



# なごみ

## シリーズ「看取りについて考える」④～グループホームでの看取り

グループホームトロ口の森 総合施設長 住友 幸子 (賛助会員)

誰にでもいつかは訪れる「エンド（おわり）  
ライフ（いのち）」。

利用者の重度化や高齢化などから、認知症グループホームにおいても医学的管理を必要とする方の増加に伴い、看取りまでを見据えた介護が望まれています。グループホームでの看取りは「お家で最期を迎える」というイメージです。



医療行為は行えませんが、本人の意思を最大限に尊重し、住み慣れた場所で多職種による連携の下、家族もスタッフと共にケアの一員となり主治医や看護師等とチームで本人が最期まで自分らしく過ごせることを第一に考えて支援します。そのためには、入居当初から医療や介護について本人自らが考えや希望を伝え、その人に関わるチームで共有することが望まれます。これを ACP(人生会議)といいます。例えば、最後は誰と過ごしたいのか？ 入院・点滴を望むのか？ 住み慣れた環境で過ごすことを望むのか？ やり残していることは…など。

ACPはその後も何度も繰り返す必要があります。認知症の症状から自分の意向を的確に伝えることが難しいことにも配慮して、当グループホームでは、皆で集うお茶タイムなどの明るい雰囲気の中で、仲間と意見交換(雑談)することもあります。自身が大切にしてきたことや、好むことなどもスタッフはその時の言葉を大切に記録しておきチームで共有します。いよいよ最期の時が近づくと、主治医から病状と予後についての告知があり、本人・家族にこれから迎える予後予測と看取りの場を再確認し、私達は、医療との連携体制やグループホームでできること、できないことの説明と同意など看取りへの再確認を行います。揺れ動く家族の心に配慮し、家族支援は最期まで欠かせません。

本人の望みを大切にしながら、可能な限り日常の生活を過ごし、皆でお茶や食事、団らん、散歩にも行きます。面会に来られた家族を車椅子で玄関先までお見送りをした翌日に息を引き取った方、また、告知から最後の瞬間まで付き添われた家族もいました。お別れを迎えた時には入居者、スタッフが感謝の言葉とともにお見送りをし、居室には陰膳を供えてご本人を追悼しています。家族へは悲しみの傾聴、肯定、受容、共感など、その後も支援は続きます。同時にスタッフも虚しさや寂しさ、虚脱感を体験しながら、看取りを通して多くを学ばせていただいています。ご本人と出会った時からエンド・オブ・ライフケア(人生の最終ステージを支える)は始まっており、看取りケアは最期までその人らしく生きるための「生」へのケアだと考えます。だからこそ私達も、今、この瞬間を大切に生きなければと思う日々です。



## 介護体験 今を生きる夫に寄り添って 下村 笑子（手稲区）

### ✿ 私の手帳で振り返る

夫は2020年89歳の時、大好きな買い物で何度か気になり、多少はっと思っ  
ておりました。ですが、MCIの入口か  
なと思ひ、見守り、叱らずにそうっして  
いました。

### ✿ 慢性硬膜下血種で入院

2024年5月、日常生活に異変が生じ、  
慢性硬膜下血種との診断で入院。手術で  
完治しました。その後、専門病院を受診す  
ると、アルツハイマー型認知症の診断が  
つきました。本人は苦痛もなく平常と変  
わりなく生活が出来るので、病気ではな  
いと思っています。6月から、介護保険  
(要介護2)で小規模多機能型居宅介護  
施設のデイサービスを利用しており、車の  
迎えが来ると「行くよ」と声をかけて出  
かけてもらいます。

### ✿ 姑の介護と母の介護を終えて

私はアルツハイマー型認知症の姑を在  
宅で12年、その後実母を介護保険スタ  
ートの年から12年間在宅介護し、家族の会  
では様々な研修会で介護体験を伝えてき  
ました。認知症の人との関わり方は「叱ら  
ないこと、命に別状なければそっとしてお  
く、介護をする人は抱え込まずにサービ  
スを使いましょう」と言い続けてきました。  
今、まさにその実践が求められていると  
思います。

### ✿ 瞬間を生きる夫

夫は過去の事は覚えていないようで、  
学生時代や働いていた時の事は多少記  
憶にあるようです。しかし、「今日どこへ  
行ってきた?」と聞くと、デイサービスの  
後でも、「どこにも行ってない」と応え  
ます。行動の確認をしたい時もあります  
が、私から問いかけはしません。今の事は  
的確に答えられます。しかし、5分前の事



▲笑子さん(左) ご主人(中央) 飛嶋さん(右)

