



# なごみ

## シリーズ「看取りについて考える」③～特養の立場から

社会福祉法人札幌慈啓会 慈啓会特別養護老人ホーム 施設長 谷口 俊弘 (賛助会員)

ご存知の方も多いと思いますが、特別養護老人ホーム(以下「特養」とします)は、常時介護を必要とし、ご自宅での生活が困難な高齢者に対して、生活全般の介護を提供する施設とされています。多くの特養が看取り介護を行っており、ご入居者様およびご家族様の中にも特養を「終の棲家(ついのすみか)」として希望される方は少なくありません。



「看取り」と聞くと、どうしてもマイナスのイメージを持つ方が多いと思いますが、私たちは看取りを「死」を迎えることとしてではなく、ご本人様が最期の時までの残された時間を自分らしく「生きる」ために行うものと考えています。特養だからこそ、生活の場としての普通の「暮らしの延長にある看取り」を心がけています。

そのため、終末期にはご本人様と共に過ごされる時間が多くあるご家族様に、安心して付き添える環境づくりにも配慮が必要だと考えています。当たり前のことなのかもしれませんが、ご家族様が休憩できるよう、ソファやベッドを準備したり、臭いが気になるときには換気や空気清浄機などを使用したりして、ご家族様がそばに付き添いやすい環境を整えるよう心がけています。シーツや衣類も清潔なものを着用し、居心地の良い空間になるよう努めます。ご本人様に転倒転落の危険性がない場合には、ご家族様がいる際にはベッド柵を外し、すぐ近くで寄り添うことができる環境を作ったりもします。

看取り期の付き添いでは、ご家族様は不安や緊張の中で過ごしていることが多いため、休憩がとれているか、食事がとれているか、気になることはないかなど、施設職員から声掛けしていくように心がけています。何かあればいつでも職員に声をかけてほしいことも伝えていきます。

さらに、ご本人様の状態や、今後予測される経過についてご家族様と共有しておくことも、ご家族様にとっては大きな安心感になります。ご家族様がいつものようにそばで見守ることがご本人様の安心につながることを伝え、ご家族様もサポートすることが大切だと考えています。

私は「あきらめない介護」を自身の介護理念としています。暮らしの延長にある看取りだからこそ、最期まで口から食べ物を摂取することをあきらめず、最期まで湯船に入る入浴支援をあきらめないことを大切にしたいと考えています。認知症介護においても看取り介護においても、あきらめない介護を実践していくためには、私たち職員は、利用者の隅々までを観察し、いろいろなことに気づく感性が求められます。それができてこそ、私たちが認知症の人、そして看取り介護の入居者様の最期の瞬間に寄り添えることが許されるのだと思います。

看取りということにとどまらず、特養は、入居者様本人の価値観や居心地のよい環境を築き、ご本人様、そしてご家族様の価値観や想いに沿った生活ができるように継続的に支援できる住まいでありたいと思います。看取りは特別なことではなく、当たり前のことを当たり前に行う、普通の介護の延長線上にあることが大切だと考えます。



# 介護体験 『両親の病気と介護に連れ添って』

Y.Y(東区)

## ❁ 父の入院で母の様子に驚き戸惑う

父は病弱、母は人工膝関節で要支援2でした。2人暮らしで、私は離れたところで生活をしていました。平成30年6月に父がペースメーカーの交換で入院した際、私は母と生活しました。その時母は87歳。母が日付を毎朝新聞を見て確認している姿に驚き、入院中の父に伝え、「そうだよ」と平然とした答えに戸惑いました。母は、その頃から疲れやすく、物忘れや探し物、お鍋を焦がすなどが多くなってきました。

## ❁ 母は認知症と診断。サービス利用を拒んで・・・

父の退院後は、父の通院介助と週に数回実家の様子を伺うことにしました。同じ年の12月に両親のみで物忘れ外来を受診し、母はアルツハイマー病とレビー小体型認知症と診断されました。翌年、父が骨盤骨折で6ヶ月入院した時、私は母と同居して通勤しました。日中母は一人で過ごすためか認知症が進んだように思いました。申請後、要介護1に認定されました。

6月末父の退院の時、父の介護ベッドを入れるため、寝室の家具の配置換えに母は大反対。デイサービスの体験も逆上し、「何でこんなところへ行くのか」で失敗。ヘルパーの家事援助も拒否し、従来からの月2回の掃除のみ可能でした。3ヶ月後から夕食の配達弁当は開始できました。父は世間体から自宅前に配送車が停まるのを反対し、実際には買い物には行っていないのですが、「母から買物に行く楽しみを奪うのか」と。なかなかサービス利用につながらず、どうして素直になれないのかと、悩みました。

母は8月末から上半身に痙攣が発症したため、脳外科を受診。脳波にてんかんの波があるミオクローヌスではないかとのこと。度々発作が起きるので、もの忘れクリニックから脳神経内科にかえました。

