

特別養護ホームどんぐり山の件

3月8日に市議会で厚生委員会が開催され、どんぐり山閉鎖条例と閉鎖停止請願について、討論と採決が行われました。その結果、

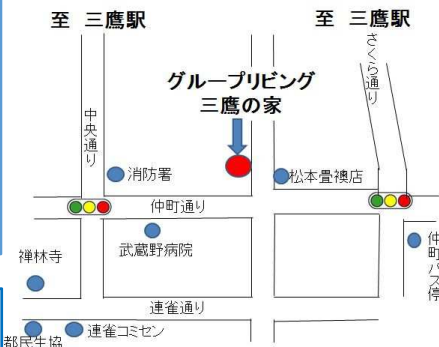
- ①どんぐり山閉鎖条例 可決
 - ②どんぐり山閉鎖凍結請願 不採択
- となりました。

大沢の新施設は、当初計画より半年遅れとなる予定で、市は4月下旬着工、オープンは31年9月と発表しています。それに伴い、現在のどんぐり山の運営も延長されます。延長の運営形態はまだ決まっていません。

ボランティア募集

- (1) お弁当作り
楽しくお弁当やお惣菜の作り方がわかります。お手伝いいただいた日は、お持ち帰りができます(火曜～土曜のご都合のいいときに。)
- (2) チラシの編集や印刷
このチラシの編集等です、
連絡先 なりきよ 080-1362-5359

みたか・みんなの広場は、市民のみなさんの集いの場です。



みたか・みんなの広場
三鷹市下連雀4-5-19 みたかの家内
連絡先 080-1362-5359 なりきよ

みたか・みんなの広場 催しのご案内

開催日時	テーマ	参加費用・場所	主催・問い合わせ
4月4日 (水) 14:00~16:00	みたかオレンジカフェ1 (昼どき) 認知症、高齢者介護なんでも相談・茶葉代100円 (毎月第1水曜日)		みたか・認知症家族支援の会 石村 ☎080-6627-3551
4月5日 (木) 11:00~18:00	足も健康法(リフレクソロジー) ~感じよう! あなたの身体~ 30分 2000円~ (予約優先) (毎月第1木曜日)		中村 080-6507-1959
4月7日 (土) 15:00~16:30	鉄ちゃん、集合! 私は乗り鉄、あなたは、撮り鉄? 中学生以下100円、大人300円 (毎月第1土曜日)		みたか・みんなの広場 鈴木 ☎080-1022-2281
4月14日 (土) 13:30~15:00	般若心経カフェ: インドでお釈迦さまが始められた仏教を中心に仏教全般を考えます。(毎月第2土曜日500円)		みたか・みんなの広場 なりきよ ☎080-1362-5359
4月21日 (土) 13:30~15:00	タロット占い: 自分自身を見つめ、あしたの自分に進むために 3,000円/30分 (毎月第3土曜日、前日までに予約)		日本ワットド 占術協会 副会長 ミスティ・ローザ ☎080-1362-5359 (なりきよ)
4月23日 (月) 13:30~15:00	「看取り難民って、どういうこと?」 松村昭一さん エンディングサポート創志舎代表		みたか・みんなの広場 なりきよ ☎080-1362-5359
4月28日 (土) 13:30~15:00	茶話会「病氣とともに生きる」(毎月第4土曜日) 病氣となかよくするしょうずな生活法		HumannLoop“人の輪” 竹内 ☎090-7632-7251
毎週土曜日 10:00~12:00	ノルディックウォーキング(レンタルボール有り) *毎週土曜日10時~11時30分	参加無料・三鷹市民協働センターロビー集合	なりきよ(みたか・みんなの広場) ☎080-1362-5359
毎週火曜日	マッサージ教室 (外反母趾対策)	主催者までお問い合わせください。	篠山(しのやま) 080-9694-5884

NPO法人Humanloop“人の輪”
http://humanloop.web.fc2.com/

みたか・認知症家族支援の会
http://mitakanfs.blog.fc2.com/

三鷹市医療と福祉をすすめる会

NPO法人グレースケア機構
http://g-care.org/

NPO法人日本シニアジョブクラブ
http://jsjc.web.fc2.com/

三鷹科学遊びの会

2018年4月
第47号

みたか 三鷹市民の集いの場
みんなの広場

みたか・みんなの広場運営協議会
三鷹市下連雀4-5-19
http://minnannohiroba.web.fc2.com/
☎080-1362-5359 なりきよ

