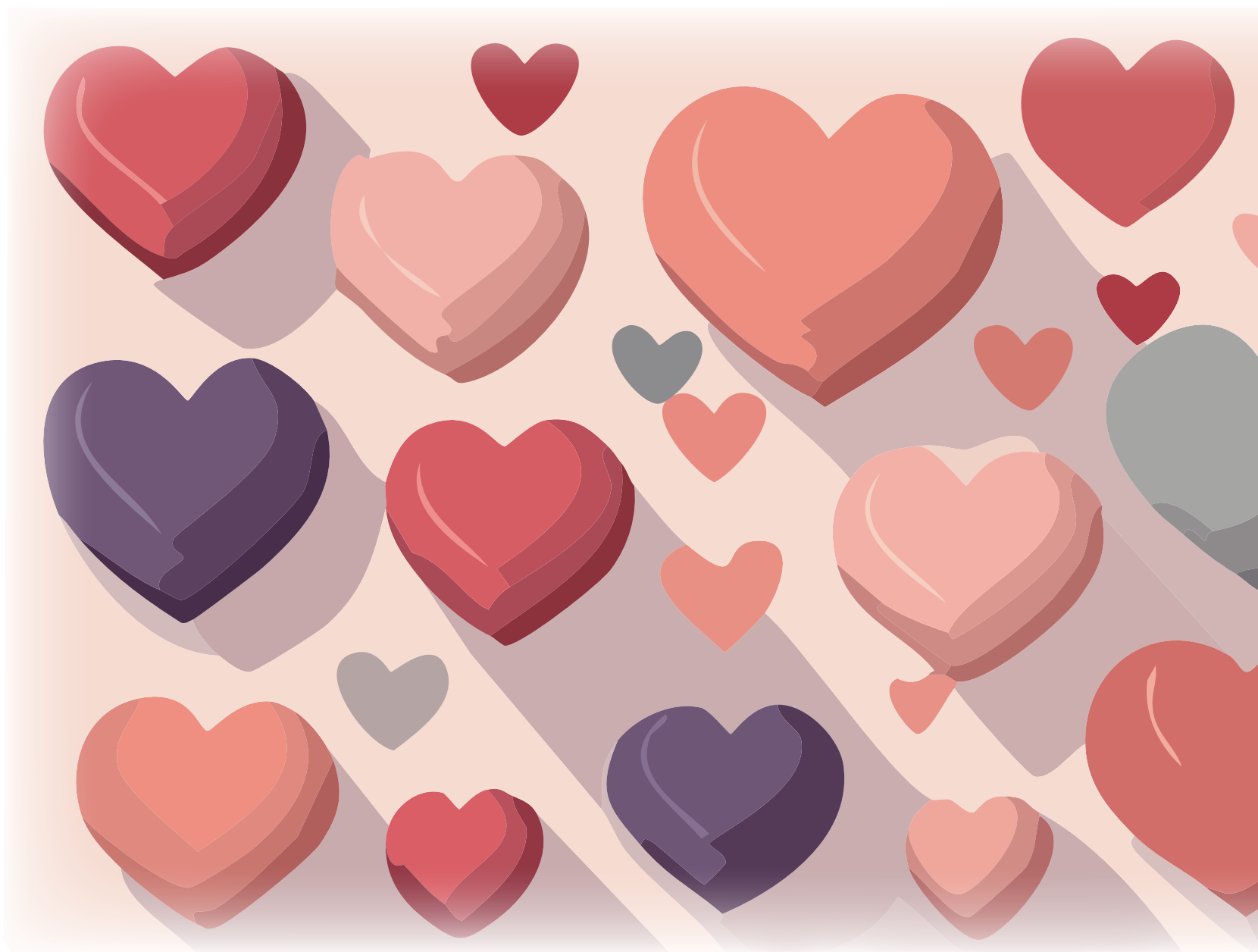


第17回 ようぜん介護事例発表会



第17回

ようざん介護事例発表会

今回の事例発表の際のスライドで使用する写真など個人情報につきましては、本人並びにご家族の同意とご了承を頂いております。事例発表は、本人とご家族、職員が一体になって取り組んでこそ大きな成果を得られるものです。本日の発表に向けて頂戴しました、ご家族の温かいご理解と深甚なご協力に対し心から感謝を申し上げます。大変ありがとうございました。

今回事例発表させて頂く10事例は、下記の32事例から選抜された優秀事例です。
ケアサポートセンターようざんのホームページにすべての事例を掲載しています。

1. 「あれえ、オレ、結構出来ちゃうねえ」 グループホームようざん飯塚
2. 若年性認知症を通して見えてくるもの ケアサポーセンターようざん八幡
3. 「帰りたい」に向き合う ケアサポーセンターようざん双葉
4. 訪問看護にできること 訪問看護ケアサポーセンターようざん
5. 特養アダージオにおける看取り支援の現状と課題 特別養護老人ホームアダージオ
6. 言葉を越える介護 グループホームようざん八幡原
7. ユビキタス ショートステイようざん
8. 「自宅復帰を目指した自立支援」 ケアサポーセンターようざん倉賀野
9. 「住環境「快」革！！」 介護付き有料老人ホームグランツようざん
10. 「家に帰りたい」を叶える為に ケアサポーセンターようざん中居
11. 「みんな味方です」～相互理解と信頼関係の構築～ スーパーデイようざん小埜
12. 「命の基本、ケアの要」 特別養護老人ホーム アンダンテ
13. 「徘徊と向き合いながら、“好き”を活かした支援を」 スーパーデイようざん双葉
14. 心でつながり介護～技能実習で学んだ“思いやり”の力～ ケアサポートセンターようざん
15. 楽しい食事を グラシアようざん
16. 介護(かいご)に携(たずさ)わって グループホームようざん
17. 「共生する社会に向けて」 ケアサポートセンターようざん藤塚
18. 『家で過ごしたい！』 ケアサポートセンターようざん石原
19. 私の物語でいいよ、私の事にしましょう ケアサポートセンターようざん貝沢
20. 終の棲家～「ここで、ずっと・・・」の想いをうけて～ グループホームようざん栗崎
21. 「いいこと教わっちゃった！」 ケアサポートセンターようざん栗崎
22. A 様に合った利用とは？ ケアサポートセンターようざん大類
23. 自暴自棄になっていた A 様が再び生きる意欲を取り戻すまで 居宅介護支援事業所ようざん
24. A 様の心地よい暮らしを目指して グループホームようざん栗崎第2
25. 移乗サポートロボットを活用した支援 ナーシングホームようざん
26. 『“Okaylang po”を伝えたい！』 デイサービスようざん並榎
27. プラチナの輝きをいつまでも ケアサポートセンターようざん小埜
28. 「あのときの私はなんだったんでしょうねえ」 ケアサポートセンターようざん飯塚
29. ずっと夫婦でいるために ケアサポートセンターようざん並榎
30. 入所者の安心を生む、なじみある体験と演出づくり グループホームようざん倉賀野
31. 心の健康 身体の健康 モデラートで守る 特別養護老人ホームモデラート
32. 信頼関係 グループホームようざん綿貫

目次

「いいこと教わっちゃった！」

ケアサポートセンターようざん栗崎 p.1

特養アダージオにおける看取り支援の現状と課題～人生の最終章を支えるために～

特別養護老人ホームアダージオ p.5

自暴自棄になっていた A 様が再び生きる意欲を取り戻すまで。

～多職種連携によるアウトリーチの必要性～

居宅介護支援事業所ようざん p.9

オーケイ ラン ポ

『“Ok a y lang po”を伝えたい！』～ICT 技術を駆使して A 様の不安の闇をはらう～

デイサービスようざん並榎 p.15

心でつなぐ介護～技能実習で学んだ“思いやり”の力～

ケアサポートセンターようざん p.22

「幸せのカ・タ・チ」若年性認知症を通して見えてくるもの

ケアサポートセンターようざん八幡 p.26

移乗サポートロボットを活用した支援

ナーシングホームようざん p.30

「住環境「快」革！！」～グランツ的バージョンアップ・はじめの一步～

介護付き有料老人ホームグランツようざん p.33

楽しい食事を

グラシアようざん p.40

プラチナの輝きをいつまでも

ケアサポートセンターようざん小堀 p.43



「いいこと教わっちゃった！」

ケアサポートセンターようざん栗崎

渡辺 恵美

岡崎 芳昭

【はじめに】

退院後まもなく、ケアサポートセンターようざん栗崎を利用し始めたばかりで、新型コロナウイルスにかかってしまい、すぐに老衰性の誤嚥性肺炎で再入院を余儀なくされてしまった女性の A 様の“それから”をご紹介します。

【利用者紹介】

A 様 昭和 6 年生まれ 93 歳 B 市 C 町で育つ。8 人兄妹の 4 番目。

農家なので、旦那様と 2 人で市場へ野菜を出荷していた時もあり、会社勤めの経験はない。性格は頑固で、自分が思ったこと(思い込みも含め)を曲げない。入院する前は歩くことはできていて、庭や畑の草むしりをしていて、じっとしていることが苦手でした。

介護度：要介護 3

障害高齢者の日常生活自立度：B2

認知症高齢者の日常生活自立度：I

服薬：就寝前にオルメサルタン OD 錠(血管を拡げる薬)10mg×1 錠

【既往歴】

運動器不安定症、変形性膝関節症、尿路感染症、高血圧、難聴
新型コロナウイルス、老衰性誤嚥性肺炎、

【利用開始までの経緯】

機能訓練に特化したデイサービスを週 2 日利用していました。

R6/10/13 に「動けなくなってしまった」と、救急搬送でくすの木病院へ。

右化膿性膝関節炎と診断され入院。退院を 12/15 と決めた矢先、11/13 に発熱。抗生剤治療始まる。11/20 再発熱。

R6/12/5 発熱、炎症反応高い→尿路感染症→12/7 解熱

R6/12/9 退院とともに、ケアサポートセンターようざん栗崎を利用開始しました。

【ご利用者様の当初の様子】

立つことはできず、ましてや歩くこともできない状態。車イス介助での移動。オムツ+大

パッド。利用開始間もない R6/12/17 に発熱。新型コロナウイルス罹患。宿泊室に隔離。
微熱が続く。R6/12/24 に老衰性誤嚥性肺炎で黒沢病院へ入院しました。
R7/1/4 退院しました。

【経過】

R7 の年明けの退院後より、立位はとれず、職員 2 人で排泄介助行ないました。

(尿意、便意はあり)

R7/1/7 本人より、「ずっと座ってばかりで、ちっとも歩かないけど、歩きたいんです」と
の言葉。ちょうどこの頃、仙骨部の皮膚剥離の状態が良くなりました。

夜間帯ではセンサー反応があり、訪室時には「おしっこ出ちゃった」と。お尻を上げるな
どの協力動作はあるが、寝返りはうてない様子でした。体位変換必要でした。

1/10 退院後初の帰宅。ベッドへの移乗時には職員に手を出し、「(私)歩きたいの」と、自身
で立とうという気持ちを表しました。

R7/1/21 立ち上がりの練習を試みるが、1 人では全くお尻が上がらず。

座位での下肢のトレーニング開始。

R7/1/29(1/30)夜間帯にベッドで端座位になっていました。

夜間に目が覚めるとなかなか寝付けず、部屋の灯りを点けたり消したりを繰り返すことも
多々あり、昼夜逆転とまではいかないが、日中うとうとすることがあります。

【対応】

本人の希望でもある“歩きたい”ということに対しては

①座位での下肢のトレーニング ②車イスでの自走 ③立ち上がり練習等で、
対応しました。

この A 様に対しては、あえて、ここからの“押しつけ”ではなく“自主性”に任せるような対
応をし、オーバーワークになりかけたらストップをかけ、一つ終わると「すごいですね
ー、この前よりできるようになりましたねー、頑張りましたね」と、労いの言葉をかける
ようにしました。

不眠気味であることに対しては足浴で対応する。日中ではなく、夕食後少し時間を空け、
なるべく就寝前に実施しました。

足浴の効果

清潔に保つ⇒感染症予防や創傷の治癒

血行促進⇒血の巡りがよくなり、全身が温まる→むくみの改善や床ずれ、拘縮の予防

足の状態を観察⇒足のトラブルの早期発見

リラックス効果⇒疲労解消、安眠

【対応の結果・考察】

“歩きたい”という希望に関しては、歩行可能までは到達しませんでした。全くお尻が上がりなかった利用開始当初を考えれば、成果はあったと思う。車イスでの自走は、こちらがストップをかけないと納得するまで止めません。手のひらの皮がむけてしまうほど熱のこもったものでした。トイレでの手すりに掴まり立つことは、もちろん職員の介助なしでは無理だが、介助量、力加減が圧倒的に減りました。この車イスでの自走だが、通常はフットレストに足を乗せ、ハンドリムを手で操作しますが、足で床を蹴りながら手で操作していた為、脚の筋力アップにも一役買ったようです。車イスの操作や、立ち上がり時(座面の前方へお尻をスライドさせ、足を手前に引く)の助言をすると、「いいこと教わっちゃった」と笑顔で応えてくれました。

