

「あるがまま」が道しるべ

社会福祉法人東翔会グループホームふあみりえ 大谷るみ子

「あるがまま」の暮らしを応援する心のこもった場があり、「あるがまま」を支援する、それが私たちの役割だと言える素敵な人たちがいます。この本は、そんな「場」と「人々」の十六年に亘るケアの成長と日々の物語でもあります。

「さわやかテラス」とは、十年くらい前に福岡県高齢者グループホーム協議会の活動を通して出会いました。ケアの質の向上や認知症でも安心して暮らせる地域をつくろうとさまざまな取り組みを進める中で、良いことならず決断、すぐ実行するという、フットワークの軽いオーナーのもと、職員さんたちがのびのびと仕事をしている姿に、羨ましさを感じたのを今もよく覚えています。

今日、介護人材の不足は深刻な社会問題と言っても過言ではありません。未だに、介護Ⅱ3K「きつい」「きたない」「給料が安い」というようなネガティブな捉え方をされてしまいがちですが、「介護」とは、実は人の尊厳に関わる重要な仕事であり、「介護」を通して人としてのあり方や生き方に触れ、成長することができます。そのことを教えてくれているのが、「さわやかテラス」の職員さんたちです。この本に登場される方々の、一つひとつのエピソードや言葉を通して、いつのまにか、実際にその方々と会ってお話を聴いている感覚になったり、今まさに目の前でドラマがくり広げられているような

印象を持つたりするのは、職員の皆さんが利用者ご本人の思いや生き方に尊敬の念と愛情を持ってお付き合ひしてきたからではないかと思えます。

またこの本は、単に物語としてではなく、認知症ケアや支援の専門性を培ってきたプロセスを記録した本とも言えます。若年性認知症の方やご家族への支援とはどうあるべきか、人生の最期まで「あるがまま」にありつづけるための看取りとは、住み慣れた地域で安心して暮らしつづけるためには、と常に問いかけながら、そして学びつづけながら歩んできた記録だと思えます。

私もまた、同じように認知症ケアや支援の現場で、認知症の方々に出会い、少しばかりその方の人生にお邪魔させていただき、心が響き合う体験を何度もさせていただきました。介護する側、される側の関係から、人と人が共に在るといふ価値観を、多くの介護に携わる人たちへ、そしてこれから介護を目指す若い世代の人たちへ伝えつづけたと思っています。

この本は、そのためのよい教読本になると確信しています。

平成二十九年三月

はじめに

介護とは無縁の生活を送っていた私が、筑紫野市に認知症対応型共同生活介護「グループホームさわやかテラス二日市」を平成十三年四月に開設して十六年が過ぎました。この間、認知症に対する国の施策も大きく変わりました。

今では市民の方々が、認知症の理解を深めるため、認知症サポーター養成講座や勉強会に積極的に参加される姿が見られます。また、小学校、中学校にも認知症理解のための授業が取り入れられたり、体験学習に施設見学が組み入れられたりと、認知症に対する理解が広がっています。もちろん、認知症をかかえる家族の皆様は、本人が最期までその人らしく暮らすためには何をしたらいいかを勉強され、寄りそう介護に心くだかれています。

認知症になっても住み慣れた家で、普通に暮らしつづけられるまちづくりも進んでいます。

特に福岡県大牟田市で平成十四年からつづいている「認知症見守り声かけ運動」は地域に根付き、認知症になっても安心して暮らせるまちづくりのモデルとして全国に発信し、広がりを見せています。

その一方で、依然として現場では、安全確保の名目で人間の尊厳を損なう介護が行われているのも事

実です。

二〇〇〇年五月、前職を離れた私は、ある特別養護老人ホームで入浴の順番を廊下で待っている認知症の入所者の姿に衝撃を受けました、その表情は、施設での生活に満足し、幸せな毎日を過ごしている人とは程遠いものでした。

