



認知症の方への

生活行為プログラム



広島都市学園大学 リハビリテーション学科 作業療法士 谷川 良博

第8回 認知症の方を取り巻く人的環境について ～本人よりも周囲の人々が変わることが優先2～

環境要因が大切な理由^{わけ}

前号では、『願いかなえ隊』の発足のストーリーを交えて、ケアの質を向上するには人的環境（ケアする側）の変容が不可欠であることを述べまし

た。今回は、ケアする側が変わる『きっかけづくり』について、紹介します。

きっかけは入浴から

①ケアする側の視点

10年ほど前の話になります。筆者の勤務していた施設では、入居者には週2回の入浴日が設定され、2階のFさんは月・木曜日、3階のKさんは火・金曜日というように、曜日は固定でした。また、入浴方法は、大浴場に大勢を誘導し、一気に済ませてしまうものでした。

入浴当日、その階の介護職員は、朝から夕方5時ごろまで『忙しい』雰囲気全体から漂わせて、施設内を走り回っていました。入浴は週2回の大イベントで、この喧騒が毎日どこかの階で繰り返されていたのです。

②入居者の視点

一方、入浴日の施設の様子を入居者の視点で覗いてみると、朝から介護職員があたふたとしています。早足でうろうろしており、いつもより声のトーンが高く、彼らのイライラ感が伝わってきます。認知症の入居者がほとんどですので、曜日の判断は難しい状況ですが、「これは、いつもと雰囲気が違う。慌ただしい。あの人たち（介護職員）

の顔が険しい…」と、察知しています。「これから、何が起きるのだろうか」と不安が募ります。

いかがでしょうか。筆者が入居者だったら、理由が分からず、身の危険を感じます。危険を察知している状態で、「お風呂に行こう」と誘われても行きたくありません。そうです。この施設では、入浴を嫌がる・断る入居者の割合が多かったのです。

③再度、ケアする側の視点

週2回の限られた入浴日なので、介護職員はなんとか入居者に入ってもらおうと、なだめたり、時間をおいて誘ったりしていました。入居者に浴室まで来てもらうのに時間がかかり、夕方まで入浴業務が続いていたのです。

しかし、介護職員は自分たちの行動が入居者の不安を駆り立てているとは思いませんでした。入浴にかかる時間を短くする解決案として、入居者が衣服を脱いだり着たりする時間と、体を洗う時間の短縮を検討していました。結局、脱衣や洗面などが自立している人の介助までやってし

まったのです。こうなると、入居者の尊厳はどこかに追いやられてしまいます。介護職員が業務を優先にいろんな方法を考えるので、入浴の終了時間は遅くなる一方でした。

そこで、入浴日の追加が実行されました。しかし、入浴日以外は職員数が極端に少なくなっていました。筆者や事務職員も入浴を手伝いましたが、解決できません。

ついに、職員会議では「入浴日には残業手当をもらおう」という意見が多くなったのです。

入浴の問題点

ここまで読み進んで、あなたはこの施設の入浴にはどんな問題が潜んでいると思いますか。筆者は、「入居者が入浴を断る割合の多さ」だと考えていました。では、入居者はなぜ嫌がるのでしょうか。その一因として考えられるのは、介護職員が入浴の雰囲気を良くしようと考えていない点だと思いました。もう一步踏み込んで述べるなら、業務を優先するあまり、もてなす心を忘れてるように思えました。

では、楽しそうな入浴の雰囲気を醸し出すには、何が必要でしょうか。例えば、浴室の前には「ゆ」と大きく書いたのれんを掛ける、入居者は朝食後部屋に戻らず、そのまま食堂で待機してもらうなどいろいろと考えられます。



解決のために必要な視点

筆者は、職員会議で入浴に関する対応策を考えてもらいました。実は、前述の例は職員から実際に示された案です。筆者はこの解決案を見て、彼らは根本的な課題に気付いていないかと痛感しました。目に見える現象面に手当をするのではな

く、根本に潜む問題を相手にどのように伝え、気付いてもらえば良いのでしょうか。それは、時に相手が避けている本質的な件を提示しなければならないので、本当に難しい問題です。筆者の立場は、まさにこれでした。