足浴に関しては、はっきりとした因果関係は判らないが、していなかった時期に比べ眠りは良くなったように思えます。ただ、あまり想定していなかったことがあります。足の“むくみ改善”に対しての本人の反応です。もちろんむくみ改善には効果はあることは職員も、利用者様にも伝え、知っていましたが、まさかここまでとは思ってもみませんでした。自身からは「足湯して」との声かけはほとんどありませんが、「足湯でもしてみますか？」と聞くと、必ず「そうだね、してもらおっかな」と笑顔で応えてくださり、終わった後には「こんなに良くしてもらってありがたいね。家族も喜んですよ」「いいこと教わっちゃった」「見て見て、こんなに細くなっちゃった」と、まるで少女のように、その場を通りかかった他の職員や、仲良くしている利用者様にも声をかけています。かなりの頻度で『いいこと教わっちゃった』は話されます。本人の中では、相当“むくみ”が気に病んでいたようです。ただ、むくみをとるにはどうしたらよいか分らず(忘れてしまう)、なす術がなかった。完全に悩みが解消された訳ではないが、明らかに良い方向へと進んでいます。表情も豊かに見え、不安→安らぎへと向かい、結果、睡眠の量は増えたようです。

【新たな課題・まとめ】

新たな課題も見受けられました。①機能訓練後に、“歩行”までなかなか到達しない自身の不甲斐なさを「どうしてできないんだろう」「諦めようと思ってる」と吐露することもしばしばあります。励ますと立ち直りますが、間隔が狭まっているように感じます。②「歩ける人にはいろいろ世話してくれるけど、ただイスに座っている人には何にもかまってくれない」と、ある職員に話したことがあったようです。初めの頃は職員が側についていたが、現在は、自主的に行なえる事が多かった為見守りが中心になってしまっていました。③まだまだ睡眠の量が少ないことがあります。途中からは、排せつに関しての心配が増して、トイレ誘導の回数が増えました（それまではおむつ+パッド→リハビリパンツ+パッ

ド)。センサー反応の回数は明らかに減ったが、まだまだ対応の工夫が必要です。

利用開始当初

主食→おかゆ、副食→ミキサー、水分→トロミ、排泄→オムツ+パッド(ベッド上)

現在

主食→米飯、副食→一口大、水分→そのまま、排泄→リハビリパンツ(トイレ)

に変わってきている。

利用開始後、コロナウィルスにかかったり、老衰性誤嚥性肺炎で入院した時には考えられないほどにまで回復しました。

今までは『こうしましょう』『これやりましょう』と、言葉は悪いですが、こちら側の押し付けの感じがしてならなりませんでした。A様については、『(こんな感じなのがありますけど) どうします?』『こうしてみます?』と、提案に重点を置き、利用者様本人の意思を尊重し、一つ一つ労う、励ます、の対応をとりました。持ち前の負けん気ぶりを存分に発揮し、少しでも“歩きたい”という目標に向かって日々努力を続けています。利用者様が、この先希望通り歩けるかは分かりません。あれやこれや先に手を差し伸べることは簡単です、本人の意思、気持ちにしっかり寄り添うことが、とても大切なことだと再認識しました。もっともっとたくさんの“いいこと教わっちゃった”を聞けるようサポートしていきたいと思います。【ぬくもりあるケア】を実践しつつ“これからのこと”を考えながら。



特養アダージオにおける看取り支援の現状と課題

～人生の最終章を支えるために～

特別養護老人ホームアダージオ

発表者：町田みゆき

【はじめに】

令和 6 年 5 月より、当施設では施設回診として病院との連携が開始され、多くの課題に取り組み話し合いを重ねてきました。看取りケアにおいて重要な「アドバンス・ケア・プランニング（ACP）」とはもしもの時に、どのような医療やケアを受けたいかを事前に話し合い、共有しておくことです。入居者様、ご家族、職員が一緒に話し合い、その方の希望を尊重した最期を迎えられるよう支援します。

今回は、当施設における看取り支援の現状と課題について、人生の最終章をその人らしく尊厳あるものにするために、私たちがどのような取り組みをしているか紹介させていただきます。

【ACP の重要性と課題】

（図 1）施設開設時からの看取り支援実施状況を示したものです。令和 4 年以降、看取り支援が増加傾向にあり看取り支援における重要性が認識され、徹底されるようになっていると考えられます。当初は急な体調変化での救急搬送が多く、その後の経過を追うと数日でお亡くなりになる方がほとんどでした。ACP のタイミングを逃していたとも考えられます。全体的には救急搬送ケースもある一方で、看取り件数が増加している背景には、看取り支援の充実や入居者様と家族の意向の変化などが考えられます。しかし入所された方から必ず看取り同意が得られるとは限らず、延命希望を理由に退所されるケースもあります。看取り支援の体制が徐々に整備され、施設で最期を迎える入居者様が増える中で、救急搬送や家族の意向など、様々な退所の理由にも対応している状況が見えてきます。認知症などで意思表示が難しい方が多くその方の今までの日常生活の会話などから、ご家族が意向を決めていく事は難しいことかもしれませんがとても大切な事です。入所時から「死」について重い話を伝えていくことは、ご家族の心情に影響されるため、タイミングを見極める事が重要な課題となります。

【医療機関との連携】

回診時に服薬調整、褥瘡部や胃瘻部の確認、緊急時の尿道カテーテル交換や在宅酸素療法等入居者様の状態に合わせた医療ケアを提供しています。定期的にカンファレンスを行い状態を共有し、予測される事態に備えます。医療機関との連携は安心・安全な生活を支える上で欠かせないものです。

【連携のメリット】

施設で使用しているカルテには看護記録・薬手帳・診療情報提供書・検査結果・救急情報連絡シート（救急搬送時使用）緊急時の意向確認書（家族記入）看護サマリ（基本情報記入済み）などが準備されています。令和 6 年より当直体制が無くなりオンコール対応に重要性が増し、医療と介護が連携することで緊急時に迅速に対応できる体制を整え、安心を提供しています。

【意向と現実のギャップ】

特養は「終の棲家」と言われていますが、最近では現実のギャップを感じる場合があります。看取り支援の同意を得たとしても、ご本人様の痛みや苦しみと向き合う覚悟が揺らぐのは仕方のないことであり、ご家族の希望を尊重しながらも、医療的な判断の間で葛藤が生じることがあります。その様な時は、多職種で話し合い、最善の方法を模索します。医師、看護師、介護職員、ケアマネージャーなどそれぞれの専門性をチームで様々な角度から入居者様を支え、より個別性のあるケアを提供しています。

【家族とのコミュニケーション】

体調変化の際は、ご家族への早めの連絡に努めます。「知らされていなかった」「こんな状態だとは」といった感情の相違が起らないよう、最近では「LINE」を活用しています。面会に来ることが難しいご家族に日常の様子を知っていただくことは重要なことです。

【看取りケアの意義】

「死は日常の延長線上にある」という視点を持ち、最後までその人らしい生活を支えることが重要です。穏やかな日常の中で、最期を迎えることができるよう支援します。

【事例紹介】

実際の事例を紹介します。病院の転院を繰り返されていた A 様の娘様は「父の最期はアダージオで過ごさせてあげたい」という強い希望がありました。退院時カンファレンスでは特養と病院の違いを詳しく説明させていただきました。悩まれる様子がみられ、もう一度、ご本人様ご家族と話し合ってください「家には帰れないが家に近い場所であり、家族との時間を大切にしたい」との意志を確認し入所となりました。私達はご家族が思い出に残る時間を過ごせるようサポートをさせていただき、処置や入浴に影響のない時間帯の面会を可能な限り制限を設けず対応しました。ご家族の希望でご本人の好物や食事の介助にも携わっていただきました。入所から 2 週間後 A 様は穏やかに旅立たれました。ご家族から「とても貴重な時間を過ごすことができ、感謝しかありません」との言葉を繰り返し伝えられました。

【家族へのグリーフケア】

ご家族も、大切な方を亡くされる悲しみの中にいます。ご家族の気持ちに寄り添い、安心して看取りに関わることができるようサポート致します。最後の時をご家族が身体的、精神的に休める場所を提供しています。旅立っていく人だけでなく、あとに残されたご家族に後悔や心を痛めることのないよう、精神的ケアも充実させる必要があります。

事例紹介させていただいたご家族からの手紙の一部を朗読いたします。

(個人名を役職名に変更しています)

父が亡くなり早くも3週間がたちました。何を見ても父を思い出し、悲しみと向き合う毎日となりその都度涙があふれ、困ったものです。

～中略～

突然の最期の告知に途方にくれ悩んだ結果。もう自由にさせてあげたい…人間らしく穏やかに過ごしてもらいたい…父もきっとそう思っている…と。そんな家族の考えに、今回寄り添って理解をしてくださり、父の最期の場所に…と言ってくださったのが施設長さん、相談員さんを始めアダージオの皆さんでした。

父に「うちに帰りますよ！」と直接言ってくださった施設の看護師さん。今でも涙が出るほどありがたい一言でした。

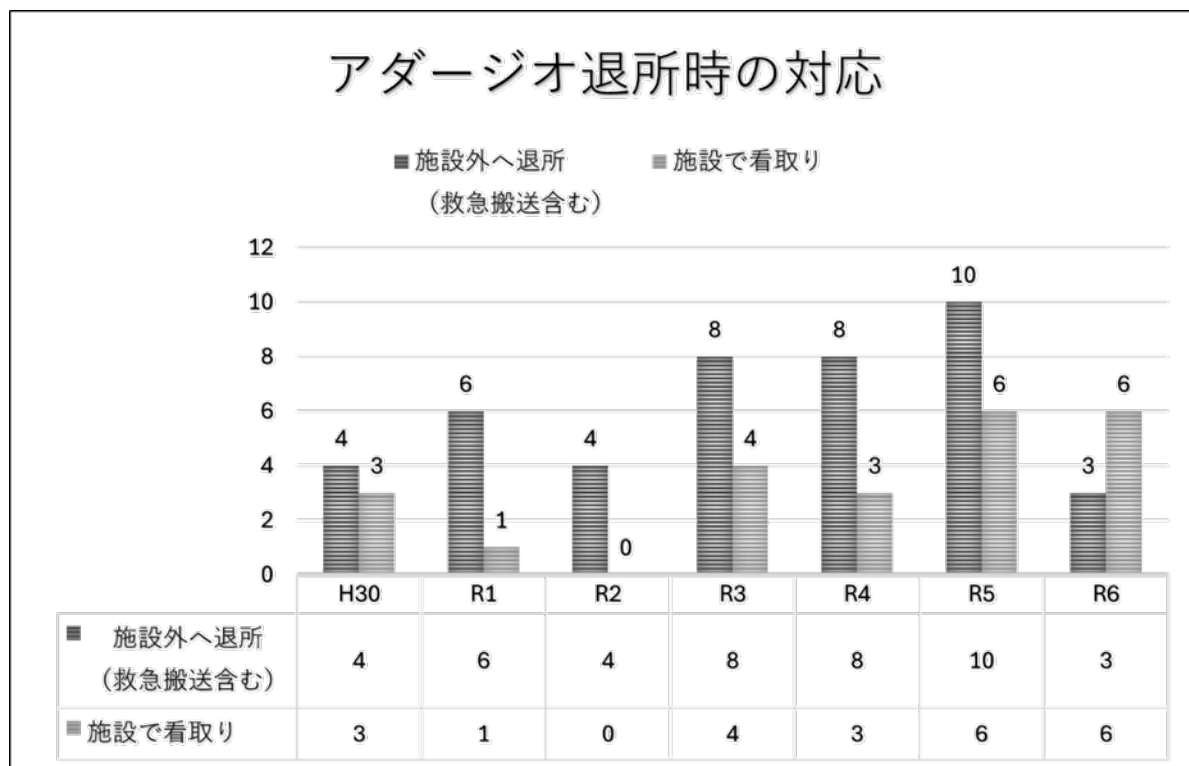
毎日面会に行く私たちに常に優しく頭を下げてくださった、ケアマネージャーさん始め介護士の皆様。父の褥瘡の処置やお風呂、お食事の世話やオムツ交換も家族では出来ない沢山の事を親切にいただいた方々。どの施設でも穏やかに過ごせなかった父が、最後の2週間は気付けば笑顔や感謝の言葉も溢れだしていました。