それがきっかけで、グループホーム開設に踏み切りました。

それまで勤めていたスーパーでは、地域のカスタマーサティスファクション（顧客満足）を高めることが、現場で一番大事な使命でした。

認知症になっても、ゆつくり楽しく自分のペースで入浴でき、毎日を自分らしく、自由に過ごせる場所をつくろうと考え、先駆的な施設の見学や寄りそう介護を実践している人の講演会を傍聴し、そして実際に現場で話を聴いてまわりました。また、福岡を中心に特別養護老人ホーム、老人保健施設、療養型医療施設、有料老人ホーム、宅老所、グループホーム等を七十箇所程見学し、なかでも福岡市の宅老所よりあい（下村恵美子元代表）、熊本県玉名市のグループホームひまわり21（故吉村貞子代表）にはとても感銘を受けました。

スタッフと利用者の見分けがつかないほど普通に暮らしている家で、空気が温かく、ゆつくり時間が流れていて、この空気をしてくれるなら、「あるがままに 楽しく ゆつたりと」その人らしい生活空間ができ、毎日、安心して過ごしてもらえないかと思いました。入社したばかりのスタッフをひまわり21に受け入れてもらい、故吉村貞子代表に教えを請いました。

現在、当社の執行役員山城裕美は吉村代表の「利用者の方がおしっこしたところがトイレたい」とい

う思いを、時々反復しながらさわやかテラス、さわやか憩いの家を十六年間引つ張ってきました。

十六年間で、さわやかテラスを「終の棲家」として九十七人の方が旅立たれました、旅立たれた皆さまのお陰で、今のさわやかテラス、さわやか憩いの家があります。また、その後のご家族とのお付き合いがスタッフの力になっています。

なによりも恵まれていたのは、かかりつけ医として入居者、利用者、家族そして地域に至るまで信頼があり、おひとりおひとりに誠心誠意付き合ってくださる、横溝清司医師（医療法人つかさ会 よこみぞ医院院長）、大西昭彦医師（医療法人大西内科クリニック院長）との出会いがあります。みとりが出来たのも、両先生が二十四時間、三六五日入居者に寄りそい、他の医療機関とも連携し支えていただいているお陰と感謝しています。この医療連携なくして、今の運営はありませんでした。

両先生とも利用者のご家族と向き合い、悩みを受けとめ、ご家族が寄りそってお見送りをするのを後押ししてくださっています。多くの家族の皆様が、両先生との面談で、さわやかテラスでの最期のお見送りを決められます。住み慣れたさわやかテラスで、ご家族に見守られながら旅立たれる入居者のやさしい寝顔がいつまでも居室にあり、ご家族と思い出話をしながら、一緒に通夜を過ごさせていただけるスタッフは、入居者、ご家族、かかりつけ医の両先生に感謝し、介護職としての幸せと力をいただいています。

横溝先生、大西先生、ありがとうございます。これからもよろしく願いました。

また、最期まで食べる力を引き出してくださる高野歯科（高野弘一郎医師）、二十四時間、いつでも駆けつけてくださる訪問看護ステーションペアレントなくして、多くの入居者、利用者の皆様の楽しい

毎日の生活を支えることはできません。感謝に堪えません。

十六年来の付き合いの中に、二ノ坂保喜医師（にのさかクリニツク院長 平成二十七年、日本赤ひげ大賞受賞）がいます。ひたむきな在宅医療、在宅緩和ケア、みとりに向き合われる姿には学ぶことが多くあります。そのつながりで、毎年、日本ホスピス・在宅ケア研究会で、スタッフの日々の振り返りや、みとりの事例発表をすることにより、「あるがままに 楽しく ゆつたりと」の家訓が現場で実践できるようになったのだと思います。

今、特定非営利活動法人福岡県高齢者グループホーム協議会（理事長・大谷るみ子氏）で福岡県内の二〇〇箇所以上の事業で働く仲間の皆さんと実践勉強することが、さわやかテラス・さわやか憩いの家のスタッフの励みになっています。大谷るみ子理事長に直に接することにより、各スタッフがお年寄りに寄りそう力を養い、「あるがままに 楽しく ゆつたりと」現場ができています。

最後にこの本を発刊するにあたり、これまで十六年間「さわやかテラス・さわやか憩いの家」が歩んできたことや、ケアに対する考えがバトンとなり、認知症の理解を通して認知症の当事者、家族、地域の方々、そしてそれを支える医療、看護、介護さらに福祉行政に関わるすべての皆様とつながりができることを願います。

平成二十九年四月 吉日

株式会社ウエルフェアネット さわやかテラス・さわやか憩いの家代表 平山 正明