 :A 県生まれ。お父様が戦死され、母子寮で幼少期を過ごされる。成長され、医療事務として勤務されている時にご主人と出会う。若い頃から働きもので、結婚してからもクリーニング業やお弁当工場など掛け持ちで仕事をされていた。ご主人と一緒にボーイスカウト活動なども盛んに行い、2 年間ほどデンマザー(カブ隊のお母さん役)として子どもたちの面倒を見てきた。何度か大病されてからも仕事を続けてきたが、脳梗塞をされてからは自宅で過ごすようになった。そのころから認知症を発症し、買い物に行くと大量に物を買ってしまったり、財布を忘れてきたり、自宅に帰れなくなったりすることがあった。また、訪問販売により、高額の物を契約してしまうことがあった。ご家族が仕事で留守の間一人にはしておけないということで、スーパーデイようざん小埜を利用されることになった。

◆第 1 課題(認知症の進行)

利用当初はみそ汁の具材切りなどの家事援助ができた。認知症の進行が急速に進み、お一人ではできることが少なくなってしまった。

ジグソーパズル…集中力が途切れたり、ピースをティッシュケースに入れたりする。

カルタ…札を多く取るが、また元に戻す。

塗り絵…途中でやめてしまったり、二つ折りにされてポケットに入れたりされる。

タオルたたみ…声かけをするが、説明したとおりにできず三つ折りにする。

顔つきが陰しくなることが多くなり、他利用者のちょっとした言動に机をたたいて怒ることがあった。

ご家族が連絡帳に自宅での生活の様子を教えて下さり、それを見ると認知症の進行がうかがえる。

- ・「10～20 分間鏡に向かって話しかけている」(H25.12.7)
- ・「夜中に起きだして電気をつけずにコタツに入っていることが多くある」(H25.12.25)。
- ・「今朝急に認知症が進んだようだった。便失禁しているのにしていないと言ったり、汚れたりリハビリパンツをしまい込んだりする」(H26.2.18)
- ・「最近大便の粗相が目立ちます。トイレのウォシュレットの使い方も分からなく来ているようです」(H26.4.26)。
- ・「昨日妻が徘徊して何とか帰ってきたんですが、右足の靴の踵に埋まっている GPS が作動していなかった」(H26.8.29)
- ・「連絡帳をどこかにしまい込んでしまう」(H26.9.18)。
- ・「最近着替えができません。全て私が見てないと着替えができません」(H26.10.7)
- ・「今日も上着を着たり脱いだりして、下着の上に直にコートを着たりして…。見てないと何もできないよね」(H26.12.12)
- ・「昨日はみそ汁の鍋火をつけっぱなしで真っ黒こげにしたんです」(H27.1.28)
- ・「今日はいつもより悪くてダメ。わからなくて」(H27.3.4)
- ・「最近、自宅でも怒ることが多くなった。夜間は 1 時間おきに起きてトイレに行くのに朝、リハビリパンツから下着まで尿で濡れてしまっている」(H27.3.4)
- ・「今朝起きた時布団が尿でびしょびしょでした。夜はトイレに行かなくなりました。防水パンツを使用してからだと思います」(H27. 4.28)

そこで、A 様のできるところは褒め、できないところは自尊心を傷つけないように支援し、レクリエーションや生活リハビリなどを行った。昔とても働き者だったことを受け、A 様ができる生活リハビリをお願いできるようにした。お一人で行くと作業が止まってしまうので、相性の合う利用者様と共同で作業できる環境を整えたり、職員も一緒に行って A 様らしさを失わないようなケアに努めたりした。認知症の進行は止めることはできないが、そのスピードを弱めることはできると信じて A 様のケアに当たっている。

◆第 2 課題(排せつ)

A 様の認知症の進行に伴い、排せつ面に問題が出ている。

利用当初は尿意もありご自分でトイレまで行くことができた。認知症の進行により、パンツの中にトイレットペーパーや異物が入っていたり、トイレがどこにあるか分からなくなったり、トイレでの一連動作が分からなくなったりしてきた。

排せつへの取り組みとして、職員が本人のトイレの一連動作の声かけや見守りを行っている。スーパーデイようざん小埜が使用している排せつチェック表を基に、A 様の排せつリズムを確認している。それを踏まえて、来所時、入浴前、昼食後、おやつ後、帰る前に見守りを行い、ご家族にも連絡帳にて排せつ回数を報告している。特に防水パンツを使用してからは、尿意をあまり訴えなくなったとご家族から報告があったので、デイ利用中は外している。トイレの場所はわからないが、尿意があると立ち上がるのでトイレまで誘導している。

また、お帰りになる1時間前には失禁防止トレーニングを行っている。排せつのことなどでデイであつたことをご家族にも伝え、情報を共有している。

◆第3課題(体重増加)

まず、A様は1年4か月間で体重が15キロ増加した。利用されてから毎月1キロ増えている状態である。体重増加には足への負担、心臓への負担となる。トイレでの後始末においても、体重増加のためにかがむなどの動作に支障が出てきている。このままでは認知症の進行などのリスクが生じるので、A様の体重増加に対して以下の取り組みを行った。

①毎日の体重を測定する。

A様はほぼ毎日利用される。そこで今年の4月より毎日体重を図り、A様の体重を可視化できるようにした。なるべく昼食前に測定し、日々の体重の変動を職員全体が理解できるようにした。

②運動を増やす。

また、体重減少のために運動量を増やした。A様は17:00過ぎまでご利用される。スーパーデiyようざん小埜ではほとんどの利用者様がお帰りになるため、玄関のほうに不安そうに行かれたり、表情が陰しくなることがあったり、ティッシュケースに物を入れたりする動作が見られる。そのため、お帰りになるまで、施設の周りの畑道を職員と一緒にあるくことを心掛けた。「歩くことは好きなのよー」とおっしゃるA様だが、100メートルぐらい歩くと背中をポンポン叩き「腰が痛くなっちゃって」と言われる。1か月以上経過してくると歩くスピードも上昇し、腰をたたくまでの距離が次第に伸びていった。また持久力もわずかながら上昇されてきた。

なかなか体重減少の結果には結びつかないが、毎月着実に増えていたA様の体重の増加の傾きは若干緩やかになっていった。この活動は継続していき、体重増加に歯止めをかけていきたい。

◆終わりに

A様は、認知症の初期から中期に移行している。それは現在と過去の区別がつかなくなり、近い時期の記憶から失われる。また徘徊や、もともとの目的を忘れてしまい外で混乱してしまうといったことが起こる。尿意や便意が分からず、失禁が目立ちようになる。

症状が軽度の段階の認知症であれば、薬物療法や生活指導、リハビリテーションといった適切な治療を行うことで認知症の進行を防いだり遅らせたりすることができる場合がある。しかし、認知症の進行が急速であるA様には、効果があるかどうかはわからないが、約2か月間全職員が協力してこの取り組みを行ってきたことによりわずかずつだが、A様の行動に良い変化がみえてきた。

いつも柔らかな笑顔で「ここはいいところですね～」と言われたり、要介護度の重い方に対して他利用者様が心無いことを言われたりするときは「そんなこと言うもんじゃないでしょ」とデンマザーのように注意される。A様の良いところや生活歴から踏まえた可能性を生かしてこの取り組みを続けていき、在宅生活が継続できるように支援をしていきたい。

「サンキューベリーマッチ」

A 様の心の声

スーパーデイようざん

大澤 唯・高橋哲也

【はじめに】

「サンキュー ベリー マッチ！！」

A 様の口癖です。なぜこの言葉が口癖なのかは分かりませんでした。

いつもニコニコで人当たりが良く優しい A 様が転倒し骨折、生活が逆転してしまった日常そして A 様に寄り添い、A 様を知り、もう 1 度 A 様が A 様らしく過ごせる日々を取り戻す為に取り組んだケア、A 様との信頼関係の中見えてきた「サンキューベリーマッチ！！」の意味。そして奥様と協力し A 様にとって最適なケアを考え、取り組んだ事例を紹介致します。