本人の心の安心感と穏やかさが、父を優しい元の父に戻してくれたんだと思い、家族としては感謝の言葉も足りないくらいに有り難く頭の下がる思いでいっぱいです。介護職の皆様は、いわば日の当たらぬ場所で決して楽とは言えないお仕事だと思います。ですが、間違いなくこうして一生感謝され、悲しみの中にも人の心に暖かさを残してくださる事のできる仕事だと思います。今回こうして、父の人生を幸せだったと、言わせられる最後にさせていただき、家族一同心より感謝しています。

【まとめ】

特養アダージオは、入居様が最期までその人らしく生きられるよう、チーム一丸となり入居者様とご家族に寄り添い、最後まで尊厳あるケアを提供してまいります。

<図 1>



【参考文献】

- ・ 臨終ここだけの話：志賀貢
- ・ 私の人生ノート：前橋市医師会



自暴自棄になっていたA様が
再び生きる意欲を取り戻すまで
～多職種連携によるアウトリーチの必要性～

居宅介護支援事業所ようざん

発表者 和田 文

【はじめに】

誰でも自分の人生に対して明るい希望などのプラス面、不安なことなどのマイナス面の両方を抱えて生きています。そして、自分の人生は自分の手で切り開いていきたい、生活は誰の手も借りずに行いたい、という思いがあるのではないのでしょうか。しかし、病気やケガ、加齢による衰えによって自分の力ではどうにもならない状況に陥った時、人はだれかを頼らざるを得ません。もし、そんな時、誰に頼っていいか、どこに頼っていいかわからなかったとしたらどうでしょう。自分の人生に何の希望も見いだせず、不安しか残っていない。その不安は、諦めとなり、もう自分なんてどうなってもいい、と投げやりになってしまうかもしれません。

今回ご紹介する A 様は、生活保護を受けながら独居生活を送っていましたが、体調も思わしくない中、誰にも頼ることができず、諦めの中すさんだ生活を送っていました。そんな自暴自棄になっていた A 様が周囲の支えを受けて再び生きる意欲を取り戻すまでをご紹介します。

【利用者様紹介】

氏名：A 様

性別：男性

年齢：77 歳

既往歴：高血圧

介護度：要支援 1

【生活歴】

高崎市にお生まれになった A 様は、若い頃から社会の枠にとらわれずに生きていたいというお考えの持ち主で、その日その時の人生を楽しく、思うままに生きていました。しかし、年齢を重ねるにつれ周りにいた友人は、一人、また一人と減っていき、長年の不摂生から体はいうことをきかなくなり、わずかな距離を歩くだけでも息苦しさをを感じるようになってきました。生活保護を受けていたので住むところと生活費はありましたが、振り込まれた生活費は、お酒とたばこ、パチンコに使ってしまい、残ったわずかばかりのお金で食べ物を買って暮らしていました。その時の A 様は、生きることへの希望はなく、先への不安と絶望感しかありませんでした。その現実の怖さから逃げるためお酒を飲み、たばこを吸って、お腹が空けばパンをかじるだけ。生きること何の意味も楽しさも見いだせずにはいました。

これだけ聞くと、自分勝手に生きてきた人の泣き言と聞こえるかもしれません。ですが A 様も苦しんでいました。こんな生き方がいいわけない。でもどうやってここから抜け出すのかわからない。誰かに助けてほしいけど、どこに行けばいいのか、そもそも自分は助けてもらう価値がある人間なのか、そして自分はどう生きたいのか。A 様は声を上げられず、また行動を起こすこともできずに苦しんでいました。

【民生委員とのつながり】

現在、高崎市には 700 名以上の民生委員がいます。その内の一人 B さんは A 様の住む地区を担当しています。民生委員さん達は、一人暮らしの高齢者を対象に、どんな暮らしをしているか、困りごとはないか 1 軒ごとに訪問してくださっています。A 様のお宅を訪問し、そのすさんだ生活状況を目の当たりにして A 様には支援が必要なのではないかと不安を感じた B さんは、すぐにあんしんセンターへ報告しました。

【あんしんセンターへのつながり】

令和 6 年 10 月民生委員の B さんから報告を受けたあんしんセンターの職員は、すぐに A 様のもとへ向かいました。そして A 様の今までの生活歴、現在の状況を確認しました。A 様の話を聞いた職員は、A 様の健康状態を考えると、A 様のライフスタイルを変える必要があること、一人でアパートにこもってお酒飲んでたばこを吸っても体にいいことは一つもないこと。生活保護受給者でも扶助をうけて介護保険サービスを利用できることを説明しました。

【支援の始まり】

まずあんしんセンターは、A 様が介護保険サービスを利用できるように A 様の介護度を判定してもらう申請をしました。これにより要支援 1 と判定ののでた A 様はその介護度に応じた支援を受けることが可能になりました。その他にもあんしんセンターは、A 様が高崎市が高齢者向けに実施しているサービスを利用できるように申請の手続きを進めていきました。

高崎市のサービスその① 高齢者ごみ出し SOS

足腰の弱くなった A 様にとってゴミの入った重たい袋をもってアパートの階段を下がるのは転倒のリスクが高く危険なことでした。そこであんしんセンターは、高崎市のサービスであるごみ出し SOS を使うことを提案しました。これは、高崎市に住む 70 歳以上でゴミ捨て場までゴミを運ぶことが困難な高齢者の自宅を回り、週に 1 回ゴミを回収してくれるサービスです。これにより A 様もゴミ出しの困難から解放されることができました。

高崎市のサービスその② 高齢者等あんしん見守りシステム

一人暮らしで不安なことは、急に具合が悪くなった時です。A 様もお一人での生活に不安を感じていました。あんしんセンターはそんな A 様の不安を軽減するためにあんしん見

守りサービスの利用を勧めました。これも高崎市の独自サービスの一つで、自宅に設置した緊急通報ボタンを押すと、すぐに見守りサービスの職員が連絡してくれるというものです。また、設置された安否確認センサーが12時間動きを感知しないと自動的にセンターに通報が行くといったものです。このサービスを利用することで、A様の一人暮らしの不安感が軽減されました。こうしてA様への支援は、一歩ずつ動き出しました。

【A様担当のはじまり】

あんしんセンターから、ケアマネージャーとして担当してほしいと依頼があり、令和6年11月はじめてA様とお会いしました。A様は、私の挨拶も自己紹介もほとんど聞かず、ご自分のことを怒涛のごとお話になりました。その中で繰り返し言われたのが、「自分なんて生きていても仕方がない。こんな不健康で不摂生しているのだからいつ死んでもおかしくないし、それでもいいと思っている。いままで周りに迷惑ばかりかけてきた。自分なんかいなくても誰も困らない。生きる意味なんてない。」機関銃のようにA様から出される言葉とは裏腹に、私にはA様が本当は、「生きていたいんだよ、生きていてもいいのかな」と言っているように聞こえました。

【デイサービスとのつながり】

ケアマネの仕事の一つに介護サービスの調整というのがあります。利用者様の介護度と状態に応じて必要な介護サービスが利用できるお手伝いをするというものです。A様にも外出の機会を持って健康的に過ごすことを目的に、デイサービスに通っていただくことになりました。こうして週に1回外出する機会を得て、社会生活に参加する時間を持てるようになりました。

【支援経過】

ケアマネとして担当になったことをご挨拶に行った翌日から、A様は事業所に毎日電話をしてくれるようになりました。内容は、ほとんどA様が自分の思いを話すといったものでしたが、その激流のような口調のお話を聞きながら、あふれ出すA様の思いが伝わってきて、今までずっとこの思いと闘ってきたのかな、と思い。「教えてくださってありがとうございます。」とお伝えする毎日でした。

こうして、本格的に介護保険サービスを利用したA様への支援がスタートしました。これでA様の生活の基盤が整ったと安心した矢先に思いがけない事態が発生しました。

A様は、以前から高血圧で服薬をしていましたが、それ以外には何の既往歴もありませんでした。それが、突然頻回に体調不良のため救急搬送される事態になりました。A様によると、前触れもなく突然胸が苦しくなり、あんしんSOSの緊急ボタンを押して救急搬送を依頼していました。しかし、病院に着くころには不調はおさまり、検査をしても何の異常は見つからない。しかし、その後も症状は現れ、その都度救急搬送、検査しても異常なく帰宅。ということが繰り返されました。

しかし、具合が悪くなるとすぐに救急車を呼んでしまうことはなくなり、多いときは週3回救急搬送されるときもありました。A様は高崎市内ほぼすべての救急指定病院に搬送され、そしてその全ての病院の検査で異常なしの診断を受けて、一日も入院することなく帰ってきていました。

何回目かの救急搬送の翌日、いつもの電話でA様は、「立ってられないほど苦しくて、救急車を呼んでもらったけど、また検査で異常ないといわれた。どうしたらいいのだろう。」とまくしたてました。

「立ってられないのなら座っててください。Aさんはどこも悪くないし、病気じゃないから大丈夫。」と返すと、「…そうだね」とトーンダウンされましたが、それ以降は救急車を呼ぶことはなくなりました。

しかし今度は、毎朝の電話で「血圧が高い」と訴えるようになりました。興奮した口調で、「薬を飲んでいるのに高い、どっか悪いんじゃないか」と矢継ぎ早に不安を訴えてきます。そんなA様に「Aさんはどこも悪くない、血圧が高いだけ、だから薬飲んでいるのでしょう」そして「タバコ吸って、日ごろ運動もしないで、食事もとったりとらなかつたりじゃ体にいいわけないでしょ」と続けると、「…そうだね」とトーンダウン。そんなやりとりがしばらく続きました。

【A様の変化】

そんなお話を傾聴するやりとりがしばらく続くうちにA様にだんだん変化があらわれました。

- ・お酒をやめてノンアルコールビールを飲むように。
- ・毎日決まった時間に食事をするように。（今までは、お腹が空いたら食べていた。1日何も食べないこともあった）
- ・栄養のあるものを食べるように。牛乳や、野菜、お肉や魚などバランス良く食べることが心掛けるように。（今までは、パンやスナック菓子をつまむ程度）
- ・朝起きて、夜寝る生活へ。（今までは、起きるのも寝るのも適当、1日の区切りもない生活）
- ・天気のいい日は、近くの長寿センターへ出かける。
- ・煙草をやめたい、と思うようになった。（思うだけでも進歩）

これらはすべてA様が自発的にはじめたことでした。そして電話の口調も激流から急流に、そして今ではまるでせせらぎです。内容も体の不調を訴えることから、食事の内容を見直している、散歩に行くようにしている等の前向きな出来事の報告へと変わっていきました。電話の回数も、以前は1日に1～2回だったのが、1日おき、2日おきとなり、とうとう2週間かけてこなかったときは、こちらからかけたほどです。

デイサービスも、すっかり自分の居場所となり所長をはじめ職員さんや他利用者様との

交流を楽しまれています。また、あんしんセンター主催の健康体操教室のイベントなどにも積極的に参加してくださるようになりました。

支援を始めて半年ですが、生きることに悲観的だった A 様が健康に気をつかい前を向いて生きていることが伝わってきます。

【今後の課題】

自分を痛めつけるように過ごしてきた A 様が自分をいたわり、日々の生活に喜びと明るさを見いだせるようになったことは大きな前進です。しかし、高齢で一人暮らし、収入は生活保護という厳しい条件で生きる A 様には、まだまだ課題があります。今は、アパートの階段を何とか昇降できていますが、できなくなったらどうするか。いつまで一人暮らしを続けることができるか等々。ですが、A 様には今、支えてくれる人々や制度があります。この先、A 様がどんな困難に直面しても皆でチームとなって乗り越えていきます。

【まとめ】

高齢者、生活保護受給者、一人暮らしは年々増加傾向にあります。

困ってもどこに助けを求めていいかわからない。何を助けてもらえるのかわからない。一人暮らしだから、高齢だから、生活保護だから我慢するしかない。そう思い耐えている人々は少なくないでしょう。しかし、物質的な貧しさは耐えられても、自分の価値や生きる意味を見失ったまま生きることは耐え難いのではないのでしょうか。現状、介護保険で利用するサービスは、本人もしくは家族などの代行による自己申告制をとっています。ですが、A 様のように情報にアクセスするのが難しい場合は、どんなサービスがあって、どうすれば受けられるのか知ることは困難です。支援制度の入り口にすらたどり着けない人々はどうすればいいのでしょうか。

今回の A 様の事例のように民生委員からあんしんセンター、居宅介護支援事業へと、支援する側が出向き、多職種で連携して支援のバトンをつないでいくことが、もっと求められているのではないのでしょうか。

一人暮らしでも、誰かが支えてくれる安心感とともに毎日穏やかに生きていくことができれば、自分の価値を信じて生きる意欲を見失うことはないと考えます。

軽度の要支援者が手を差し伸べられる機会を持てないばかりに、重い介護度に進んでしまうことも少なくありません。今、求められているのは本人任せの自己申告制度ではなく、支援者が動いていくアウトリーチの実践なのではないのでしょうか。声なき声を聞き逃さず、言葉にならない思いに耳を傾けることが必要とされていると実感します。