は忘れていきます。そのことが分ってから、  
対応が楽になりました。日常生活はほと  
んど自立していて、どこが認知症かと子  
どもや孫たちは不思議がります。しかし、  
何度も同じ問いかけをすると納得します。  
子どもと孫、さらに4人のひ孫の話は何  
度繰り返しても飽きることがありません。  
大好きな食事は同じ献立が続いても大丈  
夫。夫の役割は、新聞を3紙購読してい  
るので、毎朝、一部を隣の次男宅に届け  
ます。ゴミをステーションに運び、雀に餌  
をやります。無理なく出来ることは、促  
してやってもらいます。そして、必ず「あ  
りがとう」と伝えます。時間が許す限り  
会話を楽しみ、幸せだと確認し、在宅で  
仲良く暮らしを続けたいと願っています。



◀ 下村さんは包丁研ぎの名人



# 令和7年『新年会』を開催しました



令和7年1月23日(木)、札幌市かでの2.7において、令和7年の新年会を6年ぶりに開催しました。当日は34名の皆さんが参加。楽しいひと時を過ごしました。



▲口腔ケアの大切さについて講演  
北海道歯科衛生士会の松岡さん



▲マジック披露の下村さん



▲参加者の皆さんはマジックで大歓声



▲それぞれのテーブルで話が弾みました♪



▲ビンゴゲームで大盛り上がり



▲勝負はじゃんけんです！

## 2月のつどいご案内

【とき】2025年2月20日(木) 13:30~15:30

【ところ】東区民センター 3階 講義室

東区北11条東7丁目1-1東豊線「東区役所前駅」下車4番出口 徒歩2分

【問い合わせ】家族の会事務局 ☎281-2969(火・水)

※3月の「つどい」は清田区で3月21日(金)に開催予定です。

ちょこっと学習会  
テーマは「感染予防のコツ」  
の予定です。





## 事務局だより

立春を迎えました。暦の上では春が始まる日です。皆さまお変わりなくお過ごしでしょうか？  
さっぽろ雪まつりが開催され、今年も街中に賑わいを見せています。  
一方で、コロナとインフルエンザなどの感染症には、気を許せません。  
鬼は外、福は内、皆さまが元気で過ごしていただけますように。



🌀令和7年度総会は4月24日(木)にかでる2.7で開催します。

- ・とき: 令和7年4月24日(木) 13:30~15:30
- ・ところ: かでる2.7 9階 920会議室

総会のご案内は次号なごみ3月号に同封します。皆様のご参加をお待ちしています。

🌀つどいのご案内より「ちょこっと学習会」のテーマ募集中

「つどい」は毎月20日に開催し、会員交流の場として、介護の悩みを話し合い、心の拠り所となっています。はじめの「ちょこっと学習会」では、身近なテーマで学び、皆さんから好評です。2月のテーマは「感染予防のコツ」です。皆さんが希望されるテーマがありましたら、どうぞ、気軽にお知らせください。



🌀ご厚志・・・ありがとうございました。1月 5,000円・切手  
M.Hさん、Y.Kさん

### ❀ 2月・3月のミニサロンのお知らせ ❀

- ❀とき: 2月12日(水)・3月12日(水) 午後1:00~3:00
  - ❀ところ: かでる2・7 2階 ボランティアルーム
- ミニサロン以外の日でも、皆さんの来訪をお待ちしています。  
介護を終えたB会員さんの参加もお待ちしています。



🌀1月の活動日誌

8日-令和7年活動始め・事務局会議・会報「なごみ」発行、9~11日-カレンダー市協力(会員5名)、  
14日-会報発送・役員会、15日-編集会議、17日-札幌市さぽーとほっと基金説明会(大内・米津)、  
23日-新年会、27日-西区合同オレンジカフェ(大野)、28日-西区第一地域包括認知症フォローアップ講座(鈴木)、  
30日-札幌市認知症支援事業推進委員会(大内)、31日-札幌市社協生活支援推進連絡会(大野・安達)

## 井戸端サロン2月 ~仲間からの心にとまる話をご紹介します~

### 私って認知症でしょうか？

大学を卒業して早いもので55年たちました。卒業後すぐに大手水産会社の一員として南氷洋の捕鯨事業に参加。キャッチボートがクジラを追尾する光景、素晴らしいオーロラや冰山を見たことは、今でも鮮明に覚えているのに、一方では手荷物を置き忘れたり、めがね・財布・敬老パス等をどこに置いたか忘れ、無駄な探し時間を費やすこの頃です。



▲南氷洋の捕鯨風景

自分では年のせいだから仕方がないとか、MCIの症状ならこころ一番、認知症予防のための生活改善に取り組もうかと勝手に自己納得し、運動や脳トレ、読書等に日々過ごしている最近です。高齢者の域に達している皆様はいかがお過ごしですか？認知症に負けないで頑張りましょう。「必ず克服できることを信じて！」(O. T)