## ❁ 週1回のデイサービスへ、職員に任せる

1年後の令和2年11月(89歳)、認知症専門のデイサービスを体験し、週1回通所することになりました。入浴が一番の目的でした。本人は嫌だと言っていましたが、職員さんから任せて欲しいと言ってもらい、少し気持ちが楽になりました。

## ❁ 父の入院、母の入院と老健入所を経て

令和4年2月、入院している父の処に行っている間に母は自宅で動けなくなっていました。大腿骨骨折で救急搬送。最悪の事態でした。当時はコロナ禍で面会禁止。次のリハビリ病院では、家族の写真と毎日一言メモを看護師さんから渡してもらう様をお願いしました。

母は要介護4になりました。2ヶ月後、介護老人保健施設へ入所となりました。認知症の病棟にいましたが、老健での生活は合わないようで、テーブルをバンバン叩いたり、職員さんをつねったり、食事も食べないなど問題だらけで精神病院に入院してもらうと言われました。精神病院受診の際、入院はさせたくない伝え、通院投薬となりました。もっと母にあう施設を探さなくてはと考えた矢先、夜中に心不全を起こし救急搬送されました。もう危ないと言われましたが入院中の父の事もあり、人工呼吸器を選択しました。その後、母は令和5年1月に91歳で亡くなりました。父も母の入院中に亡くなりました。短い期間に両親を看取りました。

## ❁ 認知症発症から瞬く間の5年間

母の認知症発症から瞬く間の5年間でしたが、母の事をちゃんと考えてあげた介護であったか自信はありませんでした。この間色々迷う中で、令和元年9月に入会した札幌家族の会の方の声掛けやアドバイスを頂き励まされました。本当にありがとうございました。

# 11月の「つどい」のご案内

【とき】2024年11月20日(水) 13:30~15:30

【ところ】南区民センター 2階 視聴覚室

札幌市南区真駒内幸町2丁目2-1 地下鉄南北線 真駒内駅 徒歩7分

【問い合わせ】家族の会事務局 ☎281-2969(火・水)

※出欠の予定をお知らせいただくと助かります。よろしくお願いします。

12月の「つどい」は手稲区で12月20日(金)に開催予定です。



10月の「つどい」は10月21日(月)白石区民センターで17名の参加をいただき開催しました。「ちょこっと学習会」は、「あんしん住まいサッポロ」でも活動している、当会相談担当の松前人美さんより「高齢者の住まい選び」について説明しました。高齢者向けの施設や住宅は、特別養護老人ホーム・介護老人施設・介護医療院などの介護老人保健施設、養護老人ホーム、ケアハウス、グループホーム、またサービス付き高齢者向け住宅、有料老人ホームなどいろいろな場所があります。其々、入居条件、費用、介護医療体制など様々で、一長一短があります。一番数が多いのがサ高住で、安否確認と生活相談のサービスは必須。ここでは介護が必要になると外部からの有料サービスを利用することになります。住まいを探す・選ぶポイントは予算、タイプ、希望条件などですが、全て満足できる所はありません。複数の所を見学し、即決せず慎重に決めることが大切です。また、ホームは楽園ではありませんので、なじむ努力は必要です。その後はいつもの語り合いで、皆さんの発言概要は、以下のとおりです。

## ☎ 90代の母を介護 同居の娘

初めての参加です。母は8年前田舎から呼び同居しました。ほぼ自立していますが、物取られ妄想(壊された、隠されたも)が激しく暴言と戦っています。自分のメンタル、どう乗り越えていくかを学びたいです。妄想は毎日ではなく我慢することもあります。続くときは続きます。同居していた夫を犯人と責めるので、別居しましたが、それでも来ていると責めます。自分は認知症でないと思っているので、受診治療、介護認定はできず、介護サービスも利用できていません。一度介護認定しようとしたのですが、母の反対で失敗しました。心臓の疾患があり循環器内科には通院し病院への抵抗感はないようです。

### ☎ 会員から

物取られ妄想は認知症になるとよくある症状です。病気が言わせていると割り切る、気にしないように考えることも必要です。年齢を考えると、否定しないなどの対応で、今の状況が少しずつ穏やかになってくるかと思われ。包括と相談して初期集中支援チームでかかわって頂く、という対策もあります。

### ☎ 会員から

すごく辛い状況、気持ちがよくわかります。少しでも軽く楽になる方法はないか、いろいろみんな考えて、できそうなことを選択する。地域包括支援センターなどに相談し介護保険等サービスを利用する形にもっていけるといいかなと思います。このままでは気持ちが折れてしまうので、相談する、話をするいろいろな場があることを知ってほしいです。

### ☎ 会員から

認知症のような症状が出たとき、介護者が認知症という病気を理解できるといいです。昔サービスも

ない時代には、家族の会のつどいで、悩みを吐き出してもらいながら、一緒に共感しながら話し合いをしました。家族の会に来て、同じことで苦労した人といっぱい話した方がいいと思います。また、お母さまを時に褒める、いいところを見つけてあげること必要かも知れません。ぶつかってしまった時は、少し離れて、時間をおくのも正解ですよ。