A 様は、回数は減りましたが定期的に電話をくださいます。そしてその電話で何度もあんしんセンターの職員、民生委員、生活保護の担当者、デイサービスの職員、そして私への感謝の言葉を口に出して何度もありがとう、と言ってくださいます。私は心の中でつぶやきます。A さん前を向いてくれてありがとう。私を伴走者として信じてくれてありがとう。ずっと、一緒に走らせてくださいね。



オーケイ ラン ポ

『“Okay lang po”を伝えたい！』

～ICT 技術を駆使して A 様の不安の闇をはらう～

デイサービスようざん並榎

発表者：行方 博之

【はじめに】

“Okay lang po”とはフィリピンのタガログ語で“大丈夫ですよ”という言葉です。介護現場は現在、多様な人材が支え合いながらケアを行う時代へと移り変わっています。人材不足の問題もあり、送迎業務が難しい外国人スタッフはおのずとホール内に残り、認知症高齢者の夕方の帰宅願望の対応に迫られるケースが増えてきました。日本人スタッフでも知識と経験が必要な認知症の周辺症状に対して、言葉や文化の違いもあって“okay lang po”が届きにくい現状が見られました。利用者様の不穏な姿を目の当たりにして、外国人スタッフが自信をなくしてしまうのでは？という懸念を感じました。

今回紹介する事例は、時代の流れでもある ICT 技術を活用しながら、日本の介護業界を大きく支えてくれている外国人スタッフが活躍して、なおかつ利用者が安心して過ごせる環境づくりを目指し、私たちが実際に取り組んだ記録です。

認知症の周辺症状にはさまざまなものがありますが、その中でも特に多くの事業所で頻繁に見られる「帰宅願望」への対応に焦点を当てました。これは認知症ケアの入口としてこの対応力を身につけ、基本を理解することで、他の周辺症状にも応用できるようになってほしいとの願いからです。また、ベテラン職員にも改めて基本に立ち返り、利用者の気持ちに寄り添う姿勢を大切にしてほしいという思いも込めています。ケアにおいて正解は一つではありませんが、私たちは以下の3つの柱を軸に、全員が同じ方向を目指すことを意識しました。

実践の柱は、以下の3点です：

1. 外国人スタッフが正しい夕方の帰宅願望の対応ができるようにみんなで支える
2. ICT 技術を積極的に使い、業務効率化や働きやすい職場づくりを目指す
3. 利用者一人ひとりの「尊厳」を最も大切にする

利用者やそのご家族、外国人スタッフや日本人スタッフのそれぞれの想いがしっかり届き、良い結果をもたらすように、また社会的課題である介護人材不足に ICT 技術を活用して取り組んだ事例を、ここにご紹介します。

【外国人スタッフ紹介】

● キリュウ レベッカ デリマ（フィリピン出身）

太陽のような笑顔と前向きな姿勢で周囲を明るく照らす存在。日本語も日常会話には問題なく、細やかな気配りで利用者にとっと寄り添います。与えられた業務はその日の内に片づける！という強い責任感も持っています。介護のプロフェッショナルとして着実に成長中です。

● フェデリン マリア フェ アグスティン（フィリピン出身）

来日して間もない為、長文や早い言葉の聞き取りは理解が難しい時もありますが、それでも臆することなく利用者様に関わってくれています。自然と手をつないでいる姿があり、言葉の壁を越えたコミュニケーション能力を持っています。また、帰宅後も自宅で日本語を一日5単語覚える！をモットーとしていて、とても真面目な性格です。言葉に不安があっても、相手の表情や声色から想いを読み取る“心の耳”が確かです。そのひたむきな姿勢が、スタッフにも利用者にも温かな刺激を与えています。

【事例対象者紹介】

A 様（90 歳・女性）要介護度 1、アルツハイマー型認知症、骨粗しょう症、高血圧症。埼玉県出身の元農家で、家族と共に農業を営んでいました。地域とのつながりを大切に、自宅前で井戸端会議を開くことが多く、近所の人々と活発に交流していました。社交的で手芸や花の手入れを楽しんでいて、デイサービスに飾ってある花を見るととても喜ばれます。送迎時に時折、家族と一緒に庭の水やりをしている姿も見られました。

また、旅行や社交ダンスも楽しんでいたようで、多くの人と関わりを持ち、アクティブに過ごしていました。しかし、アルツハイマー型認知症の症状が進行するにつれ、これらの活動が難しくなり、日常生活に支障をきたすようになりました。

A 様の夫は透析治療を受けており、認知症の症状が見え始めた A 様を自宅で一人にはしておけないという心配が見え始めた頃、群馬県高崎市に住む娘宅に引っ越し、同居することになりました。平成 30 年に夫が他界し、現在は娘宅で生活しています。

<A 様の夕方の様子>

午後 3 時半を過ぎ、日が傾き始める頃になると、それまで穏やかだった A 様の様子が突然変わります。何度も何度も時計を見ては落ち着かず、周囲を必死に見回しながら、「みんないなくなっちゃった！」「誰もいないの！？」とその言葉を繰り返し、不安に押しつぶされそうな様子になります。日中も時々同じ言葉が出ますが、安心する声掛けですぐに落ち着

くのですが、この時間帯の A 様は周囲に他の利用者や職員がいるにもかかわらず、その姿や声は A 様には届いていないかのようで、ひとり取り残されたような表情を浮かべられます。「大丈夫ですよ」「そばにいますよ」と何度声をかけても反応は薄く、不安は次第に強まり、職員が常にそばに付き添っていなければならない状態になります。

「帰らなきゃ！」という強い思いに突き動かされているようで、その表情は今にも泣き出しそうなほど切羽詰まっており、助けを求めて叫び出しそうな極度の緊張と混乱に満ちています。

最近では視力や聴力も低下してきたことも相まって、まるで世界そのものから切り離されてしまったかのような孤立感の中、A 様はただひとり取り残されてしまいます。ご家族様より自宅でも家に帰りたいたいという言葉が出るとのこと、そんな辛い状態が毎日 A 様の中で繰り返されているのです。

【取り組み①：家族との面会】

目的：

1. 利用者を「介護対象」ではなく、一人の人生を持つ個人として捉える視点の醸成
2. 外国人スタッフが家族の想いを直接聞くことで、ケアへの姿勢を変化させる

A 様のケアにおいて、普段ホール内で業務中心となりがちな外国人スタッフにとって、家族面会に同行する機会はほとんどありませんでした。日常の業務に追われ、A 様の家族や背景に対する理解が不足しがちでした。この取り組みでは、家族の想いや A 様の背景を直接感じ取る貴重な機会として外国人スタッフにその重要性を実感してもらうことが狙いでした。

A 様の娘は、「後で後悔したくないから在宅介護を続けている」と話し、毎晩 A 様と一緒に寝るなど献身的に支えています。自宅では「ごはん」「寝るよ」などの決まった声掛けになってしまっていて、以前やっていた編み物やパズルもしなくなりました。デイサービスではたくさん刺激を与えてほしい、自宅では体操をしないので、デイでしっかり取り組んでほしい、という切実な想いが聞けました。

外国人スタッフが家族面会に同行することで、A 様の生活や家族の想いを直接理解し、業務優先だった視点から「利用者との関わり＞業務」への意識が変わりました。家族のサポートの重要性を実感し、文化や言語の壁を越えて A 様の人生に寄り添う視点が芽生え、ケアへのアプローチが変わったのです。

【取り組み②：マニュアル配布・職員アンケートの実施】

目的：

1. 帰宅願望への対応方法の共有と再確認
2. チームワークの強化、認知症への対応力アップ
3. 業務改善とスタッフのモチベーション向上、風通しの良い職場環境づくり

専門書『認知症のこころがわかる』から「帰宅願望」に関する章を抜粋し、職員全員に配布しました。外国人スタッフにはスマホの翻訳アプリ（Google Translate など）を活用し内容を理解してもらい、日本人スタッフには帰宅願望への基本的対応を再確認しつつ、「外国人スタッフとの関わり方」をテーマにアンケートを実施しました。

アンケートでは以下のような意見が寄せられました：

- ・「翻訳アプリの活用」
- ・「言葉そのものよりも言い方（抑揚など）を教えては？」
- ・「A 様は恋バナになると笑顔が多い」
- ・「認知症の方の尊厳を守る重要性を英訳でしっかり伝えるべき」
- ・「非言語コミュニケーションの重要性」
- ・「職員の焦りが A 様に伝わる」
- ・「業務＞利用者との関わりの優先順位を見直すべき」
- ・「笑顔は万国共通」
- ・「言葉だけにとらわれずミニゲームなどをしながら一緒に過ごしては？」

これらの意見は現場改善の貴重なヒントとなり、特に職員の意識改革に繋がりました。全ての意見をグループ LINE で共有し、「言っても無駄」にならないよう配慮。モチベーションを維持しつつ対応力が向上しました。

また、職員間の意見交換によりチームワークが強化され、風通しの良い職場環境づくりが意識されるようになりました。

【取り組み③：ChatGPT の活用による業務改善と情報支援】

目的：

1. 清掃業務の効率化と A 様との関わり時間の確保
2. 外国人スタッフの理解促進とケアへの前向きな参加支援
3. ICT ツール活用による業務支援の可能性検証

職員アンケートにて「A 様との関わり時間を優先すべき」との意見があり、それを受けて ChatGPT を活用し、清掃スケジュールの見直しを行いました。

夕方の業務の内容とそれにかかる時間、職員の人数や勤務時間、掃除機ではなくモップを使うと時間を半分にできることを ChatGPT に伝え、A 様に寄り添う時間を確保できる体制を整えようと思いました。

しかし、実際に作成してみるとスケジュールが細かすぎて複雑になってしまい、現場ではかえってやりづらさを感じました。

そこで、よりシンプルで柔軟に対応できるよう、以下のように方針を見直しました：

- **外国人スタッフが 1 名体制の場合**
→ A 様との関わりに専念し、帰宅後に掃除機ではなくモップで清掃を行う。
- **外国人スタッフが 2 名体制の場合**
→ 1 名が A 様との関わりに専念し、もう 1 名が清掃業務を担当。
→ A 様帰宅後、2 人で残りの清掃業務を分担して行う。

そして、この方針を外国人スタッフにもれなく伝えられるよう、長文の英訳に適した ChatGPT を活用して文章化し、わかりやすく共有できるようにしました。

また、ChatGPT は抄録作成支援や、翻訳アプリでは補いきれない認知症の周辺症状に関する学術的内容や、家族の声の翻訳にも活用。外国人スタッフの理解が深まり、ケアへの積極的参加に繋がりました。

※ただし、ChatGPT の情報は信頼性の精査が必要であり、内容の正確性担保のために『認知症のところがわかる』などの書籍やスタッフ経験を中心に据えて、ICT ツールはあくまで補助的役割としました。

【取り組み④：翻訳アプリの活用】

目的：

1. 認知症利用者への対応に対する心理的ハードル軽減
2. 日本人スタッフと外国人スタッフ間の意思疎通支援

誰しもコミュニケーションに障害があると、その方とのかかわりを避けてしまうと思います。長文や曖昧な表現は ChatPT を使って丁寧に翻訳できますが、夕方の A 様の矢継ぎ早に出てくる言葉をなんとか翻訳できないか？と考えました。そこでスマホの翻訳アプリ（“話す翻訳機”など）を活用。全ての言葉を拾いきることは出来なく、時々日本人スタッフが間に入る必要もありましたが、外国人スタッフが A 様は今何を言っているのか？状況

を正確に把握できるようになり、また伝えたい言葉の日本語もすぐに学べるようになりました。

昔好きな人がいたけど色々な事情があってあきらめた事、社交ダンスを習っていて昔は流行していたことなどが細かく伝わったことにより共感的に関わることができ、関係性の質が向上しました。また、日本人スタッフも「ちゃんと伝わっているか？」という不安が軽減され、連携がスムーズになりました。

【取り組み⑤：デジタル写真集の作成】

目的：

1. 回想法による感情の安定
2. 印刷物作成の経費・負担軽減（生産性向上）
3. 言葉以外のコミュニケーション手段の確立

ご家族様と面会時に昔のアルバムを預かることができ、「何かに活用できないか？」と考えました。ただし、今回の取り組みでは生産性向上の視点も強く意識しました。当然ながら、人員や財源には限りがあり、その中で利用者様の QOL 向上を目指すのが真の介護士と思ったからです。そこで、回想法を意識しながらも印刷やフォトアルバムの手間と経費を省けるように、パワーポイントでデジタル写真集を作成しました。