言いにくいことを切り出す

まず筆者は、現在の『大勢を一斉に入浴させる方式』をやめる提案をしました。施設には大浴場の隣に使用されていない個浴用の浴槽（家庭用浴槽）が2つあります。浴槽の間に衝立を置けば、2名の入居者が同時に入浴できます。介護職員が入居者をマンツーマンで介助する担当制に転換するのです。浴室には、介助者2名と入居者2名

の計4名しかいません。

しかし、それを聞いた途端、介護職員は口々に「個別に入浴すると一人にかかる時間が長くなり、就業時間内に終わるはずがない！」と言うのです。会議は紛糾し、とんでもない意見を述べた私は完全に悪者扱いでした。会議時間も長くなったので、この件は次回に持ち越すことになりました。

見えない壁

会議から数日経ってみると、「実は、私も個別入浴に賛成です」と介護職員の4分の1程度が告げてくれました。彼らも「芋の子を洗うような行為を入居者に対してしたくなかった」と言うのです。少数でもこのような考えを持つ職員がいたので、筆者はとても勇気をもらえました。

しかし、まだまだ反対意見が大多数でした。有形無形の抵抗を受けつつ、施設長、介護士長、看護師長とも時間をかけて話し合いを続けました（この経緯は機会があれば別に述べさせていただきます）。入浴方法の変更を提案して3ヶ月後、遂に個別入浴が始まりました。

「相手のことを考える」とは

個別入浴が開始されて3週間が経つころには、各階ともに以前より平均1時間ほど早く終了するようになりました。さらに、入浴日に漂っていたささくれた雰囲気は薄れていきました。

筆者は時折、浴室の様子を見に行きました。浴

室では入居者がゆったりと湯に浸かっています。浴槽からはガラス越しに田園風景が見えます。入居者はその風景を見ながら、職員と何やら話をしています。筆者はその光景を眺めながら、「会話ができるほど、互いに余裕ができたのだな」と実感

しました。

話は少し戻ります。個別入浴を導入した直後は、かなり騒々しい状況でした。湯の中で失禁をしたり、脱衣場に来て服を脱がないと言い張ったりする入居者が多かったのです。これらに対応するために、介護職員は四苦八苦していました。

「なぜ、お風呂で失禁したのだろう」「なぜ、スリッパを手放さないのだろう」など、入居者の拒否に直面するようになった介護職員は、『なぜ』をたくさん抱えるようになりました。介護職員は『なぜ』の原因を考える過程で、入居者の個人史や持病を知ろうと行動を始めたのでした。

なぜ、スリッパを手放さないのだろう(上記線部①の事例)

スリッパが大切な女性

Aさん

(81歳女性)

- 個別入浴開始の2週間前に入居
- 中等度のアルツハイマー型認知症

Aさんは入浴のときに服を脱いだ後、スリッパを手放そうとしません。スリッパを抱えたまま浴室に行こうとするAさんに、「スリッパは置いておきましょう」と、介護職員が手を伸ばします。すると、Aさんは大きな声で「嫌よ!」と叫び、さらに強く両腕で抱え込んでしまいます。毎回このやりとりが続き、Aさんが入浴できない日が続いていました。



人生史を知る

担当職員のS(25歳・女性)は、Aさんがなぜこのような行動をとるのか分からず、対応に悩みました。お風呂に誘う前に、スリッパを隠しておこうかとも考えたようです。しかし、浴室に行くまでの履物がないのでこれは無理でした。浴室内でAさんから見え、かつ、スリッパが濡れない場所に置いておくようにしてもだめでした。SはAさんの娘さん(58歳)に、事情を説明して理由を尋ねました。しかし、娘さんにも分かりません。Aさんの夫は10年前に他界しているのです、それ以前のことを聞くこともできません。

そんな中、敬老の日にAさんの末の妹(77歳)

が面会に来ました。施設内は敬老祭のイベントで忙しい状況だったため、たまたま、筆者がAさんの妹さんの対応をしました。妹さんにAさんの近況を伝えた後、「ちょっと気になることがあるのですが…」と切り出し、スリッパを離そうとしない件を伝えました。妹さんはしばらく考えていましたが、「そうそう」と、ポツリポツリ、思い出すように話を始めました。

Aさんのお父さんの職業は日給制でした。Aさんのお母さんは、夫が日々持ち帰るお金を小さな袋に入れて、肌身離さず持っていたそうです。お母さんが買い物やお風呂に行く(当時は銭湯に通っ

