ことぶき新報

第 317 号 2020 年　2 月 10 日発行
出雲市塩冶有原町 1-50
社会福祉法人ことぶき福祉会『ことぶき園』
　発行責任者：山根広美
Tel　：（0853）31 - 9900
Fax：（0853）31 - 9901

最近、なかなか寝付けず遅い時間まで起きておられる日が多いＡさん。ある日の夜、寝られる前にＡさんの部屋で話をしていると、「あんたはどこで寝るかね。そこで寝るだわ」と言われました。ベッドの隣の床に布団を敷いて横になっていると、そのまま眠りにつかれました。また、別の日には「あんたもここで寝るでしょ。用意しとくけん。」と言われ、しばらくして部屋に行くと、床に毛布などを敷いて寝床の準備をして先にベッドで眠りについておられました。

Ａさんは日頃、私のことを身内の方と同じように接しておられます。認知症のため、身内の方と勘違いしておられますが、姿を見かけると安心して過ごしておられるように思います。

認知症になると個人差はありますが、物忘れをしたり、人や場所が分からなくなってくる、判断力が低下するなどの症状により、これまでの日常生活を送ることが難しくなってきます。そこには、本人にしかわからない私たちの想像を超える不安や葛藤があると思います。私たちにできる事は限られてはいますが、少しでも不安を和らげる事ができる関わりをすること、安心して生活を送ることが出来る様に支援することが大切だと思います。『認知症の人』としてではなく、『一人の人』としてありのままの状態で受け入れる事、また、本人の生活のペースを守ることができる事が安心に繋がっていくのではないかと思います。

ことぶき園におられるお年寄りさんたちが、自尊心を持ちながらこれまでと変わらない生活を送り続けていけるようにしていかなければならないと思っています。そのためにも、学び、考えながらことぶき園が『安心して過ごせる場所』であるように努力していきたいと思います。

認知症研究の第一人者で「長谷川式簡易知能評価スケール」を考案するなどで知られる長谷川和夫氏が、近年、自身も認知症であることを公表されました。先日、ＮＨＫにて特集番組が放送され、番組を見た職員の感想を紹介します。

認知症を第一人者として研究し、実践も重ねてこられた本人でも実際に認知症になってみないと本当の認知症はわからない、認知症を生きるとはどういうことなのかを自分自身の姿で伝えていきたいという言葉があった。実際、長谷川氏も元患者の五線紙に書かれていた悲痛な叫びを見て、脳は研究してきたが実際に本人の心の中まで見たのは初めてだという話があった。私自身も、日々いろいろな方と向き合う中で、こうかな？こうかもしれない？と考えながら対応することがあるし、苦しい胸の内を日記に書いておられたのを見たことがあるが、実際に認知症になってみないと気持ちや感覚などわからないことだらけである。「確かさ」が失われていく中での不安、また、自分の生きがいは何だろうと考えること、周りの人に気を使わせているという自覚があると考える自分の心の葛藤など本人にしかわからない気持ち。その感情を少しでも汲み取ること、少しでも共感できることをこれからもできる限り続けていきたいと思った。

認知症になると「確かさ」が失われていくとよく話されていた。しかし、認知症になっても見える景色は変わらないとも言われていた。それは、たとえ認知症になっても本人は今までと変わらない（もちろん不安や葛藤は生まれるが）ということで、ただ変わってしまうのは認知症になったと知った周りの人たちなのではないかと思う。必要以上に手を出したり声をかけたりするのではなく、たとえ認知症になっても、これまでと変わらず一人の「人」として接する大切さや、これまでと変わらない日常を送ることができるようサポートしていくことこそが私たちケアをする者の使命だと思う。だんだんと口数が減っていってしまうのは、自分が今これを言って良いのか言わないほうが良いのかがわからなくなるから寡黙にならざるを得ないからとも言われていた。伝えたいことを伝えていいのかどうなのかわからなくなっていく不安。また、本人の「何がしたいか、何がしたくないか」の確認もせずこちらからの「～しませんか」という声掛けばかりになってないか本人のペースを大切にしているのかを振り返るきっかけになった。本人の想いをきちんと伝えてもらえる関係を築くこと、また、本人からの言葉を「待つ」ということが本当に「話を聴く」ということにつながっていくのではないのかと考えた。

最後に、認知症は本当にわからないことが多い。しかし、人と人との関係をこれからも続けていきたい。そして、だれもが落ち着く場所や落ち着く人がいると思う。お年寄りさんたちそれぞれがその大切な場所や人と過ごしていけるよう、また、自分自身も少しでもそういう人になれるよう日々のケアに努めていきたいと思った。

みんなで食事作り
男性も活躍されます

節分の豆まき