【対象者紹介】

対象者:A さん 男性 85 歳 介護度 3

既往歴:H23 年一硬膜下血腫、アルツハイマー型認知症

H24 年一食欲不振より体重が減少となる。

家族構成:娘が二人いるが結婚しており、妻と 2 人暮らし

生活歴:高崎市新紺屋町に生まれ、県内の高校を卒業後、都内の大学へ進学。大学卒業後は日本橋の紙問屋に就職したが、数年後実家のある高崎市に戻り、実家の手伝い(家作管理)を行っていた。温厚な性格で誰にでも優しく人付き合いが上手であった。20 代で結婚し二女を授かる。本人が温厚な性格の為家族仲も良く現在も良い関係が築けている。妻は管理栄養士の資格を持ち食事面で夫を支えている。介護にも協力的で一緒にドライブや散歩、食事に出掛けている。H23 年にアルツハイマー型認知症と診断され、徘徊、短期記憶などがあり。H26 年 8 月 4 日からスーパーデイ利用開始となりました。

【利用当初の様子】

・家族より認知症の進行を受け止め、いつまでも家で一緒に過ごしたい。仕事で外出している時はデイサービスに行き、楽しんでほしいと利用を始まりました。

- ・H26年8月4日からスーパーデイを利用開始し、毎週2回の利用からスタート。
 - ・元気よく来苑され、初日からニコニコされ場に馴染みテンション高く過ごされました。
 - ・来苑に対する拒否も見られずスムーズに利用開始となり、笑顔で過ごされ、トイレ誘導の拒否もありませんでした。
 - ・涙もろく、小学生殺害のニュースや原爆の話を読むと「可哀想だなあ・・・」と涙を流したり、夕方に男性利用者が帰宅される時にお見送りをすると職員と一緒に玄関まで行き「お父さん、気を付けるんだよ」と優しく声を掛けて下さったりとても優しいA様。
 - ・しかし、体操を職員と同じ事が出来なかったり、トイレ誘導し座っていただくよう声掛けをしても、「ここに座るんだっけ？」と理解できない事もありました。
- 利用開始から5カ月程経つと少しずつ気分の波が激しくなり、職員が常に声掛けをし、個別の対応。歌の時間などは笑顔いっぱい過ごされるが、口調が強くなったり少し指摘されると怒り出したりする事もありました。1日を通しては笑顔の時間も多く、本人の中で「楽しい場所」「自分の居場所」として感じていただけたのか休みでもスーパーデイようざんに行く事を奥様にも話されるほどでした。ご家族の希望もあり週2回から3回に利用も追加され、継続利用に繋がっていました。

《ご家族からの電話》

H28年3月16日午前のレクリエーションでホールが盛り上がっていた頃、1本お電話がようざんに鳴り響きました。電話の相手はA様の奥様でした。「遠出をされていて、サービスエリアで転んでしまいました。病院に搬送されましたので、落ち着いたら電話します。」と緊迫している奥様の電話でした。後日検査の結果が出たと奥様から電話があり『右大腿骨骨折』そして『もうスーパーデイようざんは利用出来ないと思う』と力のない奥様の声でした。

その後病院に入院→老健に移動。定期的に電話で話をしていた奥様とも連絡をする回数は減りもしかしたらもう戻って来れないかもしれないと私達も思い始めた頃、A様の奥様とケアマネージャーさんから電話がありました。「老健でA様の良さ、人間らしさがなくなってきている。ずっとあそこにいたらもっと悪くなってしまう。こんな旦那を見ていられないと奥様から連絡があり、在宅でもう1度チャレンジしたいという強い気迫が出て来ている。その為にはスーパーデイようざんさんに協力をしていただかないとダメなんです！手伝っていただけますか？という内容でした。所長高橋は二つ返事で「もちろん、何かお手伝いが出来ればやらせて下さい！」と待ちに待ったA様のご利用を職員一同喜びました。そして約7ヵ月ぶりの10月6日、スーパーデイようざんにA様が帰ってきました。

【再利用で見えてきたケア課題】

1. 右大腿骨骨折の為、右大腿骨にボルトが2本入っているが、自立歩行出来ている。
しかし何を訴えたいのか、何をしたいのか室内でウロウロしている事が多くなった。
2. 以前から怒りが出る事も数回あったが、その回数は明らかに多くなってきている。

原因は分からず急にスイッチが入る。

3. 便秘気味になりご家族とどのように情報を共有していくか、便秘を解消するにはどのようなケアが良いのかと最適なケアがなかなか見つからない。

【取り組み】

1. A様は何をしたいのか、どうしたいのか A様の心の気持ちを探る

心の気持ちを探ると言ってもA様がどうに思っているのかは本人しか分からない事もあり、まずはA様について職員間でカンファレンスを行いました。色々な案が出ましたが一番多く挙がったのはA様を知る事でした。奥様から情報をいただく事はもちろんA様と共に過ごす時間を多くし、信頼関係を築いていく事も知る事の1つだと考え実施していく事が決まりました。⇒私たちの知らない空白の7ヵ月をまずは奥様から詳しく聞きました。入院先の病院では車いす生活で自分の思い通りにならない日々。表情は日に日に暗くなり、笑顔を見る事もなかったとの事でした。老健に移動してからは奥様と一緒にリハビリに努め、歩けるようになりました。歩けるようになったのは良かったがウロウロと徘徊が見られ、強制的に椅子に座らせられていたとの事でした。スーパーデイでの取り組みではウロウロとされる前から個別での対応を職員が入れ替わり行いました。するとA様が不穏になりウロウロとされる前に「困ったなあどうしたら良いのかなあ～分からないなあ」と小さい声で言うようになってから行動に移す事が分かりました。7ヵ月自宅に帰れず不安な日々、自分がどうしたら良いのか、どうすれば良いのか困っていてもどうにもならない日々が人と人との信頼関係を壊してしまったのだと感じました。A様に必要だったのは信頼出来る人、優しく言葉を掛けて自分が次にどうしたら良いのか導いてくれる人だったのです。

2. どの状況、どのタイミングで怒ってしまうのかパターンの把握

怒ってしまう時をその都度記録に残し、情報を集めてみると怒るパターンが見えてきました。

1. 頭の体操など出来ない事を続ける。
2. 利用者様に少しでも指摘される。
3. 何分か誰も声掛けをしなかった時。
4. ゲームレクリエーションの内容が理解できず上手く参加出来ない時
5. 便秘で排便が何日か無い時。

個別で対応する時間が増え、1番～4番については怒る前に対応、私達のケアの見直しで怒る事を減らす事が出来ました。5番の便秘の件については取り組みの3番と重なる部分であり、私達だけではなくご家族にも協力していただき解決していく事となりました。

3. 奥様と連絡ノートを活用した排便コントロール

怒りのパターンの中に便秘の際に怒りやすいと言う事が確認出来、奥様に報告し連絡ノートの中で奥様(自宅)と私達(スーパーデイ)での排便チェック表の情報交換が始まりました。また奥様は管理栄養士の為、ようざんの献立表を渡し自宅での食事の管理を徹底して下さいま

した。そして奥様が強く要望し、私たちとの合言葉が「薬などを飲まずに排便が出来るように！」と言う言葉でした。ようざんでは天気の悪い日以外では散歩に出掛け、体を動かす機会を以前よりも多く増やしました。自宅では奥様と近くの公園で朝食前に散歩、近くの大型ショッピングセンターでの散歩を目的にしたお出掛けと奥様の大きな協力により排便コントロールも安定し、便秘からの怒りが出る日が私達も把握出来るようになり、A様の怒りが出る前にお手洗いに誘え、安心して過ごせる機会が増えました。快便で身体の調子も良く、体操やレクでも笑顔が多くA様らしさが見られるようになってきました。入院前の口癖であった「サンキューベリーマッチ！！」も毎日聞かれるようになりました。また好きな歌の時間には以前18番であったオリジナルの踊りも見られるようになり、A様の本来の姿がそこにありました。もちろん奥様とは現在も排便コントロールの情報交換をしています。