パソコンの画面上に映し出された過去の自分の写真を見ると、「私じゃない」「見えない」と言われてしまい思い通りにはいきませんでした。そこで次はホール内に飾ってある A 様が良く見て笑っている最近の写真をデジタル写真集で作ってみました。すると、同じ言葉は出ましたが以前より少なく、笑顔になる場面も増えました。ただし、視力低下やパソコンの画面が薄く見づらいことや、顔の近くにノートパソコンを持っていくとキーボードに触れてしまい円滑に操作できないなどの課題もあり、対策の必要性を感じました。しかしながら、外国人スタッフの A 様と関わるためのツールの一つになったこと、生産性向上を兼ねられたことは自分にとって大切な経験につながりました。

【取り組み⑥：非言語的コミュニケーションの重視】

目的：

1. 外国人スタッフにとっての「言葉以外の強み」の育成
2. 日本人スタッフも言語に依存しない関わりを探る

笑顔・ジェスチャー・ボディタッチを取り入れたミニゲームを通じて、「言葉がなくても A 様の不安を解消する方法がある」ことを職員全体で体感しました。楽しそうな笑い声や

盛り上げ上手なデリマさんとマリアさんが A 様と接する姿を見て、言葉の違いにこだわりすぎていたのかもしれない、外国人スタッフの言葉ばかりに目がいて長所を考えることを怠ってしまっていた、と「チームケアの原点」を再確認する時間となりました。今回取り組んだ6つの中で最も A 様やスタッフの目が輝いていて、A 様が利用時の夕方はミニゲームをして過ごすことが多くなりました。

【考察・まとめ】

「帰宅願望」という言葉は広く知られていますが、私たち専門職にとって本当に大切なのは、それを単なる一つの症状として捉えるのではなく、本人の感じている辛さや苦しみに真剣に向き合い続ける姿勢ではないでしょうか？

たとえば A 様が夕方に見せる「帰りたい」という言動も、表面的には「他の人が先に帰ってしまった」といっただけの言葉に聞こえるかもしれませんが。しかし、その背景には、真っ暗闇の中でまるでこの世界から切り離されてしまったかのような、深い孤独や不安が潜んでいるのだということを、私たちは決して忘れてはならないと感じます。

また、外国人スタッフも「なんとかしてあげたい！」という強い想いをもちながらも、A 様と同じように相手に自分の気持ちが伝わらないという苦悩を抱えていました。お互いに気持ちを言葉や態度で伝えようとしているのに、なかなか噛み合わない・・・そんなすれ違いの中で ICT 技術は大きな助けとなりました。

当初は翻訳アプリや ChatGPT などの技術に対して抵抗もあり、使うことに躊躇していました。しかし、今はまだ触れたことのない方にも是非活用をおすすめしたいと思えるほど、その効果を実感しています。ただし、ICT 技術が便利だからといって、それだけに頼るのではなく、「人間らしさ」や「経験値」、「心」といった要素の大切さも強く感じました。新しい技術を取り入れる一方で、人の「尊厳」が決して奪われることがないようにバランスよく活用していくことが私たち現場スタッフの使命です。

これからも多くの利用者様、ご家族、そしてスタッフと関わる中で、少しでも皆様の想いが届け合えるような、心の通ったケアを目指して努力を続けていきたいと思えます。

どんな壁も、みんなで支え合えばきっと『Okay lang po（大丈夫）』



心でつなぐ介護 ～技能実習で学んだ“思いやり”の力～

ケアサポートセンターようさん

発表者：クリスティン

長壁 初美

【はじめに】

現在、日本には約 14,751 人の技能実習生が在留しており、そのうち約 9,328 人が介護の現場で働いています（2023 年 12 月末時点）。私たち技能実習生もその一員として、日本の介護現場で多くの経験を積みながら、日々成長を重ねています。

日本の介護現場で技能実習生が必要とされている理由は、主に以下の 3 つといわれています

まず一つ目は、深刻な人手不足の解消です。日本は世界でも有数の超高齢社会であり、介護を必要とする高齢者の数が年々増加しています。一方で、介護職を希望する日本人の若者は減少傾向にあり、慢性的な人手不足が続いている為です。

二つ目は、国際貢献と技術移転です。技能実習制度の本来の目的は「国際貢献」であり、日本で学んだ技術や知識を母国に持ち帰り、地域の福祉に役立てることが期待されています。介護分野においても、実習生たちは日本の高い介護技術や利用者への心のこもった接し方を学び、その学びを将来に活かそうと努力しています。

そして三つ目は、多様性による現場の活性化です。異なる文化や価値観を持つ私たちが加わることで、新しい視点や発想が生まれ、現場に良い刺激をもたらしています。利用者とのコミュニケーションの幅が広がり、職員同士の協力も深まり、チームとしての力がより強くなります。

実際に、私が働いている施設には、現在 3 人の技能実習生が共に働いています。彼らもまた、日本語や文化の違いに戸惑いながらも、真剣にそして前向きに介護の仕事に取り組んでいます。「利用者さんの笑顔が励みになる」「もっと上手に会話できるようになりたい」と、それぞれの目標を胸に日々努力を続けています。

本日は、私自身の来日前の気持ちや、実習を通して感じたこと、そして介護の仕事の素晴らしさや現場で直面している課題について、発表させていただきます。

【自己紹介】

私はクリスティンと申します。フィリピン出身です。日本に来て1年半になります。日本に来ることは私の長年の夢であり、今こうしてこの場に立っていることが、まだ信じられない気持ちです。

日本に興味を持ったきっかけはアニメでした。そこから日本の文化や人々、美しい景色への憧れが深まり、「いつかこの国で暮らしてみたい」と強く思うようになりました。

フィリピンでは、家族を大切にする文化があります。

私は、両親が祖父母を献身的に介護する姿を見て育ちました。

そこから

「誰かを思いやること」 「支えること」の大切さを学びました。

【来日前の気持ち】

来日前は、桜や雪、美味しい食べ物、日本での旅行などを楽しみにしていました。

一方で、家族や友人と離れること、見知らぬ土地での暮らしへの不安も大きかったです。

でも、私の心には「家族を支えるために日本でがんばりたい」という強い思いがありました。

介護の仕事に対しては、「高齢者のお世話をする仕事、感情面でも支えること」と、ある程度の覚悟はしていました。フィリピン人は高齢者を敬う文化があるため、私はきっと大丈夫だと思っていました。

【実習を通じて感じたこと】

実際に働いてみてわかったのは、日本の介護の仕事は

「非常に細やかで奥深い」ということでした。

オムツ交換ひとつとっても、清潔さを保つための配慮や正しい手順があり、

入浴介助もただ洗うだけではなく、体に負担のない姿勢や温度管理など、細かい気配りが求められます。

食事に関しても、刻み食やペースト食など個々に合わせた配慮が必要です。

その責任の重さを、私は現場で初めて実感しました。

最初の数か月は本当に大変でした。

言葉の壁に苦しみ、単語や説明が理解できずミスをしてしまうこともありました。分からなくて泣いてしまうことありました。

でも、そんなときにカンボジア出身の先輩が私を支えてくれました。彼は私の失敗を責めず、繰り返し優しく教えてくれたのです。その姿を見て、「私もあの先輩のようになりたい」と強く思いました。

現在、フィリピンから来日した技能実習生の指導を担当しています。日本語や文化の壁に戸惑う彼女の姿を見るたびに、かつての自分を思い出します。だからこそ、ただ知識や技術を教えるだけでなく、心の支えにもなれるように、先輩のように、失敗を責めず、寄り添って指導することを心がけています。

彼女が少しずつ自信を持ち、笑顔で働く姿を見ると、私自身も大きな喜びと成長を感じます。今度は私が誰かの力になれる番だと思い指導しています。

異国の地での生活は寂しさとも隣り合わせです。家族に会えないまま、突然の別れが訪れてもすぐに帰ることができない。経済的な理由で帰国できないこともあります。そういった現実の中で泣いた夜もあります。

【日本の介護のすばらしさ】

けれど、ある時私は気づきました。

介護とは「ただ手伝うこと」ではなく、「誰かの命を守ること」なのだと。細かい規則や厳しい手順すべてが、利用者様の安全のためにある。それに気づいたとき、仕事に対する意識が大きく変わりました。言葉が通じなくても、笑顔や気持ちは通じる。私は日本で、そんな“心の介護”も学びました。

また、指導してくださる日本の職員の方々が、仕事以外に食事に連れて行ってくれたり、ゲームセンターやボウリング、バーベキューにも参加しとても楽しいです。私たち外国人を「ただの労働者」ではなく「仲間」として受け入れてくれたことに、心から感謝しています。

仕事が大変なときでも、利用者様からの「ありがとう」や「笑顔」が何よりの励みになりました。

【まとめ】

この日本での経験を通して、私は新しい“家族”に出会えたと思っています。

介護とは、人を思いやる心そのもの。

今の私があるのは、この仕事と出会えたおかげです。

ご清聴ありがとうございました。



「幸せのカ・タ・チ」

若年性認知症を通して見えてくるもの

ケアサポートセンターようざん八幡

発表者：工藤 松

外所 英美

もし、自分や家族が若くして発症する 若年性認知症
と診断されたらどうしますか？

現在の所、認知症を根本的に治す薬や方法は残念ながらありません。

普通に送っていた生活が一変してしまう事でしょう。

当たり前だった事が当たり前でなくなる怖さや忘れたくない事まで
忘れてしまう哀しさがあると思います。

その時に どう向き合うかを私達も考えさせられました

対象者紹介 A 様 女性 56歳 要介護5

【既往歴】

早発性アルツハイマー型認知症

【経過】

2020年4月まで 介護支援専門員として仕事に従事していた。

家族と休日調整をしても話がかみ合わず 日付のメモを持たせても上手く使用できない

同年 同月末に家族に相談なく退職 その後新たな転職先を探し始めたが

転職先との日程調整も自分で日付調整できず それでも2020年 5月～

施設に介護支援専門員として再就職されるも 直後に会社から夫に連絡あり

「新しい仕事を覚えられない」「認知症では」 その後 家族付き沿いの元

老年病院物忘れ外来受診。早発性アルツハイマー型認知症と診断

2021年5月 HDS-R15点 MMSE21点

2021年12月 HDS-R13点 MMSE17点

この頃には・・・

- ・日付が分からない
- ・短期記憶が保てない

・二次的に不安になって泣き出してしまう事あり

2022年5月～

精査目的でサンピエール病院受診

頭部CTでは 前頭葉・頭頂葉に萎縮が目立つ

2022年7月に入ると 家族から見て急に人が変わったように感情的になる事が
多くなり、自宅から頻繁に出て行くようになる

昼夜問わず 独り言、急に感情が入って泣きわめく 幻視症状出現 服薬コントロール
試みるも大きな改善なく、

2022年8月～ サンピエール病院（精神病棟）へ入院となる

約 半年間の入院生活を経て

2023年2月～サンピエール病院退院し 在宅復帰も視野に入れた形で
小規模多機能 ケアサポートセンターようざん八幡利用開始となる。

【生活歴・家族構成】

夫と結婚後 3人の子供を設ける（長男・長女・次女）長男と長女は既に結婚し
実家を離れて生活をしている。現在の自宅では 夫と学生の次女と3人で生活をしていた

介護支援専門員の仕事をこなしながら 自宅では良き妻・母として家事も満遍なく
こなしていた。性格なのか 自宅内のお掃除は部屋の隅々までマメに行っていた
子供たちにとっては 自慢のお母さんである事に今も変わりはない

【利用後の様子】

第一印象

笑顔が素敵なお家族に愛されている事がとても分かる方という印象でした。

【家族の想い】

一日でも多く、家族との時間を作れたらと思う

【最大の課題】

早発性アルツハイマー型認知症は 病気の進行がとても速いと言われている
その為 進行速度を出来る限り抑えながら ご家族との時間を少しでも多く過
ごしてもらおう為に 私達に何が出来るか？

【取り組み①】

本人の出来る事 難しい事 何が好きで何が嫌なのか 知ることから始める

【情報の洗い出し】

- ・声掛けに応答はあるが、かみ合わない時もある
表情に注視する
- ・トイレに使い方が分からない
声掛けしながら誘導し、自分で出来る部分はないか探っていく
- ・衣類の着脱
脱衣は介助が必要
着衣は声掛けし、時間はかかるが出来る事を誘導する
- ・入浴
洗体は声掛けしながら洗える所は自分で洗って頂く
洗髪は出来る時と出来ない時がある
湯船には浸かれる 鼻唄が出る時は気持ちが良い時のサイン
- ・食事
お箸は上手に使えるが、早食い・単体で一つずつ食べる 一口が多い
声掛け・見守りし 誤嚥しないよう注意を払う
また 他者の食事に手を伸ばしてしまう事（盗食）や食べ物ではない物を
口に運ぼう等される（異食）も同様に注意を払っていく

