本人の能力を信じて

認知症新時代

第4部　できること　ある　4

東京都内の寺院の参道沿いにある「お寺のよこ」。認知症の人が家庭的な環境で共同生活するグループホームだ。70～80歳代の9人が暮らす。調理や掃除、洗濯物畳みなど、自分でできることは全て自分でしている。

●助けず見守る

午前11時半。「今日のお昼は何にします？」。居間でくつろぐ入居者たちに、スタッフが尋ねた。「そうねえ。ビーフンはどうかしら」「おそばがいいわ」「じゃあ二つ作っちゃう？」。入居者同士が話し合い、そばとビーフンの2種類を作ると決めた。

食事は毎回、相談して決める。買い物にも行く。調理も入居者同士で自然に役割分担する。野菜を切ったり食器を出したり。約1時間半後、ようやく料理が完成した。

「ここでは自分が動くしかないのよ」と、入居者のアキコさん(79)＝仮名。スタッフが主に調理するグループホームも多い中、時間がかかっても、スタッフはなるべく手助けせずに見守る。

自分ですることで、料理や趣味など、昔できたことが再びできるようになる。管理者の光岡賢一さんは「認知症の人は私たちが予想しないような力を持っている。スタッフが手伝うのは楽だが、本人の力は低下する。力を信じ、可能性をどう引き出すか。それを常に考えます」と話す。

「行ってきまーす」。午前6時半。辺りに静けさの残る中、入居者のヨシ子さん(86)と恵子さん(87)＝いずれも仮名＝は、連れ立って近所の観音堂まで参拝に出かける。大切な日課だ。

のんびりと手押し車を押しながら歩く恵子さん。ヨシ子さんはその少し前を元気よく歩く。「良い天気だね」「カラスがアーアーって鳴いてるねえ」。おしゃべりしながら、15分ほどで観音堂に到着。参拝し、元の道をホームまで戻る。「毎朝お友達と観音堂まで行くのが楽しみなの。ずっと家の中じゃあ退屈でしょ」と、恵子さんは笑う。

外出も本人の暮らしや自立を支える重要な要素だ。しかし、認知症の人が施設から出て事故にあうことを懸念し、昼間も玄関に施錠する施設も多い。ここでは昼間、玄関に鍵はかけず、外出も自由だ。そのため、スタッフは普段から入居者の特徴をよく観察し、道に迷いそうな入居者が外出する時には、さりげなく同行するなど細心の注意を払う。

ホームを運営する法人の代表、林田俊弘さんは「認知症の有無にかかわらず、リスクは常に暮らしの中にある。私たちはその人の『できそう』という可能性を最初に見て、そこからリスクを最小限にする方法を考える」と話す。

●弁当宅配に同行

石川県小松市にある認知症デイサービス「やたの」。地域の1人暮らしの高齢者に、見守りを兼ねた弁当の宅配をしている。配達にはデイサービス利用者も参加する。

「こんにちは！　お弁当持って来ました」。昼前、キヨコさん(74)＝仮名＝が民家の玄関先で住人の女性に弁当を渡し「まだ暑いから気をつけてね」と声をかけた。「みんな1人暮らしでしょ。必ず何か話をして帰るようにしてるの」と話す。

キヨコさんは認知症で、当初はデイサービスも「行きたくない」と拒んだ。だが宅配の手伝いを頼むと「仕事ならやるわ」と参加するようになった。利用者ではなく、ボランティアで来ているつもりなのだ。

弁当の盛り付けも手伝っている。「ほら、中央を高く盛るとおいしそうでしょ。ちょっとでもおいしく食べてほしいし。商売やしな」「役に立てばええなって思うの。仕事やしな」と、表情に自信が満ちている。

同県加賀市の「小規模多機能ホームはしたて」でも、弁当の宅配に認知症の人が同行する。それが住民同士の交流の再生につながっている。

9月上旬、好子さん(86)がシズコさん＝いずれも仮名＝宅へ弁当宅配に訪れた。2人は近所で昔から友人だ。元気な時は頻繁に交流があったが、最近は自由に行き来できずに交流が途絶えていた。はしたてのスタッフが2人が近所と知り、利用者の好子さんに宅配への同行を提案した。

「シズちゃん出といで。弁当だよ」。スタッフと訪問した好子さんが、玄関から声をかける。すると、シズコさんが奥から写真を持って出てきた。「こないだ米寿のお祝いがあってねえ」と、家族で撮影した写真を見せる。「あらみんな元気そうだ」と、好子さんは目を細めた。

弁当宅配は週に数回。それも2人にとって大切な時間だ。好子さんは「会いに行くのが楽しみなの。じっとしているより楽しいし、そのくらいできるのよ。させてもらわな退屈や」と笑った。

介護現場では、排せつや食事介助など「できないこと」の把握や支援に重点が置かれ、本人の思いや力をそぎ、地域の絆を断ち切ってしまうことも多かった。一方、「できる能力」に着目し、本人が望む暮らしの継続を支える実践は、各地で始まっている。

「やたの」「はしたて」を運営する社会福祉法人・共友会の岩尾貢理事長はこう話す。「働くこと、外出、友人との交流、趣味など、全てを含めた暮らしの場を、誰もが死ぬまで必要としている。介護の現場は、そうした当事者の立場で考え、さまざまな実践の場を作っていくことが求められていると思う」

【細川貴代、写真も】

＝おわり

「はしたて」のスタッフと一緒に、シズコさん（仮名、右）宅へ弁当を宅配するため訪れた好子さん（仮名、中央）。話に花が咲く＝石川県加賀市で

暮らし全体を支える視点が重要

認知症の人を支えるのに必要なことは何か。井口高志・奈良女子大准教授（福祉社会学）に聞いた。

◇

認知症であることはその人の一部であり、全てではない。暮らし全体を支える視点で関わることが重要で、一部の介護現場では実践も始まっている。

例えば、認知症の人の過ごす場の一つであるデイサービスを、本人が居場所と感じられるかは重要だ。さらに認知症の初期の段階では、社会の中にいると感じられることが大切だ。そうした場にするために、デイサービスで認知症の人が有償の仕事に取り組んだり、地域の仕事を請け負って利用者とスタッフが一緒に活動したりする試みもある。それらの活動で目指しているのは「介護する側」「される側」の区切りをなくすことであり、これまで一般的に想定されてきた、認知症の人のお世話をするといった「介護・ケア」とは異なる関係性を生み出している。

認知症が進行しても、本人が居場所だと感じられるかどうかは重要だ。思いを支えるには現在の介護保険サービスの枠内のみでは限界がある。どう区切りのない形で、本人の思いを支える取り組みを実現させていくかを考えていくことが求められる。

連載の感想やご意見をお寄せください。〒100－8051（住所不要）毎日新聞くらしナビ「認知症新時代」係へ。メールはkurashi@mainichi.co.jpへ