

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6回 できないと思っていた行為は介助者の思い込み！？

立ち止まって考えてみる

あなたに少し思い返してもらいたいことがあります。利用者ならどんな方でもかまいません。あなたが思い浮かべたその利用者は、いつから今の介助を受けるようになりましたか？例えば、以前はスプーンを握っていた人が、いつから握らなくなったのでしょうか？あるいは、入浴前に一人で衣服のボタンを外せていた人が、いつから介助してもらうようになったのでしょうか？

筆者が施設勤務をしていたころ、ある女性介護職員に上記の質問をしたことがあります。その介護職員は「うーん、いつと言われても…」と答えに窮していました。ぽつりと「みんな（ほかの職員）がやっているから…」と、つぶやいたことが

印象に残っています。

筆者が何を伝えたいのか。それは、利用者が、根拠のない介助を受けているという事実を皆さんに知っていただきたいのです。あなたが利用者に毎日繰り返す介助の内容とその量は適切でしょうか。彼らの能力を発揮できる環境を提供しているのでしょうか。利用者を前にして、「介助によって、この方の力を奪っていないだろうか？」と、一週間に一回は立ち止まる余裕を持てるといいですね。

では、この気持ちの余裕を生み出すため、そして、認知症利用者の力を引き出すためには、何が求められるでしょうか。そのきっかけとなる事例を紹介します。

認知症利用者の力を引き出す工夫

ここでは、Aさん（88歳、女性、アルツハイマー型認知症）の事例をもとに、ケアの介入方法を考えていきます。

〈事例〉

Aさん（88歳、女性）

- アルツハイマー型認知症
- 要介護度2
- 中等度認知症

住環境	一軒家で娘（64歳）と2人暮らし
介護保険サービス利用状況	3年前からデイケアを週3回利用している
歩行	屋内はつたい歩き
コミュニケーション	難聴のため、他者との会話はほとんどない
デイケアでの状況	認知症が中等度あり、簡単な作業のみ参加できる

(1) Aさんの料理活動への参加

Aさんが通うデイケアでは、午前中に折り紙や書道などの活動を複数実施しており、利用者は好きな活動に参加します。Aさんは、料理活動に参加していますが、これはAさんの希望ではなく、ほかの活動は彼女には難しいだろうと、職員が消去法で決めた経緯があります。参加当初、Aさんは野菜洗

いや皿洗いなどの比較的簡単な役割を担っていました。半年ほどすると、皿の洗い残しが頻繁に見られるようになったため、別の利用者が担うようになりました。料理活動の中で、Aさんができる役割は次第に減っていきました。

(2) 楽しく参加する人々の隣で

楽しく料理をする人々の隣で、Aさんはうたた寝をする^①ようになりました。担当の介護職員Hはこのままではいけないと、Aさんができる役割を探りました。

例えば、かまぼこを包丁で切ってもらおうとしました。しかし、Aさんは包丁^②を握ったまま動きません。動き出せたとしても、かまぼこを等間隔に切るのが難しいので、食材として使ってもらえません（写真1）。

別の日には、HがAさんに、「テーブルを拭いてください」と、ふきんを渡しました。しかし、Aさんはふきんを畳んだり、広げたりを繰り返しました（写真2）。ふきんは四角いので、傍目からは彼女が折り紙をしているように映りました。

^③介護職員の多くは、Aさんに何かを頼んでもどれひとつできないと思うようになりました。そして、「料理に参加するのは無理だね」と、別の活動への参加を思案するようになりました。



写真1 かまぼこを切る



写真2 ふきんを折り畳む

読者の皆さんは介護をする側です。さらに述べると、活動やグループワークを運営する側です。グループを運営する者としては、できない人に援助の力と時間を費やすのは難しいでしょう。そのため、別の活動に誘おうとする気持ちはよく分かります。

しかし、本当にやれるだけのことをやった後に、答えを出しているのでしょうか。

まず、あなたは下線①の「Aさんのうたた寝」をどのように理解しますか？ 次項に、回答案を2つ提示します。

回答案

- 1) 何もできないので、手持ち無沙汰だから眠っている。
- 2) 皆の様子を感じながらまどろんでいる。

おそらく、2)と考える人は少ないと思います。筆者は2)だと思いました。2)を前提に考えると、Aさんは気持ちの上では料理活動に参加しています。人がそばにいることに安らぎを感じ、人の会話を

聞きながらゆっくり過ごしている…。これも参加の一種だと思うのです。「参加するべきだ」と周囲が思っているのは、余計なお世話かもしれません。

果たして、Aさんは料理活動の中でどの役割もできなくなったのでしょうか。Hはさまざまなことを試しましたが、筆者はAさんの力をまだ引き出せてはいないと考えました。そこで、筆者とAさんに再び料理活動へ参加してもらうことにしました。

(3) できないと思われていた動作を引き出す実際の方法

筆者はAさんにはできないと思われている『テーブルを拭く』動作と、『包丁を使う』動作に取り組みました。その様子を紹介します。

テーブルを拭くときの介助

解説

筆者はまず、下線③の「ふきんで折り紙をしている」状況の解決に取り組みました。実は、Aさんにはアルツハイマー型認知症の方に多く見られる「失行」がありました。失行があるAさんは、他人からふきんを「ポン」と渡されても、それをどのように使えばよいのか、思考が混線してしまいます。