今後のケア

- ・現在A様は週4回～5回に利用回数が増えています。本人の表情も良く毎日行くのを楽しみにしていると奥様から聞いています。
- ・私達に出来る事は体を動かし身体機能の維持、向上と共に排便を促す為の散歩、運動。
- ・今まで通り奥様と協力してA様に合った排便コントロール。
- ・個別対応で築けたA様との信頼関係を壊さないよう、孤立することなく隣に職員が付き寄り添い、他利用者様と交流を図っていく。また他者から指摘されたりトラブルにならないようにする。
- ・職員がA様、奥様から信頼出来る人、優しく言葉を掛けて自分が次にどうしたら良いのか導いてくれる人になれるよう空白の7カ月の事を忘れずケアを行っていく事。

【考察・最後に】

今回の取り組みを開始してから、A様だけではなく利用者様一人一人の事を知る事の大切さを改めて感じました。そしてその方の気持ちを理解出来るようになる事も「共に過ごす時間」で補える事が分かりました。

《個別対応》 《便秘の改善》 《その方を知る、生活を知る事》

この3つが今回キーワードでした。A様に寄り添い共に過ごして来た時間は現在に活かされ、スーパーデイようざんに来ると「楽しいなあ～良いなあ～嬉しいなあ」と口癖のように言われます。また職員との会話の中では「この人は良い人なんだよ！本当に良い人！」と職員を褒めて下さいます。そして職員が何かお手伝いをすると「サンキューベリーマッチ」と言葉を返して下さいます。まだ課題はあるかもしれませんが、A様にとってスーパーデイようざんは楽しい場所、自分の居場所、そして自分が自分で居られる場所になって来ているのではないのでしょうか。

今日もA様の笑顔、笑い声、歌、踊りと全ての中心にはA様がいます。

そして、ありがとうと言う意味の「サンキューベリーマッチ！！」が聞こえています。

「あのね、ひとつとじゃないんだよ」

デイサービスようざん並榎

吉田 将則

【はじめに】

デイサービスは介護度も認知症の進行状態も違い、また目的も異なる地域の利用者様が通っております。

そんな中、残念なことですが、認知症でない方が認知症の方を「バカにしたり」「攻撃したりする」場面を見かける時があります。そんな時は急いで職員が間に入り上手に対応を行なっています。勿論認知症という言葉は使わずに傾聴、共感の姿勢で対応しています。

私達介護職は、認知症の方の個別対応は勿論重要ですが、デイサービスの利用者の状態を「地域」の縮図と捉えて、認知症利用者様を温かく見守る為には職員だけではなく、周りの利用者様にも認知症の理解を深めていただくことは重要な事ではないかと考えました。利用者様に特に何かをして下さいという事ではなく、認知症の方の言動を温かく見守って過ごしくなる為の取り組みとして「地域包括ケアシステム」の実践のヒントになると思い、ここに取り組んだ事例を報告致します。

【事例対象者紹介】

氏名:A様 年齢:84歳 性別:女性

要介護度:要介護3 アルツハイマー型認知症

・異食・暴言・常に妄想あり

★異食・暴言があり、他事業所のデイサービスは利用拒否されるほど攻撃的でした。(ケアマネより)

☆現在では、笑顔で他利用者に「ありがとね～」と声を掛ける姿が多くみられます。

【デイサービス利用に至った経緯】

A様は夫と娘(三女)の3人暮らし。次女は他界し長女は他県に住んでおり介護に協力は得られないため、三女が一人で両親を介護してきました。三女が結婚し県外に住むようになりましたが両親の介護のため毎日の様に自宅と実家を往復されていました。

A様が平成27年8月頃～急に食欲低下し、デイサービスも休まれるように、自宅にて訪問看護・医師の往診をお願いしながら過ごしていました。点滴にて9月中旬～A様の体調が良くなってきましたが、逆に認知症状が進み、何でも食べてしまい全く目が離せない状態でした。ご家族の介護軽減のため平成28年1月25日から利用開始となりました。

【利用当初の様子と課題】

・送迎でお迎えに伺うと「何～やだよ！いかね～よ！」と来所拒否が度々みられ、拒否が強く連れ

出し困難で利用を休まれる日もありました。

- ・他者に対して「やめな！」「うるさいよ！」と強い口調での発言がみられ他利用者様と口論してしまう事が度々ありました。

体操やレクリエーション中は、他利用者様と違うことをして攻撃されてしまいます。

- ・見えないものを手に取って集める姿が見られ、他利用者様から不快な目で見られる事がありました。

【来所拒否】

- ・職員が個別で対応できるように送迎を組んで対応しました。拒否が強く連れ出し困難の時は、少し時間を空けてから別の職員が行き試みました。

来所を重ねるごとに青い制服＝「ようざん」と印象づけられたのか、来所拒否もみられなくなり、現在では「いつも悪いんね～」と感謝の言葉をおっしゃりデイサービスに着くまでの車中も陽気におしゃべりをされるようになりました。

【他者に対して攻撃的な発言への取りくみ】

他者に対して「うるさい！」「やめな！」「だめだよ！」など口調強く突然話しかける為、相手も困惑しトラブルになってしまうことがありました。

きつこうした発言にもA様なりの理由があるのだろう・・・A様の気持ちを尊重し、A様が穏やかに過ごせるようにするべく、A様の様子を観察し整理していきました。

【ある日のレクリエーション中】

突然A様が「やめなよ！」と険しい顔で大声を出しました。他の利用者様も困惑している様子があったため、他利用者様との距離をとり職員が傾聴したところ、A様の発言の理由などが見えてきました。

その日は足を使っただけのゲームだったのですが、A様の発言がみられた時にゲームへ参加されていた方は車いすの方でした。傾聴の中で「やめさせな！」「かわいそうじゃない！」との言葉が聴かれるなど、どうやら「やめな！」とは、車いすの方が無理をしているのではないかとこの優しい気遣いからくる発言で「大丈夫？」と心配しての意味だったと分かりました。★他の言動も周囲の方への気遣いからの注意のようなものでした。

【職員の対応】

対応は全て敬語で笑顔での対応を心掛けました。高学歴なA様は以前言葉が丁寧できちんとされていたそうです。A様なりの気遣いがあることを読み取り、A様の言動に対して「ありがとうございます！」「いつもすみません、助かります。」など感謝の言葉を掛けるようにし、他利用者への言動も職員が間に入りA様の気遣いが伝わるようにフォローするように対応を徹底しました。

見えないものを手に集めている時は、そっとゴミ箱を持っていき「ここに捨てて大丈夫ですよ」と言うと「ありがとね」と手の中の物をゴミ箱に入れてくれます。

【A様の言動に変化が・・・】

表情が柔らかくなり、笑顔で職員に対し「ありがとね～」「お願いね」「お上手！」など感謝や相手を褒めるプラスの言葉が多くなりました。他利用者に対しても笑顔で積極的に自ら声を掛けて気遣う姿もみられるようになりました。まだ時折、不穏になりマンツーマン対応が必要な時もありますが、ホールで他利用者様と一緒に過ごし、レクや体操でも輪の中に入り笑顔で参加できる状態にまで至りました。

【認知症の理解に向けて】

認知症であっても、笑顔と優しさに溢れるA様。そんなA様が苑内でさらに輝けるにはどうしたらよいか？

これは認知症の方が住みよい地域にも繋がるのではと考え、職員間で意見を募り考えていきました。

- ①A様の優しさを他利用者様にも知って頂きたい
→認知症の理解の為、認知症についてのクイズや劇を行う
問題：自信喪失してしまう方が出てきてしまうかもしれない
- ②利用者様間でも優しい声掛けがある環境にしたい
→朝の挨拶の中で優しい声掛けを推進する標語を取り入れる
問題：意識してくださる方がどれほどいるか
- ③A様の手続き記憶を活用して、他利用者様にA様を認めてもらいたい
→A様が昔やっていた習い事や得意なことを見つけ披露してもらう
問題：A様だけでなく周りの方も参加できるものでなければならない