【変化】

利用開始当初は 比較的 椅子やソファ等に腰掛けていた事が多かった A 様
しかし、時の経過と共に 徐々に施設内の廊下を起床後から 就寝前まで
一日中 端から端まで歩いている様子が伺えるようになる

さらに 歩行の姿勢にも変化が出始める

2023 年 3 月～ 上半身右傾きが顕著に見られる

2023 年 4 月～ 上半身左傾き //

歩行時のバランスが非常に悪くなり 転倒される事も・・・

この頃から 表情も非常に陰しくなり 特定の職員に対しての強い介護拒否などが
目立つようになり 感情表出が激しくなるなどの 「脱抑制症状」が
目立つようになりました。

【対応】

本人の 1 日のペースやリズムを大切にしながら 合間で各職員が声をかけ
本人と一緒にソファに腰掛けて休みながら水分補給を促したり

歩行途中に 一緒にトイレへのお誘いや 常に気持ちに寄り添いながら
笑顔の対応を心掛ける。

↓

現在の歩行状態

今では移動時の身体の傾きは 現在は改善され ゆったりとしたペースで毎日
廊下を歩行されています。

【考察】

若年性認知症は冒頭でも申し上げた通り、特効薬もなく

進行も非常に速いとされています。

しかし、先の診察で 主治医より 今現在のA様の状態（進行状況）は
進行速度が止まっているかの様だ。奇跡に近いと家族にお話があったと聞きました。

A様のご病気の進行速度を抑制している物は何なのか？

本人との関わり方 廊下を長時間歩かされているA様に対して

すれ違うたびに、各職員が意識して 本人に声をかけたり 笑いあったり、ハイタッチを
したり・・・

失敗があっても それを笑いに変える事

A様にとって ようざん八幡という環境が上手くマッチングし

それが進行速度の抑制に繋がっているのだとしたら、それこそが介護の力
介護施設の可能性ではないでしょうか？

【最後に】

高齢化の進む日本では、2040年には認知症患者数が

600万人とも700万人とも推測されています。

その他にも、加齢に伴い様々な病気に罹患します。

病気に罹る事は、不幸な事に違いありません。

特に認知症は治療が難しく、ご本人にもご家族にも負担の大きい病です。

しかし、病が完治しなければ楽しい時間は過ごせないのでしょうか？

治らない病になったら幸せな生活は送れないのでしょうか？

日々、お声がけする度に、笑顔を見せて下さるA様、そのA様の周りに

広がる笑顔を見るにつけ、こちらの心も温まるのです。そして時には、周囲の輪の中に
ご家族の笑顔もあるのです。

A様の心の中は分かりません。しかし、笑顔を見せて下さるこの瞬間

「A様は幸せに違いない」と確信するのです。確かに、認知症を患う前とは違う

「幸せ」かもしれませんが、これがA様と、そして、A様ご家族の今の「幸せのカ・タ・
チ」なのだと思います。

そこで少しでも、お手伝いが出来るとしたら、それが職員としての幸せです。

その想いと共に、これからもA様そして、A様ご家族に寄り添って行きたいと思います。



移乗サポートロボットを活用した支援

ナーシングホームようざん

発表者：金井 智美

【はじめに】

近年、介護業界では ICT や介護ロボットの積極的な活用により、サービスの質の向上と同時に生産性の向上が強く求められています。人手不足が深刻化する中、テクノロジーを効果的に取り入れることで、介護者の身体的負担軽減と利用者様へのサービス向上の両立が期待されています。

当事業所では、定期巡回・随時対応型訪問介護看護サービスを利用されている方に対し、移乗サポートロボット「hug」を活用した移乗支援を行っています。導入以来、介護スタッフの身体的負担軽減はもちろん、利用者様の自立支援にも大きな効果を実感しています。今回、実際に定期巡回の利用者様で使用している移乗サポートロボット「hug」を職員も体験する事で、感じた効果や実用性について紹介させていただきます。

【移乗サポートロボット hug について】

「hug」は、移乗動作をサポートするためのロボットです。

主な特徴として：

抱きかかえるデザイン: 利用者様の脇の下に支えるアームが入り、胸の前で固定されるため、安心感があります

電動アシスト: 利用者様を持ち上げる力を電動でアシストしてくれるので、介護スタッフの腰への負担が大幅に軽減されます

操作性: 専用のコントローラーで高さや角度を調整でき、一人のスタッフでも安全に操作できます

コンパクト設計: 狭い在宅の環境でも使いやすいサイズになっています

介護スタッフは「hug」を利用者様の前に置き、支えるアームを適切な位置にセットします。その後、利用者様の体重を「hug」が支える形で、ゆっくりとベッドや車いす、トイレまで移動し、安全に座らせることができます。

現在、定期巡回の利用者様は、車椅子からトイレへの移乗、トイレからベッドへの移乗の場面で hug を活用しています。

【「hug」を使うことで得られるメリット】

介護スタッフの腰痛予防につながります。

また、利用者様に安心感や誰でも同じ支援ができる安定感を提供できます

場合によっては二人がかりで行う介助が一人で行えるようになり、人手不足の解消につな

がります。

介護スタッフの体力的な負担が減ることで、より質の高いケアに集中できます。

このように、「hug」は単なる機械ではなく、介護する人もされる人も、より安心して快適に過ごせるようサポートする大切なパートナーと言えます。

【職員が体験】

STEP1 立ち上がる

Hug に寄りかかった姿勢から、「立つ」ボタンでHug がやさしく抱え上げます。

STEP2 動かす

Hug に乗った状態で動かし、移乗することが可能です。

STEP3 座る

移乗先に着いたら、「座る」ボタンで安全に座ることができます。

【効果と利用者様の反応】

「hug」の使用より、職員から以下のような感想が上がっています。

- ・腰痛の不安が減りました。
- ・体格の良い利用者様でも hug が活用できれば一人での移乗介助が可能です。
- ・移乗時の事故に対する不安が軽減されました。

実際に hug を体験いただいた利用者様からは、

- ・「安定感がある」「立たせてくれるから楽」などの感想を頂きました。

特に印象的だったのは、これまで移乗に強い不安を示されていた利用者様が、「hug」の活用により笑顔で介助を受け入れてくださるようになったことです。

【考察】

移乗サポートロボット「hug」の導入事例から、いくつかの重要な点が見えてきました。

まず、介護の現場では「移乗」という動作が日常的に行われますが、これは介護する側にとって非常に腰への負担が大きい作業です。一般的に想像されるよりも、実は介護職の腰痛問題は深刻で、離職理由の要因にもなっています。「hug」のようなロボットは、この問題に直接対応することで、スタッフの健康を守るだけでなく、長く働ける環境づくりに貢献しています。

また、介護を受ける側の方々にとっても、人の手だけでの介助よりも安定感のある動きで移乗できることで、「落ちるのではないか」「痛くなるのではないか」という不安の軽減が期待されます。これは数字では表しにくい「心理的な安心感」という大切な効果です。

さらに、介護の世界では「二人介助」が必要なケースが多くありますが、ロボットの活用によって一人でも安全に介助できるようになり、限られた人員を効率的に配置できるようになります。これは人手不足が深刻な介護業界において、とても大きな意味を持ちます。介護ロボットというと「冷たい機械が人の仕事を奪う」というイメージを持たれることもありますが、実際は逆です。テクノロジーが介護者の体力的な負担を減らすことで、より心のこもったコミュニケーションや細やかなケアに時間を使えるようになります。つまり、機械にできる部分は機械に任せ、人にしかできない温かいケアは人が担当するという「最適な役割分担」が生まれているのです。

【おわりに】

今回の取り組みを通して、介護ロボットの導入が介護現場にもたらす具体的な効果を実感することができました。移乗サポートロボット「hug」の活用は、介護スタッフの身体的負担軽減だけでなく、利用者様の安心感や満足度の向上にも大きく貢献しています。

現在、介護業界はかつてないほどの人材不足と高齢化社会の進展という課題に直面しています。このような状況下では、ICT や介護ロボットなどの先進技術をいかに効果的に取り入れるかが、サービスの質を維持・向上させながら生産性を高める鍵となります。

今後も様々な技術革新に積極的に目を向け、人の心のこもったケアとテクノロジーの便利さを上手に組み合わせながら、より良い介護サービスを皆様にお届けしていきたいと考えています。介護の未来は、人の温かい心遣いとテクノロジーが支え合う中にあると感じています。



「住環境「快」革！！」

～グランツ的バージョンアップ・はじめの一步～

介護付き有料老人ホームグランツようざん

発表者 小松 陽子

高橋 小織

(はじめに)

「環境」とは、「まわりを取り巻く周囲の状態や世界。人間あるいは生物を取り囲み、相互に関係し合って直接・間接に影響を与える外界。(デジタル大辞泉)」とされています。

私達は、生活の中で様々な環境に身を置いており、「環境が人を作る」という言葉や、「朱に交われば赤くなる」等の諺もある様に、環境から受ける影響は大きいものです。また、どの様な環境にあるかによって、生活そして人生の質は大きく変わってくるのです。

例え、人生のほんの一部の限られた時間だとしても、「自分らしくいられる」、「リラックス出来る」、「ゆっくり過ごせる」…その様な環境で過ごせれば、生活に張りが出て、心身共に幸福度が高くなるのではないのでしょうか。

(取り組みのきっかけ) ～5つの気付きや疑問～

1. 今迄、「ご入居者様視点での」環境整備が疎かであった。
2. 環境整備が不十分な事で、心身に影響を与える。
3. 環境整備が不十分な事で、ヒヤリハットや事故の発生に繋がる。
4. その人に適さない環境にある＝「そこにいるだけ」、「その人らしさが失われた生活になる」。
5. ホテルの様な、何もなくすっきりした、綺麗で静かな環境が必ずしも、「よい環境」であるとは限らないのではないかな？

「環境」の定義は幅広く、短期間で一度に行う事や、事例担当者だけでの取り組みは困難で、全職員の理解と協力が必要となります。さらに、事業所内である為に、改善出来る範囲(大掛かりな改修は困難)や、掛けられる費用にも制約があります。

その様な中でも、「**グランツのバージョンアップ！！**」、「**雰囲気**を温かく、心地よく」、「**利用者視点**で」…これらの思いを大切に、住環境「**快**」革の「**はじめの一步**」を踏み出したいと考えました。

(実践内容と取り組み毎の結果)

1. 見えにくく分かりにくい、トイレの案内板(男性と女性のイラストと、矢印が描かれた表示)

改善前：ご入居者様には、高さが高過ぎ、「トイレ」である事が分かりにくい案内板でした。

改善後：高さを15cm下げて、イラストから「お手洗」と文字での表示に変更しました。

考察：ご入居者様に解りやすい表示方法へと改善した事により、身長の高い方や車椅子利用の方にも見やすくなると考えられます。

結果：高齢の方に配慮した素敵な看板を設置出来た事で、トイレに迷わず行ける方が増えました。

2. 位置が分かりにくい、名もなき共用トイレ

改善前：トイレの場所がどこか把握出来ず、ご入居者様対応や職員間の連携に手間取りました。

改善後：各トイレの壁紙の色にちなんだお花の名前を付け、扉の表裏にラミネート加工したカード（花のイラストとトイレの名前を表記）を貼りました。トイレの名前は、青い壁紙：「りんどう」、紫の壁紙：「あやめ」、ピンクの壁紙：「さくら」としました。

結果：トイレの位置が明確になった事で、連携や対応もスムーズに行える様になりました。

3. 居室のメモリープレート（カスタマイズ可能な表札）を見やすく・美しく！！

改善前：メモリープレートの飾りの有無に差があり、全体的にまとまりがない見た目でした。

改善後：切り絵を作り、飾りました。また、ご入居者様のお名前を見やすい様にフォントサイズを拡大し、今迄以上に「ご自分のお部屋である」事が解る様にしました。

考察：「ご自分のお部屋」である事の認識や、（居場所がある）との安心感に繋がると考えられます。

結果：見やすく美しいメモリープレートが沢山飾られ、廊下が明るく華やかな雰囲気になりました。

4. 手摺りや角部分への安全対策

改善前：頭部がL字手摺りの縦部分やペーパータオルホルダーにぶつかり易く、洗面台やトイレに設置されている大理石は、角部分が剥き出しで危険な状態でした。

改善後：衝撃を和らげる為に、滑り止めマットを縦手摺り上部に巻いて端を両面テープで留めました。入居者用のホールとトイレのペーパータオルホルダーを撤去し、中身をボックスに入れ「置き型」にしました。洗面台とトイレの大理石の角は市販のコーナーガードを購入し、角を覆いました。

考察：頭部を強打すると脳にダメージを与える為、対策は必要です。洗面台やトイレに使われている大理石は、角部分が大変鋭利で、接触した場合は怪我の危険があります。高齢者の方は歩行時や立位時にバランスを崩して転倒する事も多く、特にトイレは大変プライバシーに配慮すべき場所である為、ドアを閉めたり施錠する事で密室になり、事故発生後の発見が遅れる事があります。

