わが街で暮らす

諏訪市地域医療・介護連携推進センター

ライフドアすわの取り組み

100

地域包括ケアシステムを支える人々

「わが街」で共に生きる

～認知症の方の心に届く関わりとは～

平成会　介護老人保健施設
掬水　係長　清水（しみず）　克重（かつしげ）

長野県諏訪地域。この住み慣れた「わが街」で、誰もが最後まで自分らしく暮らせる社会をつくる――それが地域包括ケアシステムの目指す姿です。私は介護老人保健施設（老健）の支援相談員として、また介護福祉士を育成する専門学校の講師として、「ケアの現場」と「学びの場」の両方に関わっています。

老健は在宅復帰を目指す方やリハビリを必要とする方が集う地域の中間施設です。日々多くの方と接する中で、特に重要だと感じているのが、認知症への理解と、その方の尊厳を守る関わり方です。

地域包括ケアを機能させるには、専門職だけでなく、多職種連携と住民の皆さんの見守りが欠かせません。私は諏訪市社会福祉協議会やライフドアすわと連携し、認知症サポーター養成講座の講師も務めています。講座では「認知症は特別なことではない」と伝え、疑似体験を通してご本人の不安な気持ちを想像していただきます。「ただ大変そうだと思っていたが、初めて本人の不安に気づけた」という声も多く、こうした気づきが地域の支え手を育てる一歩になると感じています。

介護老人保健施設ではフランス生まれのケア技法「ユマニチュード」を取り入れています。「見る」「触れる」「話す」「立つ」を基本に、「あなたは大切な存在です」という思いを言葉と態度で伝える実践的なケアです。私の所属する社会福祉法人平成会では、ユマニチュード認証制度に取り組み、現在6施設がブロンズ認証を取得しています。勤務先である介護老人保健施設掬水は、2024年10月22日に日本で11番目にブロンズ認証を受けた施設です。

認証取得に向けた取り組みの中で、施設の在り方そのものが変化してきました。職員の意識が「ケアを行う場」から「生活の場を支える」という視点へと変わり、環境の整備や関わり方が見直されました。

例えば、これまで一斉に行っていたレクリエーションは見直され、ご利用者の希望に応じたクラブ活動が中心となりました。散歩を楽しむウォーキングクラブ、料理を行うクッキングクラブ、お化粧を楽しむビューティークラブ、植物を育てるグリーンクラブなど、ご利用者と一緒に活動をつくり上げています。

また、日々の関わりの中でも、急に介助を行うのではなく、まず視線を合わせ、穏やかに声をかけてから触れることを大切にしています。すると、不安そうに視線をそらされていた方の表情が次第に和らぎ、やがて「ありがとう」と微笑まれる場面が見られます。こうした関わりの積み重ねが安心感を生み、その人らしい生活につながっていくのだと実感しています。

介護職を育成する専門学校では、未来の介護職にこうした現場の実践を伝えています。『目の前の一人を大切にする関わりが、やがて地域全体の支え合いへと広がっていく』――そうした実感を持てる人材が育つことを願っています。

老健、地域、教育。それぞれの立場から支え合い、認知症になっても安心して暮らせる「わが街」を、ここ諏訪地域で皆さんと共につくっていきたいと思います。

ユマニチュードは、相手に対する自分の行動がすべて「あなたのことを大切に思っています」というメッセージになるように、「見る」「話す」「触れる」「立つ」をケアの4つの柱としたケア・コミュニケーション技法です。

次回は6月14日掲載予定