【認知症の理解の為の取りくみ】

【取りくみ①】

認知症クイズ

体操やレクリエーション前に認知症についての〇×クイズを行いました。

結果：認知症の方の自信喪失に繋がるのではとの心配がありましたが、むしろ気を付けて予防をしようとデュアルタスクへの意欲がみられました。

認知症の寸劇

認知症の方にみられる記憶障害・物忘れ・物盗られ妄想を寸劇で再現し、どのような声掛けをすれば認知症の方が安心できるかを説明しました。

結果：認知症の方を傷つけず尚且つ楽しめる様にコメディ調で寸劇を行いました。認知症の方も笑顔で楽しまれ、認知のない方は頷きながら真剣に見て下さる方や定期的によってもらいたいとおっしゃる方もいらっしゃいました。

【取りくみ②】

思いやり運動

朝の挨拶の中や標語の掲示などで、優しい声掛けや思いやりを推進する運動を行いました。

結果：朝の挨拶時には、職員と一緒に笑顔で挨拶をして下さっています。掲示された標語を指さし、笑顔で「そうだよね～」と言ってくれる方もいらっしゃいます。

【取りくみ③】

ピアノや歌

歌の時間の際に、ピアノを弾く動作をしながら歌っているA様の姿があり、実際に弾いてもらおうとピアノの玩具を用意してみました。

結果：「下手だから、いいよ～」と笑われ、A様が実際に弾くことはできませんでしたが、他の方が弾くと「うまいじゃない！」「がんばって！」と声援を送り、楽しそうにピアノを囲む姿がありました。

【考察】

認知症クイズ・寸劇・優しい声掛けの各種取り組みを経て、実際にA様に優しい声掛けをして下さる言葉が増えた一方で、A様を見てヒソヒソと「あの人はおかしいんだよ」と陰口を言う姿も残っており、認知症の方に対する優しい環境作りの難しさを一層感じました。

「認知症はけっして他人事ではない」と意識してもらい、認知症の方との温かい関わりを実現するためにも、今後も様々な方法で取り組んでいく必要性を感じました。

【まとめ】

今回、A様を温かく見守っていただく環境作りになればと取り組みましたが、現実には認知症を理解し優しく声を掛けてくださる方もいれば、頭で認知症を理解していても目の前で不快な言動をされれば、嫌な顔をして攻撃やバカにしたりする方がいることも事実です。

これは地域にも言えるのではないのでしょうか、重度の認知症の方とそうでない方が共に過ごすのは無理という考えが浸透しがちです。理解のない方との関わりの難しさから認知症の家族のことを周囲に相談できずにいる方たちもいるかもしれません。認知症の理解を広め、理解者を増やし、認知症の方へ温かい目を向けることが地域においても重要だと感じました。その大きなポイントが私達介護職の存在ではないのでしょうか？

これからは「地域密着型デイサービス」として、地域へリアルな現状や取りくみの成功例・失敗例を発信していくことで、地域で共により良いケアを考えて支えていく存在になれるよう努めていきたいと思います。

「自分らしくありつづけること」

スーパーデイようざん栗崎
渡辺恵美

初めに

日中独居のA様が、認知症状が進むにつれて寂しさと不安な気持ちから、閉じこもりがちになっていた。「スーパーデイようざん栗崎」を利用するようになり、A様の環境に変化が生まれ、孤独感や猜疑心の強かったA様が安心して穏やかな暮らしができるようになった事例を紹介する。

対象者紹介

- ・A様 女性 78歳 要介護2
- ・平成29年5月18日 アルツハイマー型認知症と診断される。
- ・夫と死別後、一人暮らしとなるが、現在息子と二人暮らし。
- ・介護者：息子(次男)自営業を営む。
- ・性格：社交的で明るく面倒見がよい。他人に気を遣う。几帳面、きれい好きでおしゃれ。
- ・趣味：カラオケ、花。
- ・生活歴：出身は吉井の農家の生まれ。夫とは見合い結婚し2人の男の子に恵まれる。
元気な頃は生命保険の外交の仕事をしていた。

経緯

A様は昨年3月、認知症が進行し不安と猜疑心から閉じこもりがちになっていた。息子が仕事に出かけている間、「家に一人で置いておくのは心配なためデイを利用したい」との相談があった。施設利用には抵抗がある様子であった。スーパーデイようざん栗崎のお試し利用に来ていただいたところ、偶然ご近所の方が3人もおられ、すっかり親しくなり楽しい時間を過ごしたことがきっかけで、利用開始となった。

利用から1年間の変遷

・利用開始当初

来苑拒否があったため、A様を迎えに行くときには、近所の方と一緒に迎えに行くことで安心してスムーズに車に乗っていただき、穏やかにお連れすることができた。また、一緒に行く方が、ご夫婦で来苑されていたので、安心できるようになっていった。週2回の利用が始まった。

・利用開始から2か月

近所の方と同じ利用日に合わせることで利用開始時に比べ顔や家も覚えて、来苑拒否は徐々に

薄らいでいき、近所の方のお宅へ徒歩で迎えに行くようになった。

朝のお迎えの時間が分らず一緒に利用されている方の家を訪ねたり、

ようざん職員が迎えに行く前に自宅から徒歩でようざんに向かったりする。

利用予定日以外の日にも歩いてようざんに行こうとしたが、たどり着けなかった。

安否確認電話サービス開始。午前中2回実施。電話に出ない時にはケアマネージャー・息子に連絡する。息子も毎日仕事中に在宅確認の電話を行っている。週3回利用となる。

・利用開始から3ヶ月

5月になると、利用日以外の日でもようざんまで歩いて来苑できるようになった。

時間見当識障害が進み利用日なのかどうかを認識できず、カレンダーに利用日の赤丸チェックをして設置したがカレンダーを見て判断することができなくなっていた。徘徊が頻回になった。GPS利用開始となる。

季節が夏に向かい熱中症が危惧される為に、利用日や時間の調整を検討した。

これまでに利用日以外に来苑した時間を記録し、一番早い時間に目星をつけ、朝お迎えに伺う前に電話でお知らせして、徘徊が始まる前の朝8時に迎えに伺うことにした。

安全を考慮し、利用回数週4回になる。

認知症の進行によりできないことが増え、介護変更申請を検討する。

・利用開始から4か月

6月後半になり、毎日蒸し暑い日がやってきたにもかかわらず、セーターなど厚手の衣服や長袖のシャツを着ており季節感が全く分からない状態。朝迎えに伺うと、パジャマのままでウロウロと室内を歩き回り、何に着替えたらいいのかかわからず途方に暮れている。

・利用開始から5ヶ月

短期記憶障害が顕著になる。自宅の戸締り。鍵の管理。室内冷暖房のオンオフ・照明・TV のオンオフの確認作業が一段とできなくなっていく。家人からの依頼により送迎時には自宅の戸締り。鍵の管理。室内冷暖房のオンオフ・照明・TV のオンオフの確認作業を実施。

・利用開始から6か月

変則的利用・突発的来苑は無くなり、計画通り安定した利用ができる。

体調は安定しており、水分摂取も問題なくできている。

・利用開始から8か月

いつも仲良く一緒に来苑していた利用者様夫婦が入所となり会えなくなってしまった。

また認知症の進行により、他利用者様の変化や様子に影響を受けやすくなる。落ち着かなくなると帰宅願望を強く訴えるようになる。

・利用開始から10か月

いつも肌身離さず持っている GPS 入りのバッグをなくしてしまい、他のバックを持参することが度々あり、その都度 GPS センターでバックの所在を確認して見つける。

今までできていたシナプソロジー・デュアルタスクなど同時複数動作ができなくなる。

単純な会話は理解できるが、複雑な会話になると理解できず返答に困り取繕う。

・利用開始から11ヶ月

送迎時あらかじめ電話をかけてお迎えに伺うが、電話があったことを忘れて着替えることなくパジャマのまま家にいる。着替えることができない、着替えを手伝うことが度々ある。