結果：頭部がぶつかり易かった方から、「痛くないよ」「嬉しいよ」とのお言葉を頂きました。ペーパータオルホルダーの撤去により、動線が確保され、ぶつかる事なく、動作がスムーズに行える様になりました。置き型にした事で、紙詰まりも解消され移動や補充・掃除も楽になり、全ての方々が使い易くなりました。大理石の角の鋭さや危険性も和らぎました。

5. 手摺り代わりに使われている、浴室入口のドアの把手

改善前：脱衣所での立ち上がり時や立位保持時、浴室入口の引き戸の把手を手摺り代わりに掴んでいる方が多いです。

改善予定：入居者様に安心・安全に使って頂ける、丈夫な手摺りの設置を検討中です。

考察：引き戸の把手は、華奢な作りで耐久性に欠けており、手摺りとしての使用は破損や事故に繋がる恐れがあります。浴室は住環境の中で最も事故が起こりやすい場所であると同時に、入浴動作は危険を伴う為、安全性・安心感の高い手摺りを検討する必要があると考えます。

結果：設置に向けて、現在、内容・日程の調整中です。

6. ホールのテーブル拭きを定着化するには？

改善前：食事前後のホールのテーブル拭きがこまめに行えていませんでした。

改善後：配膳前に、台布巾を各フロアのテーブル毎に置き、ご入居者様に拭いて頂きました。

（目標）「ご自分でテーブルを拭いていただく（お掃除をしていただく）」

（目的）「ご入居者様が環境整備に参加出来る」

ご自分で拭く事が難しい方は、職員が声掛けして、手を添えて一緒に拭きました。また、他の方が拭く様子を見学していただきました。

考察：テーブル拭きは、ほうきやちり取りを使わずに、座った状態でも布巾1枚あれば出来る為、気軽に行い易かったのではと考えました。

結果：事例担当者の力及ばず、全職員には内容が上手く伝わりませんでしたが、多くの方々が台布巾を手にして、テーブル拭きをして下さいました。同席の方との連携プレーや、ご入居者様同士のコミュニケーションが生まれるといった素敵な場面も沢山目にしました。男性の方々も手際よくテーブルを拭いて下さいました。

7. ご自分の生活の場を、「ご自分の手で」きれいにする

改善前：掃除は職員が行っていました。

改善後：週1回、可能な方に、職員と一緒にご自分のお部屋の掃除（埃払い、床の掃き掃除、床の空モップ・水モップ掛け）やりネン交換を行っていただきました。

考察：ご自分で掃除を行っていただく事により、機能訓練、役割獲得、活動量の増加、意

欲向上…等の様々な効果が期待されます。また、高齢者の方や車椅子利用の方にも扱いやすい掃除道具を用意した事で、より一層、お掃除がしやすくなったと考えました。

結果：お願いすると、多くの方が「いいよ」と快く応じ、手際よくお掃除をして下さいました。男性の方にもモップ掛けや掃き掃除を行って頂けました。

8.職員も、更なるバージョンアップ！！

改善前：職員がどこを目指して進んでいけばいいのかが明確ではありませんでした。

改善後：全職員が同じ方向を目指して歩いていける様に、「グランツの事業所理念」を作りました。

考察：環境には「人的環境」も含まれ、私達職員もご入居者様にとって、「環境の一部」です。理念を作る事により、全職員が同じ方向を目指して進んでいく事が出来ます。

結果：2025. 6. 1からのグランツようざんの新理念は「人を想い、寄り添う」と決定しました。「事業所独自の理念を作ろう」という新たな流れに繋がり、素敵な理念を作る事が出来ました。開設7周年、この理念の下、職員ひとりひとりが新たな気持ちで前進していきたいと考えています。

9. 空きスペースの有効活用～ただの箱ではなく、「生きた箱」に！！～

改善前：エントランスの棚に空きがあり、過去のイベントのポスターが貼られたままの状態でした。

改善後：エントランスや研修室の一角を活用し、ご入居者様の作品や写真を展示して、皆様に観て頂ける場を設けました。また、グランツにはInstagramのアカウントがありますので、QRコードの読み取りが行えるコーナーも加えました。

考察：空いた空間に「目的もなく」不要な物を置く事は空間の無駄になりますが、「何かの目的のために」活用する事は空間の活性化になります。「使わない空間は、ただの箱（＝デッドスペース）」です。しかし、「何かの目的のために使う空間は、生きた箱（＝空間の有効活用）」になります。

結果：「グランツ ちいさな美術館」として、多くの方々に楽しんで頂ける場を作る事が出来ました。

10. 物の取捨選択

改善前：1階の廊下の隅に大きな鉢植えが3つあり、場所を取っていました。

改善後：葉の傷んだ大きな鉢植えは廃棄処分、他の2つはホールの窓際に移動しました。

考察：生活の主体が高齢者の方である為、見た目だけでなく、安全面や衛生面への配慮が必要であると考えました。

結果：見た目・衛生面・動線面など様々な面においてすっきりして、快適な空間が生まれました。

1 1. 暑さと日差しから護る

改善前：2階脱衣所内の長方形の窓からの陽射しが眩しく、暑さも感じるとの声が多数ありました。

改善後：眩しさや暑さ対策として、ロールカーテン（遮光タイプ・白色）を設置しました。

考察：眩しさや暑さは快適さの阻害要因です。遮光性のあるロールカーテンの設置により、眩しさや暑さが軽減され、快適な入浴（介助も）が期待されます。

結果：ロールカーテンを設置した事により、暑さと眩しさが和らぎ、快適な空間になりました。

1 2. 耳にやさしく～引きずり音への対策～

改善前：頻回にテーブルを引きずる方がおり、見た目・音共に配慮が必要な状態でした。

改善後：その方のテーブル脚下の4箇所、滑り止めシートを輪ゴムで被せました。

考察：快適な環境には、音への配慮も必要です。完全に消音出来なくても軽減出来る方法を検討する事でQOL（生活の質）の向上に繋がると考えました。

結果：改善により、引きずり音・滑り易さ共に和らぎました。

1 3. 「使いたい」と思えるハンドソープに変える

改善前：中身・容器共に非常に使いにくく、使いたいと思えない物で使用頻度も低かったです。

改善後：片掌の僅かな力で押すだけで、「お花」や「肉球」の形のふわふわの泡が出るハンドソープを設置しました。

考察：ハンドソープは詰め替え用の石鹼液も多種類の香りが販売され、中身も変えられます。泡の感触もよく、手洗いがより快適に、楽しくなるのではないのでしょうか。「使いにくい物、（使いたい）と思えない物ではなく、使う人が（使い易い）（使いたい）と思える物を使おう」と考えました。

結果：「今迄よりもいいよ」「使い易い」「よい香り」とのお声を頂きました。また、押す度に可愛い泡が出るという楽しみもあり、「綺麗な泡が出来た」と笑顔で見せて下さる方もいらっしゃいます。そして、今迄と比べて、石鹼液の減りが早くなりました。

1 4. 水回りをきれいにする

改善前：ホール等の水回り（洗面台のシンクやカラン、鏡等）が汚く、ご入居者様がご自分の素手でお掃除をして下さる事も多かったです。

改善後：洗面台の各シンクの上にアクリルたわしを置きました（気軽に手に取りやすい様に、僅かな力で汚れが落ち、手触りが優しく、可愛い物を選びました）。

考察：洗面台は1日を通して手洗いやうがい、口腔ケア等での使用頻度が高い場所です。特に、口腔ケアの後は、シンク内にうがいの水や歯磨き粉、食物残渣が残っている等、不

衛生な状態です。整容の場であり、清潔さが求められる洗面台はいつもきれいにしておきたいものです。

結果：安全面にも衛生面にも考慮して、スムーズにお掃除をしていただく事が出来ました。

(考察)

今迄は、お客様であるご入居者様には掃除はしていただく、職員が行っていました。そのため、いきなりご入居者様に、「お掃除しましょう」、「テーブルを拭いて下さい」等とお願いしても、困惑した表情をされたり、「いいよ、あんたがやってくれ」とお断りされる事もありました。今思えば、いきなり、ほうきやちりとりを持ってお掃除をやっていただく事は早計過ぎたかもしれません。まずは**小さな事から少しずつ、スモールステップを踏む**事が必要だったと気づき、反省しました。

今事例を通して、「**先入観**」が、**ご入居者様の可能性や意欲を奪ってしまう**と考えました。「ご入居者様だから」「認知症だから」「台拭きや掃除をさせてはいけない」、「危ないから」…その様な決めつけはありません。私達の気付かない、**ご入居者様の持っている能力を引き出すには**、まずは「**誤った先入観を取り払う**」(色眼鏡を外す)事が必要です。ご本人に分かる様に説明をして、ご理解頂けた場合や、危険のない様に見守りを行えば、行える事もあります。そして、(お掃除をしないだろう)と思われがちな、男性の方も快く、手際よくお掃除をして下さいました。

ようざんには、「**主権在客**」という法人理念があります。「認知症だから」、「言っても分からないから」、「掃除なんて無理」等と決めつけず、**ご本人の思いに寄り添い**(「やらない」との思いも受容して)、ご本人の持つ能力に働きかけ、可能性を大切にし、**生活の中で輝ける機会を演出する**べきではないでしょうか。

今事例を通して、環境整備は身体介護に比べると優先順位が低く、後回しになりがちだという事を再認識しました。事例取り組み時が丁度、事業所の人員不足の時期と重なり、台拭きや掃除が出来ない時も多々ありましたが、環境整備も、介護職員の大切な仕事のひとつです。そして、環境整備は、お掃除をする事だけではありません。その環境で生活する方達が過ごしやすい様に、適した環境を整える事で、日々の生活の質も確実に変わるのではと考えました。

(今後に向けて)

快適な環境の捉え方には個人差がありますが、適度な安全性と清潔さは確保したいところです。

また、様々な認知症の疾患や症状にも考慮した、様々な方が使い易く、過ごしやすい環境整備が出来ればと考えました。どの様なアイテムや方法があるか、今後も情報収集や検討を続けていきたいです。それには他職種連携も必要であり、専門職と連携する事で様々な視点からの助言が得られ、より良質な環境整備に繋がります。

そして、今回の取り組みだけで終わらず、今後も事業所全体で住環境「快」革のバージョンアップを続けていきます。環境整備はひとりでは出来ません。職員各々が「自分には関係ない」等と考えず「皆でグランツを快適な場所にしよう」という流れに変えていければと考えました。

(まとめ)

「環境整備は、掃除をしてきれいにする事だけでなく、職員だけで行うものとは限らない。その場所で生活するご入居者様も巻き込んで、知恵を出し合って、身体を動かし、試行錯誤しながら環境整備をする事で、私達らしい環境に近付いていくのではないか」という事に気がきました。

空間を綺麗に掃除する、もう使わない不要な物をなくす、その代わりに、今の生活に必要なものをひとつ増やす、**お気に入りの物や、馴染みの物**を取り入れる…。環境整備は、足し算と引き算なのかもしれません。その足し算と引き算を何度も繰り返して繰り返して…その人にとって**快適な環境が完成する**のではないのでしょうか。

環境は、生活そして、人生の質を左右する。

環境が「人」を作り、そして、環境を作るのは、「人」である。

そして、私達職員も、ご入居者様にとって、「環境」のひとつです。私達の見た目や言動は、ご入居者様に大きな影響を与える為、日頃からひとりひとりの意識が非常に大切になってきます。

今回の取り組みは、決して思う様に進まず、立ち止まり、考えて、進んで…の繰り返しでしたが、住環境「快」革の大きな一歩を踏み出すきっかけになったと思います。1つ1つが小さなものであったかもしれませんが、振り返ると、そこに誰かの**優しさや気遣い**がありました。それらの積み重なりがグランツのバージョンアップに繋がったと考えました。

何かを変えたいと思うなら、まずは、どうしたいか、考える事。そして、考えたら、次は、**はじめの一歩**を踏み出してみる事。例えそれが、「小さなはじめの一歩」だったとしても、**(何かを変えたい)**という強い思いで、しっかりと踏み出せば、それは「大きな一歩」になります。

今回は大変貴重な経験をさせていただきました。ご清聴、ありがとうございました。



楽しい食事を

介護付き有料老人ホームグラシアようざん

発表者：松崎 慎

須永紗花

【はじめに】

A 様は関節リウマチにより、手指の変形があり、食事動作能力の低下が見られている。また食事中に自身の手指に向けられる周りの目が気になるという A 様からの相談があり、多職種で連携し問題の解決を試みた事例を紹介します。