「デイサービスの目指すところ」 国府田 祥二さん (けやき苑所長)

私が弘済園に入職したのは、平成元年です。その時は弘済ケアセンターと三鷹市高齢者センターいちよ苑があって、私は弘済ケアセンターで働いていました。平成5年に三鷹市高齢者センターけやき苑が三鷹市で三つ目のデイサービスとしてスタートしました。私はこの開設から、平成15年までけやき苑にいて、その後、武蔵野市の“岡田さんち”で10年働いて、平成25年にけやき苑に戻って施設長をやらせていただいています。

平成8年にどんぐり山ができて市内には4カ所のデイサービスがありましたが、そのなかでけやき苑は多彩な活動をやってきました。そのひとつは趣味生きがい活動です。ボランティアの講師の方にきていただいて、書道や絵画を教えてもらったり、社交ダンスとか水墨画とか、いろいろなクラブ活動をやっていました。

ふたつめは老健法に基づく機能訓練事業です。当時、東京都はデイサービスとして飛びぬけて高いレベルのことをやっていた。老健法の機能訓練事業では理学療法士や作業療法士や看護師も常勤でいました。介護保険になってなくなってしまいましたが、その名残で、けやき苑にはいまだに理学療法士や作業療法士が勤めています。

みつめは東京都認知症高齢者デイホーム事業、古くは痴呆性老人デイホーム事業と言いましたが、早くから認知症高齢者のためのデイサービスに取り組んできたことがわかります。

以上の三つがデイサービスの三本柱でした。

それとは別に、特別入浴、寝たきりの方のための入浴サービスですが、ストレッチャーでお迎えに行き、機械浴にお入れして、お送りする、ということもやっていた。

そしてけやき苑独自に、卒業支援と言って、当時は脳卒中のリハビリにお若い方もいらして、リハビリというのは、やって、成果があって卒業していくものだと考えていて、障がいは重い方が多かったのですが、障がいの重さに関係なく、次のステップに行ける方が何人もいらっしたのです。そういう方もけやき苑を卒業するとなると尋常ではない努力が必要です。

卒業に取り組むためには相当の話し合いが必要で、ご本人の並々ならぬ覚悟が必要でした。地域で暮らしていくための動機や意味が必要ですね。自主グループを作って、大沢コミセンに自力で集



2月26日 みたか・みんなの広場

まって活動するためには、バスに乗る訓練、買い物に行く訓練をやってみようみたいなことです。

外出訓練の集大成として、自分たちの力で計画して、電車に乗って一泊旅行をしたこともあります。重度の障がい者の方もいましたので、たいへんだったと思いますがやり遂げました。

そして卒業した後は社会の役に立つことをしよう、大沢コミセンでクッキーを作ってけやき苑の利用者に売って、それで次の材料を買ってまた作る、ということもやりました。これが卒業支援で、グループの方はほとんど卒業できました。

それから地域の方から介護や福祉のことについて相談を受ける、という仕事もやっていました。

平成12年に介護保険に移行したときに、趣味生きがい活動と機能訓練企業は通所介護に含まれることになりましたが、結局それまでの機能訓練事業はなくなった感があります。介護保険では、普通なら理学療法士や作業療法士は雇えないので看護師がやることになりましたが、けやき苑では、機能訓練事業も踏襲し職員も踏襲して続けています。

認知症高齢者デイホーム事業は認知症対応型通所介護に、特別入浴も通所介護の時間の中でお風呂に入ってもらおうということになりました。

卒業支援は、実質上は消滅ですね。残念なことに、頑張った卒業した方が、介護保険が始まった途端にケアマネにもう一度やりましょう、と言われて戻ってきたりしています。相談支援は、在宅支援介護センターというのができて、いまは地域包括支援センターに変わってきています。いま包括の仕事の一部も昔はデイサービスの中で高いレベルでやってきたものですね。東京都は介護保険になった時に、せっかく全国的にはとびぬけて素晴らしいサービスをやっていたのを全部やめてしまいました。平成元年から仕事をやっている身としては、介護保険が始まったときにレベルが落ち



たがきました。それでもその介護保険の通所介護のなかで質の高い仕事をしなくてはいけないという思いを持っています。

当時の福祉は本来は行政がやるべき老人ホームなどの仕事を社会福祉法人に委託をしていた、それが介護保険になって、仕組みががらんと変わって、デイサービスの仕事も介護保険のなかでしなければならなくなったということになります。その中でけやき苑は三鷹市の指定管理者としてデイサービスの仕事を継続しています。昔は、食事以外の利用料は無料で、全部市が負担していましたが今は一人一人に利用料がかかるようになり、指定管理のけやき苑の場合は市が徴収しています。