お迎え時、「今日は吉井の実家に行かなくちゃならないので、今日は行かない。」と断る。

利用時「これから吉井の実家に行くので、帰ります。」と突然言い出す。帰宅願望強い。

役割として取り組んでいた、食器洗い・食器拭き・洗濯物干したたみを職員と一緒に行うことで継続している。

・利用開始から12か月

これまで親しくしてきた利用者様が認識できないことがあり、拒否反応を示すことが多くなる。定期時間に安否確認の電話連絡を行うが、誰からの電話なのか分からない。また電話の内容が理解できない。

・利用開始から13か月

日常馴染みのない食べ物はどのようにして食べればよいのか分らず戸惑う。

来苑時、昼食後ウトウト傾眠することが多くなった。これまでになかったがベッドで午睡をすることもある。

朝のお迎え時、準備ができておらずまごまごして出かけるまでに30分ほどかかるようになった。

息子の送り出しが多くなる。

ケアの心がけ

パーソンセンタードケアによる、尊厳を支え新しい絆「信頼関係」を結ぶことを最優先し、以下のことを基軸にした。

・なぐさめ(安定性)

心が混乱してバラバラになりそうなとき、一人の尊厳ある人間として一つの心にとどまることができるようにあたたかさや気力を用意する。

・結びつき(絆)

不確定で不安な気持ちに対して、赤ん坊が母親を求めるような密着、愛情を求めています。これに応答すること。

・共にいること(仲間に入りたい)

孤立しているのではなく、他人と交わっていることで得られる安心感を求めています。

注意を引く行動やまとわりつくといったサインを見逃さないこと。

・たずさわること(役割意識)

人は仲間にとって役に立つことで安心し、満足することができる。そのためには、その人の能力や気力を引き出すこと。

・自分であること(物語性)

自分が誰であるかを知り、過去から一貫した自分であることを意識できるように心がける。その人の物語を聴きそして現在の内的体験を聴き取ること。

A 様が安心して穏やかな暮らしができるようになる為には

・他人とつながることで、安心できる居場所を作る。

徘徊は日中独居の寂しさから、仲間のいる「ようざん」へ行こうとするあらわれであった。

「なぐさめ・結びつき・共にいること」を重要視した。

利用日以外の来苑時はいつでも快く受け入れ、常に安心できるように準備を行った。また、利用日と利用日でない日の区別を明示するために、「今日はようざんへ行く日です、ようざんが迎えに来るので待っててください」「今日はお留守番の日です。家でお留守番をお願いします」息子より。との大きな掲示版を作成し息子にその日その日の予定に合わせて掲示してもらった。これによって区別ができるようになり、あんしん電話サービスと共に効果が見られた。

安全面については、GPS をとりつける。あんしん電話サービスで安否確認を実施。行きつけの店、配食弁当業者との連携安否確認。息子・ケアマネージャーへの連携を図る。

・宅内介助を通して役割を持つ。

宅内介助は認知症状が進むにつれ、できないことが多くなり介助が必要となった。

訪問時には A 様と職員が電気・ガス・水道・テレビ・冷暖房機・照明・戸締りなどを点検し施錠確認を行う。「たずさわること」に着目し A 様の残存能力を活かして職員と一緒に取り組むことによって役割意識を持つことができた。

・その人を知り受け入れる

おしゃれできれい好きな A 様は出かける時は、何を着ていこうか、あれこれ迷ってしまうが、A 様のペースに合わせ自主性を尊重して好みの服を選ぶことにお付き合いし気持ちよく出かけて頂く。昔からの近所付き合いのある馴染みのご夫婦と利用日を一緒に合わせることで、昔ながらの付き合いの延長線であることが、変わりなく過ごせて安心感のある空間をもたらす。

実家のある吉井町へ行かなければいけない・・・吉井の実家への郷愁とこだわりを強く訴え帰宅願望につながるものが度々あるが、息子との連携で A 様の妄想を否定することなく受け入れ、息子が仕事が終わったら一緒に行くことになっている・・・と伝えることで安心して利用時間を過ごし帰宅することができる。

これらのように「自分であること」を尊重し A 様の物語を深く汲み取り共感することで A 様の心に寄り添ったケアを行い穏やかに過ごせるようになった。

考察

認知症を持つ人にとっては、「慰め・結びつき・共にいること・たずさわること・自分であること」、これらのニーズを自らの意志で満たすことが難しい。その為私たち介護職員は積極的に働きかけ、これらのニーズを満たすことが必要である。

まとめ

現在の A 様はスーパーデイようざん栗崎を利用したことで、寂しさや不安感・閉じこもりなどの症状は解消している。仲間がいて居場所があって、なすべき役割があることで人としての尊厳を保つことができた。認知症状は、日に日に進行しているが、A 様らしい日常を過ごしている。

A様の活気を取り戻す

デイサービスぽから
高井 恵子・北沢 奈美子

《はじめに》

A様は、ぽからへ通い始めた当初より、ここを会社だと思い「こんな年でも働けるなんてありがたいよ」と話し、欠勤や早退も無く笑顔で送迎車を心待ちにしておりました。通い始めて数年が経ち、認知症が進行していき他の病気も発症されたせいでしょうか、近頃は出勤してきても表情が乏しく笑顔も減ってしまいました。体操中でさえ居眠りをしてしまいます。そんなA様に私たちがどう寄り添えば、以前のように活発になり笑顔が増え、会話が楽しめるのだろうか……

職員が何か投げかけると怒りだしてしまうA様に、言葉かけを選びながら慎重に取り組みを始めました。

《A様について》

- ・性別 女性
- ・年齢 76歳
- ・介護度 1
- ・既往歴 アルツハイマー型認知症(H24～)
慢性硬膜下血腫(H28～)
- ・中核症状 短期記憶障害、被害妄想、不穏、興奮

《生活歴》

長野県佐久市出身。同郷の夫と結婚し2女をもうけ夫の転勤で高崎市へ移住。その頃よりパート勤めを始めご主人の定年まで長く勤務する。子供たちは結婚を機に独立し、H23年夫の病死以後独居となる。その頃より認知症の症状が現れH24年よりデイサービスを週1回の利用開始となる。数年前、長女様家族と同居された頃より夜間の問題行動や暴言が多くなる。ご家族の介護負担軽減やご本人の生活リズム維持のため現在は週5回の利用となっている。

《取り組み、経過》

① 畑で野菜を作る

生まれが農家という事もあり、ご主人との楽しい思い出の1つである家庭菜園を思い出していただく為に、野菜作りに挑戦して頂きました。まず、放置し荒れていたぽからの畑を耕し整えた後、茄子やトマトの苗を買いに出掛ました。「これは根がダメよ」「これはしっかりしている」など目や表情を輝やかせ楽しそうでした。ご自分で選んだ苗を大切に植え、その後の手入れや水遣りはすべてA様にお任せしました。

結果

職員のやり方が気に入らず「違うよ。こうだよ」と積極的にかかわってくださり「水遣りは私がするから」と、他の利用者様を制するほど夢中です。来苑時は必ず畑に行かれて苗の様子を確認し水遣りをされています。畑に居る時のA様は本当にいきいきとし動きも活発です。「なかなか大きくならないよ」「肥しが少ないね」「草を抜かないと」などと畑の話題で他の利用者様や職員との会話も増えました。

又、朝から机にふせ、寝てしまうことも少なくなりました。

② 料理

茄子味噌が得意料理と聞きましたので、畑で収穫された茄子の調理をお願いしました。現在、家ではあまり調理に関わることもないそうですが、水洗い・段取り・包丁使いまで全部お任せして職員は手を出さずに見守りました。醤油、砂糖、味噌など味付けもこだわり、調節して仕上げてくださいました。調理後の後片付けも「全部私がするわよ」と、にっこり笑顔で、お皿洗い。とても楽しそうに、手際よく片付けもしてくれました。