## ☎ 90代の母を介護 同居の娘

デイサービス、ショートステイ、訪問看護を利用。デイは理解していないこともあり、時々行きたくないとい泣いてしまうことが続いています。夕方になると自分の家に帰ると始まるのもほぼ毎日あります。訪問看護師さんは母と話が合い、リハビリや薬の相談などが出来、自分としてもとても助かっています。

### ☎ 会員から

高齢の場合外出時のリスクもあるので、訪問診療や訪問看護の利用をお勧めします。看護師さんや施設には、お母さんの趣味や小さいころの様子などの情報提供しておくことも大切なことです。引き出しがたくさんあれば、話がし易くなり、気持ちも安定し喜ばれると思います。また、訪問をいやがる方も居られます。その時もお話などで家の中で楽しいことがあれば、すんなりに行くこともあります。

### ☎ 包括職員から

私は要介護1の母がいます。自分が仕事で何十年も接している認知症の方に関わる時と、自分の母に関わる時とは全く対応が違います。自分の家族だといつて厳しいことを言う私があります。両方のお気持ちがとてもよくわかります。やはり一人で抱え込まないで、相談できる友人や場所が必要だと思います。



## 事務局だより

朝晩の冷え込みが増して、日没も早まってきました。皆様いかがお過ごしでしょうか？

今年も「認知症のひろば」を開催します。介護を前向きに取り組んでいただけるよう2つのひろばを計画しています。皆様のご参加をお待ちしています。

### ◆ 令和6年度「認知症のひろば」のご案内

11月14日(木)かでの2・7の5階520研修室にて開催します。

午前の部は『相談のひろば』10:30～12:00、午後の部は『学びのひろば』13:30～15:00です。

お申込みのうえ、皆様のご参加をお待ちしています。

### ◆ 入会会員 どうぞよろしく。

S. Sさん(中央区)、Y. Yさん(西区)、G. Mさん(市外)

### ◆ 退会会員 どうぞお元気で。K. Rさん(中央区)

### ◆ ご厚志をありがとうございました。(9月・10月) 21,000円・切手

M. Kさん、Y. Kさん、Y. Kさん、I. Nさん



Y. A 様 (R6.10ご逝去)

これまで会を支えてくださり

ありがとうございました

## 11月・12月のミニサロンのお知らせ

✿ とき:11月13日(水) ✿ ところ:かでの2・7 2階 ボランティアルーム

✿ とき:12月11日(水) ✿ ところ:かでの2・7 2階 ボランティアルーム

時間はどちらも:午後1:00～3:00 皆様どうぞお越しください。

ミニサロン以外の日でも連絡を頂ければOK! ご来訪をお待ちしています。



### ◆ 10月の活動日誌

1日-会報「なごみ」編集会議・豊平区ヘルパーセンター課長来局、2日-共同募金会街頭活動参加(安達・田上・金子)・中央区ケア友の会協力(田上・島貴)・事務局会議、8日-役員会、9日-「なごみ」発行・ミニサロン、11日-イオン黄色いレシートキャンペーン協力(大内・鈴木)、21日-つどい(白石区)、22日-臨時事務局会議、25日-厚別区第2地域包括認知症サポーター養成講座協力(大野・松前)、29日-北区ケア友の会協力(飛嶋・大野)

## 井戸端サロン11月 ～仲間からの心にとまる話をご紹介します～

### 認知症家族の茶話会に出席して・・・(東区) I. Y

平成24年の頃でしょうか、言葉がスムーズにでてこないな～と、夫の異変を感じていましたが、その頃の私は認知症に関しては無知で、どの様に対応してよいのか毎日悩んでいました。

ある時、地域包括支援センター主催の「認知症家族の茶話会」開催のパンフレットを目にしました。当日は不安のなか重い足取りで参加しました。共通の介護者の悩みや苦労話に耳を傾けてアドバイスを貰い、そして良い方法がないか皆さんが知恵を出し合う場はとても有意義でした。何よりも勇気をもって参加した自分自身を褒めました。会場を退室しようとした時、参加者の一人に声をかけられたのです。「認知症の人と家族の会」のお話でした。これから夫のことで悩み事や相談事が増えるであろうと思い、後日かでの2・7を訪問して家族の会に入会させていただき今日に至っています。入会後は認知症を理解して前向きになりました。夫がデイサービス、ショートステイを利用しているときに通信教育でヘルパー2級を取得しました。空いた時間にボランティア活動に参加しましたが、時はコロナ禍になり自粛が多くなってボランティア活動は中止になりました。毎朝コロナ禍前に黄泉のくにへ旅立った夫に「私を見守ってね」とお願いして手を合わせています。