けやき苑は、開設当初から特色をどこに出すかということで地域交流をやってきました。けやき苑まつりというのを一年目から始めましたが、それは通ってきてくれる方の文化祭みたいなものでした。この日は、全部の利用者さんを武州交通さんをフル稼働してお迎えして、作品展示とか模擬店を職員や市の職員やほかのセンターの職員にも来てもらって、大々的にやっていました。

介護保険によって一日に大勢の利用者を集めることができなくなりましたが、それを契機に根本から考え直しました。そして地域の行事へと転換する事が出来たのです。けやき苑があるから、この地域の方たちは高齢者とか認知症について詳しく理解が深い、だから高齢者にとって住みやすい街だ、というふうにお役に立ちたいと思っていました。そして、けやき苑に来る機会のない方が寄ってみたら、ふだん触れることのできない情報に触れることができ、10年、15年後にけやき苑に相談してくれるのかも無いと思って、地域の方たち向けになにかやりたい、利用者さんも主催者側として参加していただいて地域の方をお迎えしようと地域サービステーを始めました。

何か月も前から利用者さんもいっしょに準備をして、当日は利用者さんもスタッフとしてできることをやる、これを平成11年から始めていまもやっています。

だんだん大規模になって、にぎやかにはなったのですが、理念が薄れてくるということで、私が戻ってきて、またいちからけやき苑の利用者と職員で作り直そう、ということで3年目になりました。

さて、これからが本題です（笑）。デイサービスの役割は一般的にレスパイト（respit＝休息）の機能が重要視されます。介護を誰かに肩代わりしてもらって、介護者が開放され時間をつくる、ということです。国のほうもこれが一番だと考えている節があって、「預かってもらうことが一番役に立つところ」だ。だから、通所介護はなるべく長時間預かるという方向性によってきています。それも大切なことですが、でも、私たちがけやき苑で感じることは、お年寄りがあまりに長い時間デイサービスにいて、うれしいのかなあ？ 朝の9時から夕方5時までいて、帰りたいだろうに、という疑問もありました。最近、リハビリ機能を重視しましょうと言われるようになり、いま注目されているのは介護予防ですね。

最初に国が介護予防を言った時は、国のほうも深い考えはなかったと思いますが、そんなに効果はなかった。それから介護費用がどんどん膨らんで、いまの地域包括ケアシステムとしてみんなで支え合えば、サービスを利用しなくても地域で暮らしていることが大切だ、とやうと言われるようになってきた。動機は社会保障費だったかもしれませんが、そこで考え出された仕組みはいまはいいものだ、と思っています。医療と介護が連携しなさい、と国が言い始めたことで、連携という言葉に違和感がなくなってきたと思います。

レスパイトですが、介護者の身体的な負担、心の負担、将来への不安、経済的な負担、時間的な負担、これは大きいですが、自分の時間がなくなることは本当につらいですね、それを助けるレスパイトというのは非常に大切な機能です。ヘルパーさんが見てくれる間に家族がかけられるということもありますが、実際にはデイサービスがこを担うことが大事なことです。そういう視点では、安全にお年寄りをお預かりする、送り迎えをする、お風呂にいれることは大切な機能だと言えます。

ただ、レスパイトがあるだけで介護者が救われるのか、という点では疑問が残っていて、利用者がけやき苑で元気でやっているとか、周りの人を励ましてくれているとか手伝いをしているとか、親がデイサービスでちゃんとやっているということをお知らせすると、家族の方はほっとして介護の負担がずっと軽くなるんですね。そういうことも両輪で考えなければいけないと思っていて、レスパイトの視点をご本人視点で見るとどうなるのかと考えてみることも大切です。いまは、訪問介護とうまく組み合わせられるケアマネさんも増えてきました。家族の負担が減るということをご本人の負担も減りますから、レスパイトも大事なことです、片手落ちにしたくないということが私の中にはあります。

介護保険の前には、要介護者は、決まった呼び方はなくて、要援助者とか要介護高齢者とかいろいろな呼び方がある、しっかりこななかったんですが、

介護保険になって要介護者になるとよけいしくりこなくなりましたが（笑）。

要介護者になるということは人の助けがなければ上手に暮らせない、人に迷惑をかける存在である、家族を悲しませる存在である、それに返しができない自分ということに、ご本人の苦しみや悲しみがあるんだろうと思います。