結果

A様もしばらくぶりの料理に「みんなが美味しいってってくれるかな？」と、少し心配されていましたが、表情はどこか誇らしげで自信に溢れているようでした。

また、このことによって他利用者様のA様を見る目もかわりコミュニケーションも良好になりました。

③ 脳トレ

(1) デュアルタスク

通常は利用者様全員で行っていますが、ここ数か月は特にA様の表情を観察し声掛けを増やし行いました。計算やしりとりをしながら足踏みや散歩をしていますが、控えめな性格のA様は大勢の中では「間違えたら嫌だ・・・」の気持ちが強いのか表情もさえず、怒り出してします。

そこで個別対応とし、世間話をはさみながら静かに進めて行くと、表情もゆるみ体も動かせる様になってきています。

(2) シナプソロジー

新しい刺激で脳が混乱する事が目的のプログラムです。A様は当初戸惑いを見せていましたが、失敗も思わず笑ってしまえるような雰囲気にする事で、個別対応としなくてもA様の表情が柔らかくなり意欲的に参加して頂いています。また、時には得意なお手玉遊びを披露していただきご自身の自信となっています。

結果

A様も始めた当初は困惑されていましたが、毎回行う事により出来る事も徐々に増え、表情も

豊かになり現在ではとてもいい笑顔で参加されています。脳トレはすぐに結果が出るものではありませんが、楽しく継続していく事が認知機能低下の予防に必ず繋がると思います。すでに笑顔も増え活発な様子も見られているA様を今後も見守りたいと思います。

《考察・まとめ》

午睡時間も短くなり、起きてこられるとすぐに「何か手伝う事はない？」出来そうな事を探し始めテーブルの上のコップを片付けたり、スポンジを使いしっかりと洗って下さいます。また、帰る時間が近づくと畑の水遣りを気にし出し「今日は水遣りはどうする？」と、尋ねてくれるほどになりました。認知機能低下予防の脳トレを継続し、職員との会話ややりとりを増やし、今の状態を保ち他者との交流が活発になるように支援していきたいと思います。昔の趣味や得意だった、好きだった事を、今の日常に取り入れ、意欲や楽しみを取り戻せるよう働き掛けていくことが、認知機能の低下予防につながってゆくのではないのでしょうか。今後も、利用者様個々の生活史をひもとき、理解を深め、個別のケアに力を入れ寄り添っていきたいと思います。

『笑える』幸せ

スーパーデイようざん双葉
薄井智子・神崎郁恵

<はじめに>

厚生労働省は現在、65歳以上の高齢者のうち15%が認知症を発症。2025年には700万人を超えるという推計値が発表されています。約8年後、5人に1人が認知症という時代が来ます。家族、友人、知人、身近な人に認知症高齢者がいるのが当たり前の時代。また自分自身が認知症になる時が来るかもしれません。

皆様、「認知症」と聞いてどのようなイメージをお持ちでしょうか？

現状大半の人が「出来ない」「大変」「難しい」などのマイナスなイメージを持たれるのではないのでしょうか。

スーパーデイようざん双葉の職員は日々ご利用者様と接する際、どんな事があっても絶対大丈夫という前向きな気持ちで接しています。

それは、何事にも否定的に捉えず、肯定的に捉え一緒に悩み、笑い、気持ちを共有する事が、ご利用者様やご家族、そして職員にとって大切な信頼関係を築いていけると信じているからです。

社会問題にもなっている「認知症」ですが、毎日認知症の利用者様に携わっている私たちスーパーデイようざん双葉は増加する認知症について考えました。職員全員で考え、話し合い、現在の認知症に対する考え方や、イメージとは違う新しい観点から「認知症」を見直していった過程を発表します。

<アンケート① オレンジカフェ>

一般の方々が抱えている「認知症」のイメージを探るため、双葉エリアで毎月行っている“オレンジカフェ”にて地域の方にイメージアンケートを行いました。

Q1 認知症を知っている

1 知っている	12
2 家族知人にいる	3
3 知らない	0

Q2 認知症のイメージは？

1 いずれ治る	1
2 全てにおいて介護が必要	0
3 治療できない	1
4 何もできなくなってしまう	0
5 治療を受ければ改善する	5
6 他者の協力があれば生活できる	11

<結果>

オレンジカフェで行なったアンケートからは、皆様「認知症」は知っているが、その方々の具体的な症状はなんとなく…という感じでした。また他者の協力があれば生活できるなどの前向きな答えも目立つ結果となりました。

<アンケート② スーパーデイようざん双葉職員>

毎日認知症高齢者と向き合い過ごしているスーパーデイようざん双葉。認知症のプロである職員たちにもアンケートを行いました。

- 嫌なことがあってもすぐに忘れられる
- 若い頃のままです
- その時の自分の思いを主張できる
- 同じ場所に行っても新鮮な気持ちで行ける。
- 感動が多い
- 明るい人が多い

<結果>

実際に毎日認知症の方々と触れ合っている職員からは、前向きな答えが多く聞かれました。

認知症介護で大事な事は、明るい気持ちと一緒に寄り添い、共に笑う事。

認知症に対してマイナスなイメージを持っているのは心の底から一緒に笑えないのではないのでしょうか。そこで…

認知症のマイナスなイメージと、プラスなイメージを見直していきます。

アルツハイマー型認知症で短期記憶が著しいA様はスーパーデイようざん双葉に週4回通っています。

「おはようございまーす！ ようざんでございまーす！」

迎えに行くと不在で近所を散歩中です……。

「今日は何曜日？」 何度も繰り返します。

「おなかすいたなあ。ごはん食べてないんだよ」

自宅テーブルの上には食べ終わったごはん茶碗。

マイナスに考えると認知症のA様、独居で食事や清潔保持など、生活するのは大変そうに見えてしまいます。

A様の生活をプラスに考えていきます。

A様はデイサービスで一番自分の思うままに過ごし、自宅では食べたい時にごはんを食べ、好きな時間に散歩に出掛けます。曜日がわからなくなっても、ごはんを食べたことを忘れても、ご本人

はいたって前向きです。

例え認知症であっても A 様はストレスのない自由気ままな一人暮らしを謳歌しています。

TV を見ている、新聞を読んでも認知症が取り上げられています。

あらゆるメディアでは認知症に効く食品や療法の特集が組まれ

「認知症にならないためのー」や「認知症予防〇〇」の情報があふれています。

日常的にメディアの情報を受けた世の中。

その結果「認知症」に対する不安感は募るばかりです。

<取り組み>

私たちは次世代を担う子どもたちに向けて認知症に関する紙芝居を製作し、発表する機会を得る事が出来ました。

まず子供たちに認知症に対するイメージについて事前にアンケートを行いました。

Q1 認知症を知っている	
1 知っている	14
2 知らない	0
3 聞いたことがある	2

Q2 どんな病気だと思いますか？	
1 病院で治る	0
2 病院では治らない	12
3 その他	4

このアンケートから、子供達にも認知症は治らない病気、大変な病気だと伝わっているようです。

「認知症ってなあに？」

紙芝居が始まると少し不安そうな顔で集中し始めた子供達。わかりやすい絵とコミュニケーションで紙芝居は進み、途中「皆さんのおじいちゃん、おばあちゃんが認知症になってみんなの顔を忘れてしまったら、どう思う？」という質問をすると

子どもたちは口々に「やだ！」「悲しい」「さびしい」と子供らしい素直な回答が出て来ました。

この事で子供たちに伝えたかったのは、「認知症になった方に寄り添った優しい気持ちが大切」だということです。

紙芝居が終わる頃には興味を示す表情が見られました。

その後、再び子供たちにアンケートを行いました。

Q みんなのおじいちゃんやおばあちゃんが認知症になってみんなの顔を忘れてしまったら？の質問に

- ・大丈夫(教える)
- ・悲しいけど、大丈夫と思えるようにしてあげる。
- ・めっちゃ悲しいけど笑顔をみせてあげる。
- ・大丈夫(笑顔でおしえる)

