

前途 ようよう

- z e n t o y o y o -

2017.11
VOL.3

高齢者介護業界のあの人この人に、これからの高齢者介護についての予測や展望をお聞きするインタビューコーナーです。

vol.3 社会福祉法人三篠会 ひうな荘 リハビリ部長 森山由香 様



【ひうな荘】



【森山由香様】

1. 貴施設の特色について教えてください。

特別養護老人ホームとしてスタートし、今年7月には四半世紀（丸25年経ち、26年目）を迎えました。現在では、要介護3以上の方がご利用の要件となる特別養護老人ホームに加え、要介護1からの方でもご利用可能な老人保健施設、この2つの入所施設を中心に、介護保険制度でご利用が可能な在宅サービスとして、通い（デイサービスやデイケア）・泊まり（ショートステイ）・お伺い（ホームヘルパー派遣・高齢者の総合相談窓口としての地域包括支援センター）と、多様に展開しています。

認知症の方に対するアザラシ型ロボットの「パロ」や見守り介護ロボットの「ケアロボ」、「aams（アームス）」が夜間の見守りの一助として活躍しています。

また、ナースコールと連動した iPod やインカムを使用した記録システムの導入など、三篠会の中でひうな荘は法人の「介護ロボット推進施設」として位置づけられています。

今後も福祉機器導入やIT化を進めていき、ケアの質と現場の魅力向上とともに、福祉・介護のイメージを変えていければと考えています。

また、本年1月にデイケアをリニューアルし、「街並み」をコンセプトにカフェテラスやリハビリ公園、在宅での生活を想定した訓練用モデルルームにあたる「家」も整備しました。さらに、現代のカード社会に慣れていただくよう、カードに貯めたポイントでゲームを楽しめ、またカラオケやシアターがあるアミューズメントエリアや、本格的なマッサージやエステも利用できるリラクゼーションエリアを充実させています。

2. 森山様のご経歴を教えてください。

昭和 58 年に愛媛県のリハビリテーション専門学校を卒業し、理学療法士として脳外科病院に勤務する傍ら、特別養護老人ホームや在宅にも関わっていました。その後、結婚・出産を経て主婦をしながら特養や在宅に関する仕事をしていた頃、突然電話がかかってきて「老人保健施設で理学療法士として働きませんか」と言われました。それが「ひうな荘」の初代施設長との出会いでした。約 25 年前のその当時は、理学療法士や作業療法士は人数も少なく、病院に就職するのが当たり前で、施設に就職するセラピストはまずいなかった時代でした。話を聞くと老人保健施設という在宅復帰のための生活訓練の場所が新しくできるということだったので興味を持ちました。ただ私は、生活の場に以前の特別養護老人ホームの経験のような「辛く我慢するリハビリ」を持ち込みたくないと思いましたので「ただ機能回復を中心としたリハビリだけではなく、人間らしい生活を取り戻す、より生活に根ざしたリハビリを実践したいのですがそれでも良いですか？ もしかしたら皆さんがイメージするリハビリと違い、期待に反するかもしれません。」という強い想いを施設長に伝えたところ、「やりたいことをやりなさい。自己実現をきなさい。頭をコンクリートにするのはやめなさい。」という心強い言葉を頂いたのをきっかけにひうな荘に入職しました。この言葉は、今でも仕事や人生においてしっかりと心に留めておく言葉になっています。



【ひうな荘からの眺望】

3. 高齢者ケアについて

貴施設でのお取り組みや森山様のお考えについて教えてください。

私が施設に関わった頃は、寝たきり・寝かせきりの高齢者がたくさん施設にいました。今では想像も出来ないようなことですが、その頃の寝たきりの高齢者は全身拘縮がひどく、リハビリのオーダーは「おむつ交換ができるように股関節を開いてください。」とか、「固く握った手指を洗えるように指を開いてください。」といった介護が楽にできるようなリハビリをお願いされていました。これは高齢者にとっては必要なことではあるものの辛いリハビリです。高齢者からは「またお前が来たんか」「白衣がここまで追いかけてきた」と毛嫌いされたり暴力を振るわれることもあり、良好な人間関係をつくることもできず、当時は高齢者にとってはもちろんのこと、私にとってもリハビリとは辛いものでしかありませんでした。

そのような現状を疑問に思っていた私は、高齢者の残存機能を引き出すと共に、福祉用具をうまく活用して障がいがある部分を補完し、同時に環境整備を行うことで「がんばらなくていいリハビリ」という考えを実践しようと思うようになっていきました。高齢者の場合、一生懸命リハビリに取り組んだとしても必ずしも機能をアップさせるのは難しい場合があります。例えば、歩行が困難な高齢者の場合、ご自分で動きたいと思うようになって頂かないと生活不活発病（廃用症候群）になる懸念があります。ここでいかに高齢者の心と身体が閉じこもらないようにするかがケアの大事な部分だと考えました。

たとえ立てなくとも、足が少しでも動くのであれば車いすの座面を膝から足底までの下腿の長さにあわせて調整することで、足で駆動して施設内を自由に移動して頂くことができます。このことで生活範囲が広がって活動性が高まることにより、他の高齢者と交流ができ、自然と気持ちが前向きになります。それとともに、その人らしい生活を再び取り戻すきっかけとなり、生活不活発病を防ぐことや、より高齢者の残存機能を引き出すことにも繋がります。