【利用者様情報】

お名前) A 様 年齢) 87 歳 ADL) 移動：車椅子 意思疎通)
可 認知症) 有嗜好) 塗り絵やお絞りたたみ。甘いものが好き。
ピンク色の物が好き。
現在の食事形態) 主食：軟飯 副食：キザミ

障害高齢者の日常生活自立度：B2

認知症高齢者の日常生活自立度：Ⅲa

生活歴) 給食の先生として 40 年間、60 歳まで働いた。友人と旅行に行ったり、自転車で買い物に行ったりしていた。社交的で周りの人と交流して楽しく過ごしていた。しっかりしている為、言動がきつくなる場面もある。

既往歴)

H5 関節リウマチ・変形性膝関節症

H14 全身性エリテマトーデス

H17 骨粗鬆症・腰椎圧迫骨折

H25 白内障（両目手術）

H28 右顔面帯状疱疹

H30 仙骨・恥骨脆弱骨折

R4 腰椎圧迫骨折・肋骨骨折

アレルギー…サラゾスルファピリジン（掻痒感）

【A 様 PT 介入前の食事の様子】

主食：軟飯 副食：キザミ 用具類：はし・スプーン 義歯：上下あり

当施設の椅子を使用し、体型や脊椎変形を考慮し、座面、背面クッションと足台を設置。

食器類は他の利用者様と同じものを使用。

上手にスプーンですくえない事や、すくった後にスプーンから食べ物がこぼれてしまうこと、スプーンを口に取り入れる際に食べ物がこぼれてしまうことなどが見られた。これらを繰り返しているうちに疲労感が増し、食器に食事が残っている様子が多かった。時折職員がお茶碗におかずを盛り付ける等の介助を行っていた。

食事に時間がかかり最後まで 1 人で食べていることが嫌になってしまい食事をやめてしまうこともあった。また、箸やスプーンがうまく使えず食べこぼしが多いため、エプロン使用している。食事途中でよく上の義歯が落ちてきてしまい食事が中断してしまうこともしばしば見られる。

【課題】

①現在の上肢機能の低下について知る。

手を返す動作（前腕回内外制限）があり、すくう動作が難しい。リウマチによる指の変形のため、スプーンを握る・掴むが難しい。肘が伸びきらず、奥の食器に手が届きづらい。著しい肩の制限は見られないが、筋力低下がある為、疲れやすい。

②上顎義歯のサイズが合わない。

③今使用している食器類は A 様に適しているか。

④机や椅子の高さ等の食事環境は適しているか。

⑤可能な限り自立して食事を行えるようにするにはどうしたらいいか。

【取り組み内容】

①上肢機能訓練を行う。

食事動作練習では、顎を触る・肘曲げ伸ばし・鼻を触る・キャップ掴み・指と指を腹で合わせる。（リウマチで痛みあるため自動運動で行う）関節他動運動による関節の変形予防等を行う。姿勢保持練習ではタッチ運動にて体幹トレーニングや骨盤を前傾させ、奥の食器に手が届きやすくする。

②義歯調整・工夫→粉状のポリグリップ使用し、咀嚼を促す。

③スプーン→リウマチの手に合うものを自作した。3 点持ちが難しく、握力の低下が見られており、既製品（緑グリップ）を使用試みたが、持ちにくさ+重量感があり、使用不可。そのためご本人様の手のサイズに合うようプラスチック製粘土で製作した。すくいやすい返しのある食器に変更。A 様が好きなピンク色の粘土を使用して作製し、モチベーションアップに繋げる。

④体型や脊椎変形を考慮し、座面、背面クッションと足台は良姿勢保持のため継続。

⑤自立支援の為、あえてお盆に滑り止め使わず、A様が器を自身で動かせるように配慮。

【結果・考察】

①機能訓練を行うことで腕の動作範囲が広がり、お盆の上にある食器を動かしやすくなったと考える。

②粉ポリグリップの使用により、義歯のグラつきがなくなった事で咀嚼しやすくなり、食事へのストレスの軽減および、食事の意欲が上がり食事量が増えたのではないかと考える。

③⑤残存能力を生かし、使用可能な自助スプーンのグリップを作製し、食器も変更した。スプーンについては持ち手を短くし、ヘッドのサイズを小さくしたことで操作性が向上し動作が最小限で済むようになり、身体的負担の軽減に繋がったと考える。返しつきの食器については返し部分にスプーンを押し当てながらすくうことで、今までは職員が盛り付けの介助を行っていたが、自分の力で食事が進められるようになったと考える。自作したスプーンのグリップ部分をご本人の好きなピンク色にすることで、食事へのモチベーションアップに繋がったのではないかと考える。以上の取り組みを実施したことで、食事の取りこぼし・食べこぼしの軽減にも繋がったと考える。

④食事環境の改善により、正しい姿勢を維持しながら体への負担が少ない食事が可能になったと考える。

【まとめ】

今回の取り組み前は、介護職員のみで出来る介助や対策を行い、A様のリウマチの制限等もわからないまま盛り付け介助のみを行っていました。PTが入職し、介入が始まったことでA様のできる・できない範囲やリウマチの制限・筋力低下等を把握することができました。A様がより食事動作をしやすく、本人にとって負担の少なくなるよう、自立支援の一環として機能訓練の他、自助具の作成や食器を見直しました。今回取り組んできた中でも大きく変化を感じたのは、A様に適したスプーンや食器に変えたことでした。製作した自助スプーンや自助皿を使用することでスムーズに食事が進み、これなら自分でも食べられるという自信が生まれ、食事の時間が苦痛から楽しみに変わることもあったと感じました。

多職種で協力することで、介護士だけでは気付かなかった課題を発見でき、A様が選べる選択肢を広げることができました。この経験を通じて、連携の大切さを学びました。

最後にA様はこのあと入院し取り組み時よりも体力低下等ありますが、現在も元の状態に戻れるよう、日々機能訓練を頑張っています。日々変わっていくA様を支えていけるようこれからも多職種で協力し、自立支援を心がけていきたいです。



プラチナの輝きをいつまでも

ケアサポートセンターようざん小埜

発表者：杉本真樹

グインサン・ファティメイ・モスキサ

1 はじめに

結婚の意味を調べると「男女が法的に、または社会的に結びつくことを指し、愛情や信頼に基づく関係を築くことだけでなく、家庭を形成し、子どもを育てるための基盤となると同時に社会的な意義や文化的な側面もあり、個人の人生において重要な役割を果たす」とあります。夫婦という特別な存在を長く続けていくためには紆余曲折をしながら続けていくのだと思います。時には離婚であったり、あらぬ事故にて先立たれてしまったりすることにより結婚生活の終焉を迎える方も中にはいると思います。今回は、ケアサポートセンターようざん小埜をご利用するご夫婦に対して実施したレクレーションについて、ご紹介したいと思います。

2 対象者

A 様：男性 92歳 要介護2

既往歴：慢性腎臓病、肺気腫、前立腺がん。

生活歴：C市に生まれ、農業を主として営んだ。農家の合間を見て職人の手伝いをしていた。奥様のB様とは同小学校出身の幼馴染である。

B 様：女性 92歳 要介護5

既往歴：脳梗塞後遺症、認知症、慢性心不全。

生活歴：C市に生まれ、農家の家で育つ。着物教室や国内旅行など多彩な趣味を持っている。旦那様のA様とは同小学校出身の幼馴染である。

3 A 様とB 様がケアサポートセンターようざん小埜を利用するまで

A 様と B 様は同小学校出身幼馴染であり、お互い農家に生まれる。お見合い結婚の後、一男一女を授かる。長男様の自宅で一緒に暮らしていた。B 様は R4 年、12 月より利用開始され、A 様も、その後の R5 年、1 月より利用開始された。ケアサポートセンターようざん小埜の利用開始から、おおよそ2年経過しており、その間、ご夫婦ともに長寿で仲の良い姿を見せていただいていた。

4 A 様とB 様について

利用開始当初の A 様は年齢に似つかわしくないくらいの活気があり、元気にケアサポートセンターようざん小埜で過ごされていました。話しかけるといつも「健康でいられるの

は職員のみなさまのおかげです。ありがとうございます。」と声を返してくれます。また B 様は食欲旺盛で、笑顔がとても似合う方です。

5 A 様と B 様の状態変化

両者、年齢を重ねるにつれて機能は落ちていきました。A 様は風邪を悪化させ、入退院を繰り返すことにより少しずつ機能低下していきました。一方で B 様は脳梗塞が再発し、発語が少なくなっていきました。

6 A 様と B 様への取り組み

お互いに 92 歳という高齢であり、徐々に「人生の最期」という局面にむけて向かっていることは、ご家族や職員は分かっていました。そんな 2 人に対して、私たち職員ができることは何だろう？と考えました。そんな中、A 様との会話の中で今年が結婚 70 周年であることを知ります。また小学校からの同級生で幼馴染であり、ずっと地域で暮らしてきたということも教えていただきました。

この A 様の発言から私たちが今、A 様と B 様にできることを考えました。そして A 様と B 様に対して結婚記念の催しを開催して、みんなで祝福しようと決めました。

7 計画

まず結婚 70 周年を調べると、「プラチナ婚」という名称がついているとのことでしたので、プラチナ婚をケアサポートセンターようざん小塙で開催することに決定しました。

まず長男様に連絡し、ご自宅に訪問しました。ご自宅には当日の衣装として着用できる洋服がたくさんあり、衣装を長男様から預かりクリーニングに出し、当日の準備をしました。当日のために、ウェルカムボードの作成、会場のセッティング、当日のプログラムを作成しました。また利用者様たちも協力してお花を作成しました。さらに長男様をご招待させていただき当日はご夫婦と長男様の参加で開催できるようにケアサポートセンターようざん小塙全体で当日に向けての準備を着々と進めていきました。

8 A 様の様子の変化

計画は順調に進んでいったものの A 様の状態が徐々に衰弱していくようになっていきました。医師の見解では、これといった原因は無く、老衰であるとのことでした。準備を進めてきた私たちとしても何とか当日を迎えて晴れの姿を披露できるように日々のケアに努めました。ですが食事量や体調が良い日悪い日もバラつきがあり、当日も、あまり食事が摂れなく、「開催は難しいかな…」と職員の誰もが脳裏によぎっていました。

9 奇跡の瞬間

当日、B 様は先にお化粧をして衣装を着て準備は万端でした。ですが A 様の体調が、そ

ここまで良くないような状態で、「今日の開催は厳しいかな…。A 様には休んでいてもらったほうがいいかな」と思い、居室で休んでもらおうとした時、A 様が何かを感じたのか、それまでとは違うような体調の良い時の A 様となり、職員もその瞬間を狙ってすぐに衣装を着てもらいました。そして A 様が B 様の姿を見た時、ここ最近では全く見られなかった A 様の笑顔を見ることができ、その様子を見て、職員たちは感動し、まだプラチナ婚が始まっていないのに涙する職員までいました。

10 プラチナ婚

開催時刻になり長男様もケアサポートセンターようざん小埜に到着し、プラチナ婚が開催されました。まるで本当の結婚式のような雰囲気でした。長男様からご夫婦の生い立ちのご説明を受け、職員が作成したムービーを上映し、花束贈呈、その後、みなさまでケーキを召し上がりました。プラチナ婚は大成功で終わりました。最後に A 様が長男様の顔を見た時、この会で最も素敵な笑顔を見せてくれました。利用者様や職員も、その姿に再度、感動し、長年寄り添ったご夫婦の姿に涙が止まりませんでした。

11 まとめ

今回は長年にわたり寄り添ったご夫婦のプラチナ婚を開催させていただきました。プラチナ婚までいくということは、それだけ長生きした証拠でもあります。つまり、ご夫婦が健康に気遣い、元気に生きてきたということにもなります。一般的に平均寿命は男性の方が短く、女性の方が長いという事実があります。ですが、ご夫婦は、その事実逆行するかのごとく、70年間の結婚生活を過ごされてきました。きっと、その長い生活の中では順風満帆とはいかなかった時もあると思います。ですがプラチナ婚という記念すべき時を迎えられ、本当に嬉しく思いました。長男様も去り際に「こんなに職員の方に良くしてもらって本当にありがとうございます」と感謝の言葉を述べていました。私たちはふと脳裏によぎった言葉があります。それは A 様の「健康でいられるのは職員のみなさまのおかげです。ありがとうございます。」です。言葉が多少違えど、親子の繋がりを言葉からも感じることができました。また当日のムービーは、ようざん小埜チャンネルを作成し、長男様にいつでも視聴できるようにさせていただきました。

A 様と B 様の夫婦愛、そしてご夫婦と長男様との家族愛をプラチナ婚から学ばせてもらった、そんな気がしています。そして、あとどれだけ一緒にいられるか分からない、ご夫婦が笑顔で、1日でも多く一緒にいられるように支えていきたいと思います。



フォトコンテスト 2025