一番大きいのは、家庭や社会での役割がなくなる、自分が必要のない存在で、しかも世話をかけている、それで生きる力が衰えてくる。生きていてもしょうがない、あの時に死んでおけばよかった、そういう言葉をたくさん聞きます。

そこで、けやき苑の職員と話合って、私たちはこうしたい、ああしたいということについて、共通の言葉を探しました。それが、「生きる力」で、けやき苑の玄関に掲げました、「けやき苑＝生きる力を蓄える場」、これがデイサービスが真に目指すところなのかなと思っています。いまはこれがけやき苑のスローガンです。

デイサービスの職員は、利用者さんの悲しい顔を見るのがいやなので、笑わせようとするんです。笑わせることが楽しいと思いがちですが、面白おかしいことだけが生きる力ではないですね。みんなで頭を悩ませることも楽しいし、苦しんだり嘆いたりしながら、なにかひとつのことができた、とか、そういうことが生きる力につながる、そういうことを考え直そうではないかということです。

地域サービステーでも触れましたが、要介護になってもまだまだ誰かに必要とされている、誰かの役に立つ存在であるし、生きていてくれてありがたい、ということをもっと伝えていきたい。デイサービスはここをやらなければならないと思っています。実践することはたいへんですが、けやき苑としてはそれを目指しています。

入学したての医学生が、夏休みに健康寿命についての課題がたので話を聞きたいとこられたことがあります。私は、「健康寿命ってなんですか？」と聞いたところ、病気をしていないことです、と。では、けやき苑に来てもだめじゃないの、けやき苑は要介護や要支援の方がおられるところで、あなた方の言う健康な人ではないよね。だけど病気の人でも、けやき苑に来ることで元気になるんだよ、と。寝たきりの人だって元気になるんだ。元気が元気でないか、といことが大事なので、健康第一主義になると健康でなくなった時には、もうダメ、と元気を失ってしまう。病気をしようがしまいが、元気であることを目指そう、デイサービスはそれを目指すべきではないだろうか、と言いますと、ようやく学生さんは、なるほど！ と。

医学は病気にアプローチをするけれども、介護とも組んで患者の元気を取り戻すということを考える医療者になってください。要介護という苦しみ、悲しみを乗り越えて元気で暮らすことはできる、ということを感じてアプローチするのが介護福祉の社会だよ、と学生には言いました。

健康寿命・介護予防と言いますと、筋トレ、体操、口腔衛生、栄養ですが、それが始まったとき、私は「岡田さんち」で仕事をしていましたが、それは違うんじゃないか、まず、気持ちを元気にすることだと思って、「音楽で元氣」を介護予防事業と謳って、始めました。筋トレばかりが予防じゃない、と言いたかったんです。いまもそう思っています。

国はブームを作ります。予防ブーム、筋トレブーム…。筋トレブームの時は多くの施設にマシンが入って、筋トレマシンの業者は大儲けでしてしょね（笑）。施設としてはマシンを入れると評判が良いという現象もあったように思います。脳トレも誤解されている方が多いようですが、脳のトレーニングにはなりますが、認知症の予防に必ずしもなるわけではありませんね。

けやき苑においでになっている方で、もう70歳になる、重度の障がいの方ですが、とてもお元気です。散歩を日課にしている、散歩きっかけに樹木等に詳しくなって、奥さんは散歩の付き添いをしながら写真を撮ったそうです。そして、それをコンクールに応募したら賞をもらって、写真が趣味になった。ご主人が病気になるって趣味が増えたんですね。ご夫婦は病気になったおかげだね、と言っています。70歳になって、不自由はありませんが、元気に過ごされている、そういうことなんだと思われています。

デイサービスの目指すところということで、まとめてみますが、

①要介護になり、生きる力を失いつつある高齢者がもう一度生きる力を取り戻し、最期まで自分らしく暮らしていただけるよう、専門職の技術と知識を活用してサポートする。

②また、その姿を見て介護者も励まされ、本来の家族関係を取り戻し、またあらゆる「介護負担」が少しでも軽減されることで、最期までその家族らしさが継続できるようサポートする。

デイサービスの目指すところを考えていきますと、介護の世界全体が目指すところなんだということに気づきます。医療も看護も介護も保険も含めて、地域のなかでうまく融合し合っ、住民のなかに専門機関もあって支えあえるところを目指す、そういうことができればと思います。

ありがとうございました。