また福祉用具の活用という観点で言えば、当時は寝たきりにさせないと考え方から、ベッドから離床して車いすに座らせるケアを行っていました。ところが高齢者からは「ベッドに戻してください」という訴えがあり、ケア側は「まだ起きていて下さい。リハビリですからがんばってください。ベッドに戻ると寝たきりになりますよ」と言って座らせきり老人を増やしていました。ただよく考えてみるとこの訴えは体力がないという理由だけではなく、実は「高齢者の身体に合わない車いす」で長時間「座らせきり」にさせてしまっていることも原因でした。結果的に本来行いたかったケアを実践できていなかったのです。長くそして快適に座っていられるような車いすやクッションを提供できれば、施設内環境で気持ちよくみんなと食事したりテレビを見たり、外出することも可能となります。

私は、PT（Physical Therapist：理学療法士）と施設で呼ばれますが、自己紹介するときには、生活の質（Quality）の向上に関わりたいという思いから“QT”と表現することもあります。当施設の目標は「できることは奪わず、できないことは要求せず、埋もれた力を引き出す」つまり、生きる意欲を引き出す環境作りを多職種協働によるクオリティマネジメントで取り組んでいきたいと思っています。



【入居者と職員の日常のコミュニケーションの場面】

近年のお取り組みの特徴を教えてください。

最近では「見る」「話す」「触れる」「立つこと」を基本として、これらを包括的に組み合わせ実践することで、高齢者と認知症高齢者を安心させ、「あなたのことが大事ですよ」という人間らしさを大切にする「ユマニチュード」の考え方を共有し、施設全体で取り組み始めました。これは私が以前、「ケアとは何か？」「人間とは何か？」を考えた時期に「ユマニチュード」の哲学や技術に出会い、特に「人間らしさを尊重する」考え方にシンパシーを感じたことがきっかけです。以前、施設長から言われた「自己実現をきなさい」という言葉通り、まずは私自身が最初に勉強して実践をしたところ利用者への効果を大きく感じ、共感してくれたスタッフと共に少しずつ頑張っている所です。また「見る」「話す」「触れる」というユマニチュードの技術は職員同士のコミュニケーションにおいても実践するように心がけています。

4. 福祉機器とのかかわりについて

福祉用具があって助かった事（活用メリットなど）を教えてください。

福祉用具に助けられたことは様々ありますが、ここではテクノスジャパンの「ケアロボ」の導入例を紹介します。

元来、日常的に離床センサーを活用しており、使用方法やメリットは職員一同理解し、実践してきました。これに加えてケアロボを導入した事によって、高齢者の特定行動の見守りや夜間の行動パターンを画像メールで携帯端末に知らせることができるようになりました。これにより「本人はなぜその行動をとろうとしたのか」を分析し、背景を読み取ることでより行動を制限する機器ではなく、本人が動きたいという思いを汲み取るケアを職員で話し合うきっかけになりました。今では「ケアロボ」がスタッフと高齢者・そのご家族に安心感を提供する取り組みの一つになっています。ただ導入初期において、全ての介護スタッフは離床センサーの使用には慣れているのに「ケアロボ」から画像メールを受け取る携帯端末の操作については不慣れで、ベテランスタッフが混乱してしまうこともありました。そこで、日頃ケアの部分でベテランスタッフに教わる部分が多かった若いスタッフが、逆にベテランスタッフに携帯端末の使用方法を教えたりすることでコミュニケーションが増えると同時にスタッフ間の絆がより深まったことも一つのメリットでした。お互いの強みを生かしながらチームケアの向上が図られていることを実感しています。



【後輩から先輩へ携帯端末操作指導の場面】



職員から色々な感想・意見が挙がりました。

機械に慣れるまでが大変だったけど、最近は大いび慣れてきて、便利になったよね～。

眠剤を飲んでも眠れないご利用者さんが結構いるよね。昼間は大丈夫かしら？

ベッド柵を乗り越えたり、外したりすることもわかったね。

【職員ミーティングの場面】

5. これからの高齢者ケアについての展望や期待、夢を教えてください。

よく、私たちは高齢者の方が「意欲がない」、「本人に問題がある」と考えがちですが、そうではなくて「意欲が出ない状況や環境がある」と考え、その人の存在を認めるような出会いや関わりの場面を提供し、体から先に動かすのではなく、「心が動けば体が動く」という言葉通り、本人の活動的な生活を送れるような目標や自信と生活を変える動機作りを行うことが大切だと考えるようにしました。大事なのは、「高齢者の方を変える」のではなく、「援助者が見方や関わり方を変える＝援助感の転換」こそが、今求められていると思います。

心や体の障害により生活に援助が必要な方を一般的に「障がい者」と呼びますが、私は、日々高齢者の方に接していて、ひたむきに生活されている姿は「障がい者」ではなく、「挑戦者（チャレンジャー）」だと思います。私も、いつまでも自己実現に向けて「挑戦者（チャレンジャー）」でありたいと思います。

この介護業界にいる全員が「この仕事に就いて良かった！」と心から思える様に、関わるスタッフと思いや感動を共有して共に歩んでいきたいと願っています。