と認知症になっても優しく接するという答えが出て来ました。

Q 紙芝居を見て認知症という病気がわかりましたか？どう思いましたか？の質問に

認知症になっても感じる食べられるので不安にさせないようにしようと思った。

認知症になっても「笑顔、食べられる、感じられる」など出来ると思うからなるべく笑顔でいてあげようと思った。

など、前向きな回答が増えました。

笑顔で寄り添う事、そして接する事の大切さが小学生である子供たちの心に響き、「認知症」を知る良いきっかけになったのではないかと思います。

それがこれからの10年後20年後の認知症介護を変えていくのではないのでしょうか？

<まとめ>

認知症になっても出来ることは沢山あります。

出来ない事を悩んだり責めたりせずに、今できる事を褒めて称えます。

誰もが認知症になりたくてなったわけではないのです。

いずれ誰もが認知症の方々と接する時が来るのです。

考え方を少し変えてみましょう。見方を少し変えてみましょう。

たったそれだけの事で、大きく変わる事だってあるのです。

「困った」「どうしよう」よりも、「出来たね！」「良かったね！」の方が嬉しいに決まっています。

手元にあるボタンの“-”を“+”に変換するだけで、本人も介護者も、人生そのものが変わっていくのです。

認知症になっても。

「話せる」楽しさ。「見える」美しさ。「聞こえる」嬉しさ。「食べられる」喜び。そして、

「笑える」幸せ。

私たちが毎日目にしている“笑顔”こそが認知症の現在(いま)。

私たちがこれから出会う“笑顔”こそが認知症の未来(あす)。

ご清聴、ありがとうございました。

「人生いろいろだね。貰った2度目の人生、もうちょっとがんばるよ！」

スーパーデイようざん石原

萩原康子

<はじめに>

度重なる病気により認知症状が現れ、今まで出来ていた事が出来なくなって家族の助け無しでは生活に支障をきたす様になった状況を悲観され、意欲低下から引きこもるようになったT様。

ある日の深夜、突然「死のう」と思い立ち近くの線路に向かって歩き始めた途中で、幸い我に返って思い止まり、一命を取りとめました。

今回は、そんなT様の不安を軽減し意欲と活力と体力の回復を図り、生活に張り合いを持って頂く為の取り組みをご紹介します。

<利用者紹介>

氏 名 : T様

性 別 : 男性

年 齢 : 80歳

要介護度 : 要介護2

既往歴 : 脳血栓、高血圧、尿閉塞、アルツハイマー型認知症

<生活歴>

利根郡水上町(現みなかみ町)生まれ。高校卒業後は、家業の豆腐店を継がれ近隣のホテルや旅館に納品されて繁盛していたそうです。50歳の頃、娘さんの高校卒業を機に高崎に転出され、吉井町内のスーパーを定年まで勤められ、その後は私鉄道株式会社に再就職され、駅長を務められ退職される。

現在は、T様夫婦と娘さん夫婦の2世帯で生活されていますが、娘さん夫婦に気兼ねをされ、T様だけ一間の別部屋を敷地内に建ててそこで生活をされ、奥様が身の回りや食事の世話に一日何度も母屋とを行き来しています。

<利用の経緯>

平成29年1月に2度目の膀胱留置カテーテルを挿入した頃から引きこもりとなり、認知機能と意欲低下も顕著となった事から、奥様が近くの居宅支援事業所に相談をされ、スーパーデイようざん石原にご紹介があり、体験利用の後に社会性の保持と不安の軽減、意欲・筋力低下の防止、清潔保持と奥様の介護負担の軽減を目的にご利用が始まりました。

<当初の様子>

引きこもられていたとは言え決して暗くは無く、むしろ以前は社交的だったとの事で会話の中でも

冗談を言われたりもされていましたが「俺なんか迷惑ばかりかけて悪いね」「迎えに来てもらわなけりゃ一人じゃ何処も行けねんだ」「俺が家に居ない方が良いんだ」「一人じゃ何にも出来ねんだ」「家ではおっ母に全部してもらってるんだ。それなのにおっ母をすぐ怒っちゃうんだ」、カテーテルを指して「こんなもん切っちゃおうと思うんだよ」「こんな身体になっちゃって、生きていてもしょうがね」「俺なんか死んじゃったほうが良いんだよ」、長い紐を見ると「首を絞めるのに丁度いい長さだね」などどこまで本気か分からない決して笑えない発語を多く話されるのを否定や肯定もせず励まさず、ひたすら傾聴しました。

先の記述の通り表情は暗くはありませんが、久しぶりの外出と初めての場所へ行くとの緊張と不安からか、硬く笑顔も不自然でした。歩行なども入退院の繰り返しと引きこもりからと思われる体力と筋力の低下によりフラツキがある上に、カテーテルの取り扱いに慣れていないのと注意障害から、ハルンバックが固定されたままの状態椅子から立ち上がろうとされるなど危険動作も多々見られていました。

<取り組み>

幸い体験利用時の印象が良かったようで、心配された利用拒否は無く社会性の保持達成の見込みがついたので、意欲(認知力)と体力と筋力の回復への取り組みとして集団体操の他にT様専用の簡易な個別メニューを作成して実行に移しました。

意欲(認知力)を回復するためには、デュアルタスクで“もしもし亀”を唄いながら両手でゲーとパーの入れ替えと“でんでん虫”ではゲーとチョコキの上下替えなどを行い、体力と筋力の回復には膝の曲げ伸ばしを実施。開始当初の数回から、その日の様子を見て増やしたりと変化を付けて行いました。併せて行っている際のご本人の様子や達成状況を記号化して明瞭且つ短時間で表記するのと発語を記録するようにしました。

<現在の様子>

注意障害には課題もありますが、体力と筋力も日に日に改善が見られ、足取りもしっかりできています。意欲(認知力)についても、ゲー・パー、ゲー・チョコキのデュアルタスクは当初厳しいものがありましたが、今では達成率は上がっています。(別のシナプソロジーの観点からすると良いかも知れません。)また、外に出て他者と交流する事での意識覚醒も進んでいます。

相乗効果として制作の塗り絵にとても意欲的に取り組まれるようになり、花一つ一つの色を変えたり、職員にアドバイスを求められたり塗り方も色が線からはみ出さないように集中して丁寧に取り組まれています。仕上がらない時でも「最後まで仕上げたいから後でまたするよ!」と言われ、仕上がれば「良く出来た!ここをこだわったんだよ。」「うん。この色は良かったな!」と喜ばれています。パズルでも集中して取り組まれ、ちょっと難しいと思われる物でも分からない事は職員に聞くなどされて、決して途中で投げ出される事無く最後まで取り組まれ仕上げられます。

ゲームや慰問でもご自分の事ばかりでなく、他者に対して激励の言葉をかける姿も見られる様になりました。

発語に関しても「ここに来られるようになって良かったよ」「おっ母にいろいろ面倒を見て貰ってうんだから、感謝の言葉を言わなきゃダメだと思うようになったよ」「この人はみんな良い人で良かったよ。口先だけでなくみんな心がこもってるよ。良いところを紹介して貰って良かったよ。」「ここで風呂に入れて貰うんでありがたいよ。」「ここが休みの日は、最近庭の草取りをしてるんだよ。少しづつだけど俺の仕事にしてるんだ。」「俺なんか手足が動かせて、自分で歩けるからまだいいんだ。最近思うよ。」と以前とは全く逆の前向きで自信と感謝と思いやりのこもった言葉へと変化しました。

正直外面が良いと感じる面もあり、苑では機嫌よく過ごされていても家に帰ってから奥様に八つ当たりをされているのではないかと心配もあり、後日訪問した際に確認すると「帰って来てからも今日は何をしたかにをしたと楽しそうに話をしていますし、夜も良く寝ていますよ。」「お陰様で助かっています。」とのお話があり、奥様の介護負担の軽減の一助となっている事も分かり、本当の意味で安心出来ました。

結果ご利用自体も週2回を早々に3回へと変更する事にも繋がりました。

<まとめ・考察>

今回の取り組みで感じたことは、機能訓練やデュアルタスクも成果を出す一因だと思います。しかし更に強く感じたのがコミュニケーションの大切さです。例え不吉な発語であっても気持ちに寄り添い、ご家族にも話せない内に秘めた思いにも耳を傾け不平不満や不安を和らげ“やろう”とされる気持ちの後押しを少しお手伝いさせて頂く。先の研修会で講師をされた石飛先生も「介護は心を支える。時にそれは医療を超える」と言われています。今回まさにその通りだと実感出来る事例となりました。