ていた)ときは、長女のAさんがお母さんのかわりにその袋を大事に抱えていました。外出先から戻ると、お母さんは「いい子だったね」と言ってAさんの頭をなでていたそうです。

筆者はこの話をSに伝えました。Sはしばらく考えたあと、「明日の入浴のときにAさんと話してみます」と、何か思いついたようでした。

気持ちのいい入浴

翌日、筆者が浴室に行ってみると、Aさんはビニール袋にスリッパを入れ、それを抱いて湯船に浸かっていました。その隣で、笑顔のSがAさんの肩に掛け湯をしていました。SはAさんの人生史を知ることで、彼女の『スリッパを抱く行為』をやめさせるのではなく、肯定する行動をとるようにしました。これ以後、Aさんはスリッパを抱いて、すんなりと入浴をするようになりました。

しばらくして、SはAさんが湯船に浸かりながら、身の上話をしてくれるようになったと筆者に告げてくれました。



個人を大切にすると大勢が安定する

個別入浴を導入した結果、Aさんのケースのように個人を見つつ、その人の背景までも透かして見ると、介護職員の中で少しずつ積み上がっていききました。介護職員にとって入浴業務をしていたころに比べると、とてもやりがいのある援助になったようです。入浴後に入居者から「ありがとう」と声を掛けてもらえる、認知症が重度

の入居者から笑顔をもらえる、といった小さな喜びの積み重ねは、彼らにとってとても大きな自信につながりました。

さらに、この自信が行動にも余裕を与えているのでしょ。走り回ったり、イライラする職員が減っていききました。

さらに変化が

介護職員は自主的に、次のような行動をとるようになりました。『入浴前に排泄を済ませる』『尿意の伝えられない入居者の排泄パターンを把握する』など、主に排泄に関係する行動でした。入居者の排泄に配慮するようになると、思わぬ経済効果が現れたのです。それは、介護職員が入居者の

排泄パターンを把握してトイレに誘導するようになったので、紙パンツや紙おむつの使用量が激減したのです。施設の紙おむつ関係にかかる経費は大きなものです。これが、格段に減りました。筆者は今までかかっていた紙おむつの経費を介護職員と入居者へ還元する方法を考えました。

経費の有効利用

介護技術の向上

浮いたお金の使い道について、介護職員にアンケートをとりました。最多回答は、介護技術の確認と向上でした。介護系の講師から最新の技術や情報を学びたいと言うのです（写真1）。筆者はすぐに手配しました。



写真1 自主的な介護技術の再確認

福祉用具の充実

福祉用具といえば、車イスを思い浮かべます。施設では個人に合わせた車イスは個人購入でした。これでは、試しに使ってみることができません。そこで、数種類のちょっと特殊な車イスを数台購入しました。

また、おむつ外しをさらに進めるために、排泄時に使用する手すりなどの福祉用具も順次購入しました（写真2）。



写真2 腹圧をかけやすい姿勢で便座に座る

幼少時代の生活暦から

スリッパを手離さなかったAさんのその後です。しばらくすると、彼女はスリッパを脱衣場に置いて入浴をするようになりました。Aさんは「怖かった」そうです。幼少時代に、母が帰ってくるまで

怖い思いをしながら生活費を抱いていたAさん。施設の中の何かが、再びAさんにそう思わせていたのでしょうか。もう想像がつかますよね。

好評連載中の谷川先生が講演されます！

11/17(日) 10:00~12:00 / 13:30~15:30
第9回認知症ケア研修会in福山

認知症セミナー①・④

中・重度認知症の方の心を紡ぐ生活行為プログラム

認知症の進行状況に応じたその方の残存能力を引き出すアプローチの実践が分かる！

【当日の内容】

- ・ 認知症の方の生活障害について
- ・ 認知症のタイプに応じたケアについて
- ・ 認知症の方への環境整備について
- ・ 支援する人が変わるきっかけについて
- ・ 環境にはハードとソフトがある

profile



広島都市学園大学
リハビリテーション学科
作業療法学専攻
谷川 良博

約23年間、認知症の方や介護する家族への支援を中心に、病院、介護施設、デイケアで勤務。平成25年4月より現職。