実践

失行がある方の動作を引き出すには、少々コツが必要です。それを紹介します。

- 1 ふきんをテーブルに置きます。
- 2 Aさんの手をふきんにのせます。
- 3 介助者の手をその上に添えます（写真3）。
- 4 介助者が「テーブルを拭きましょう」と、分かりやすい言葉を添えながら、拭く動作をAさんと一緒にします。
- 5 自分で動き始めたら、介助者はそっと手を離します。すると、本人はすっと拭き始めます（写真4）。いわゆる、動作を引き出す“誘い水の役割”を介助者が担うのです。



写真3 Aさんの手の上に介助者の手を添える



写真4 一人でテーブルを拭き始める

包丁で切るときの介助

解説

下線②の「包丁を握ったまま動かなかった」のは、失行が現れており、「動けなかったからだ」と考えられます。

実践

先述の“誘い水の役割”を実行するために、介助者は次の役割を担います。

- 1 Aさんに包丁を握ってもらいます。
- 2 介助者の手をAさんの手の上に添えて、一緒に包丁を握ります。
- 3 「かまぼこを切りましょう」と言葉を添えて、Aさんと一緒にゆっくりと切ります。
- 4 Aさんが少しずつ自身で動き始めます。
- 5 介助者は、そっと手を離します。



(4) 役割の定着

Aさんが包丁を使う際には、怪我を防ぐために介助者が絶えず見守りをする必要があります、実用的ではありません。そこで、Aさんにはテーブル拭きを続けてもらうことにしました。

料理活動の際には、Aさんは自分の役割（テーブル拭き）が必要とされるまでウトウトとしています。料理が完成に近づくころに、介護職員はAさんにしっかり覚醒してもらってから、テーブル拭き

を依頼します。Aさんが拭き始めるには、“誘い水の役割”が欠かせません。

テーブル拭きは、料理活動がない日でも食事の前後に毎回必要な役割です。そこで、Aさんには食事前と下膳時にもテーブルを拭いてもらうようにしました。結果的に、一日の中で活動の頻度が多いテーブル拭きが、Aさんの仕事となりました。

(5) ケアへの転用を考える

①見過ごしている部分にこそ注意を払う

特に、アルツハイマー型認知症の利用者には、失行や失認が多く見られます。実際に、このような症状が現れている「その場・その時」を指摘してもらわなければ、見過ごしやすいものです。

写真5のAさんは、にんじんをはさみで切ろうとしています。ちょうどその場面に居合わせた介護職員は、「はさみで切れるはずがないでしょ!」と、彼女からはさみを取り上げました。このように、

日常の中で失行や失認症状は自然と現れており、それを介助者がササッと片付けてしまうのです。しかし、ササッと流されているその部分にこそ、利用者の力を引き出せるヒントが隠されているのです。

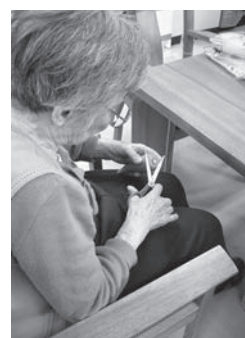


写真5 はさみでにんじんを切る

②出にくい動作は一緒に行う

Aさんはふきんを手渡されて、思考の糸が混線し動作が止まってしまいました。このようなときに、「あれして、これして」と言葉だけで指示をしてはいけません。基本は、一緒に実際の動作を行います。

Aさんは時折、配膳後に、食を手づかみで食べようとします(写真6)。これは配膳をした人が悪いのです。失行があるAさんに対しては次の配慮が必要です。介助者は配膳後、「ごはんですよ」と声を掛けつつ、Aさんの右手(利き手)に箸を、左手に茶碗を持ってもらうように誘導します。しかし、Aさんは、すぐには動きません。しばらく経つと混線した糸がほぐれるかのように、箸を動かし始め

ます。その後は、自分で食べることができます。

このように、声かけと一緒に行動は必要最小限に抑えます。簡単に思えますが、現場では職員が必要以上に手を出してしまう場面も多いのです。



写真6 手づかみで食べる

③伝える技術を養う

動作を引き出す技術は、すべての介助者が共有することが一番大切です。冒頭で述べたスプーンを使えない、ボタンを外せない利用者は、介助の工夫によっては、まだまだ能力を発揮できるのかも

しれません。彼らのできる動作を奪わないように心掛けるには、上記の②で述べた「どこを介助し、どこを見守るのか」を、利用者に理解できる言葉で分かりやすく伝える必要があります。

終わりに伝えたいこと

筆者は文中で「Aさんがみんなの様子を感じながらまどろんでいるのも、気持ちの上では料理活動に参加している」と述べました。一方で、筆者は料理活動においてAさんが参加できそうな役割を探りました。この2つの件に関して、ある人から

「ゆっくりしていて良いと言ったのに、働きなさいと促すのは矛盾している!」と指摘されました。筆者は、利用者が主体的に行動できる部分は伸ばしたいと考えています。答えになっているでしょうか。

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。