最後にT様の言葉です。

「人生いろいろだね。貰った2度目の人生、もうちょっとがんばるよ！」

「ありがとうを言うのは、あたしだよ」

～入浴を通しての信頼関係の再構築～

スーパーデイようざん飯塚第二
山田知世・植原さおり

はじめに

「ありがとうを言うのは、あたしだよ」これは A 様が入浴時いつもスタッフにかけて下さる言葉です。今でこそ当たり前にかけて下さる言葉ですがこの言葉が出るまでには A 様には A 様の思いがあり信頼関係が壊れかかったことがありました。これは、A 様の思いを受け止め、入浴を通して信頼関係を再構築していく事例です。

【対象者様紹介】

氏名:A 様 女性 92 歳

介護度:4(利用開始時は介護度2)

既往歴:高血圧・アルツハイマー型認知症・慢性硬膜下血腫(H28.4.28)・脳梗塞(H28.5.19)

生活歴:B 町出身。結婚後は兼業農家をしていた。44 歳くらいから C 工業団地で定年まで勤めていた。趣味は編み物、習字が上手い。カラオケが好き。夫婦で旅行に行き、海外にも何回か行った。お話好きで社交的。

【経過】

① 利用開始当初の様子

平成28年3月より利用開始

家族からは出来ればお風呂に入ってもらいたいと希望もありましたが「大丈夫か」と不安の声も聞かれました。利用初日は入浴拒否あり、2 回目は拒否なく入浴。しかし、3回目から再び入浴拒否。家でも入浴されているので家族からも無理はしないで良いと話を受けました。入浴拒否をされた際は足浴等を勧めるも「めんどくさい」「おっくうで」と足浴も拒否をされることもありました。

そんな中、平成28年4月29日慢性硬膜下血腫のために入院、1週間で退院するも5月19日脳梗塞にて再び入院。スーパーデイは約3ヶ月間休みとなりました。

② 2回の入院を経て

平成28年8月20日デイサービス利用再開になりました。退院後の身体状態はリハビリをしていましたが、右上下肢麻痺となり動作が困難となり、移動は車イスを使用。介護度は2から4に変更となりました。会話は以前のように出来ますが、意欲は低下気味。自宅での入浴が困難となりようざんでの入浴の需要が高まりました。

③ 信頼関係の崩壊

利用再開後も入浴拒否があり、着替えと称して服を脱いでもらい入浴を行いました。その後、

最終的には入浴することを了承してもらっても、表情硬く気分も落ちている様子がみられました。本人に納得して入浴して頂こうと、スタッフが様々な声掛けや対応を行い、その結果入浴出来ていたのも、入浴自体にも次第に慣れていくだろうという勝手な思い込みをしていました。しかし、結果的には「あたしが頭がおかしいと思ってバカにしているでしょ！」「さらし者にするんしょ！」「どうせ騙して入れるつもりなんしょ！」とスタッフへの不信感を募らせていたことに、その時の私たちは気づいてあげることが出来ませんでした。そのような入浴が二週間程続いた9月3日、その日は入浴拒否が特に強く、入浴は中止し清拭対応を行いました。顔を手で覆い泣くような仕草をされ、気分も落ち込み、さらに時間が経つと声を荒げ自宅へ帰してくれと強く訴えることがありました。今まで本人に寄り添ったケアをしてきたつもりでしたが、ここでようやくそれは私たちの自己満足だったことに気付かされました。

④ 信頼関係の再構築

さっそく私たちは A 様の今後のケアについてどのようにしていったら良いかを話し合いました。まずは A 様が何に対して怒っているのか、その原因を考えてみることにしました。

原因①: 私たちは A 様が何回か「私の事をバカだと思って…」「騙そうとして…」と言っていた事に注目しました。着替えと称して入浴していたことが、A 様にとっては騙されて入浴させられていたと捉えられていたのではないのでしょうか。

対応策: 入浴ということを事前に伝え、一つ一つの動作でも本人の了承を得ながら行う事にしました。了承を得られないときは、A 様の意志を尊重し、本人の意に沿うように進めていきました。

原因②: 右上下肢麻痺により車椅子の生活になってから、度々「こんなに面倒かけて申し訳ない」「こんな体になっちゃって」と寂しそうにつぶやく姿に、“本当は人の世話になりたくなかった、こんなはずじゃなかった”という自分自身に対する苛立ちと落ち込みが感じられました。

対応策: 「けっして迷惑ではないし、逆に私たちが A 様孝行をさせていただきたいんです。背中を流させてもらってもいいですか？」と、介助でなく、あくまでも“A 様孝行をしたいから”とお願いすることになりました。

原因③: 「さらし者にするんだろ」と言っていた言葉から、人前で裸にさせられるという羞恥心や不安が強く感じられる様子がみられました。

対応策: 衣服の着脱時はもちろん、お風呂場への移動時や入浴時でもできるだけタオルで体を覆い、できるだけ肌を露出させないようにし、羞恥心の軽減・プライバシーの配慮を図りました。あわせて他には誰も入ってこないから大丈夫だということも伝え、安心してもらえるような声掛けを行いました。

【考察】

原因を探り、今後の対応をしていく上で私たちが大事にしたのは“納得“して頂く為の“説得”をやめて、ご本人にきちんとお話してからお願いすることでした。

A様は色々なことが分からなくなり、そこから来る不安から「バカだと思って騙そうとする」という不信感がありました。そこで「そんな風に思っていないからこそ、正直にお話してお願いしているんですよ。私はA様に嘘はつかないし、騙しませんよ。A様が嫌なら入らなくてもいいんですよ」と、とにかくご本人にも伝わるようにご本人の気持ちを第一に優先にしました。

そんな日々を重ねていくうちに、A様にお風呂のお誘いをしても「お風呂かい？」と次第にスムーズに応じてくれるようになり、以前は無言でつまらなそうに入浴していたA様から「あ～、気持ちいい～！こんなに良くしてもらって・・・極楽だね！」と笑顔もみられるようになりました。

入浴は食事・排泄と同時に、人が生きていく上でとても重要なことであり、入浴は生活の楽しみでもあるはずです。例えばお風呂に入ることが大好きだった人が、身体が不自由になったからといって急にお風呂が嫌いになるわけではないはずです。入浴を嫌がるのには、必ずそこにその人なりの理由があるはずです。それは認知症の人と同じではないかと思えます。日々、何かあるとその問題点に対して「どう対応したらいいか」とその方法論ばかり考えてしまっていると思えます。

でも大切なのは、その人と真っすぐに向き合い、その人が何を望んでいて、どうしてほしいのか、その人の心の中にあるニーズを理解し、その人と“人として尊重しあえる“信頼関係を築き、安心して過ごしてもらえるようにすることなのです。

【まとめ】

私たち一人ひとりの心構え次第で利用者様の気持ちも変わります。利用者様にとって私たちも環境の一部です。人は環境によって大きく変わります。良くするのも悪くするのも自分たち次第です。

また、介護者によってケアが違くと利用者様の混乱を招きます。その人に対し皆が共通の認識を持ったうえで、その人のニーズにあったケアの統一をしていけば心も安定し、安心して過ごしてもらえるのだと思えます。

「ありがとうを言うのは、あたしだよ」

お風呂に入って頂いた際に「今日もA様孝行させてくれてありがとうございます(^_-)☆」と私たちがお礼を言うと、A様はいつも笑顔でこの言葉を返してくれます。

気持ちよくお風呂に入れるようになったことも、もちろん喜ばしいことではありますが、A様と一緒に冗談を言いながら笑っていられること、A様の楽しそうな笑顔を見られていることが私たちにとって何よりの幸せです。

今後も利用者様一人ひとりの想いを感じ、しっかりと受け止めていきたいです。そして、チームワークを大切に、心を込めた思いやりのある丁寧なケアをしていきたいと思えます。