認知症とともに生きる
家族の物語

● 第6回 ●

認知症入所施設の家族化（Familization）に向けて

～“個人の生きる喜びを紡ぎ”、“その人中心の介護の実践のために”～

社会福祉法人磯子コスモス福祉会理事長
関東学院大学名誉教授
鈴木　秀雄
（余暇教育学・体育学博士、Ph.D.）

家族なのだから!?

介護に携わるとき、介護する人とされる人との関係が、家族であるか否かで大きく異なります。

基本的に家族とは、夫婦とその血縁者を中心に構成され、共同生活の単位となる集団の形態と理解できるでしょう。だからこそ家族での介護には、2つの異なる側面が顕著になってきます。一方で、痒いところにまさに手が届くように愛情豊かな介護活動も生ずれば、他方で家族であるからこそ、その人それぞれ別の役割（仕事、学業、家事等）を有していることから、介護だけに専念できないことや家族であるがゆえの互いのわがままなども生じてしまいます。

筆者がまだ18歳で、大学に入学してわずか2カ月ほどのある日、部活動を終え帰宅すると、当時、普段であれば午後10時を過ぎると、もう皆が眠りにつく時代でしたが、その日はまだ家の明かりが煌々とついており、異状を感じ取った日を今も鮮明に覚えています。母が脳血管障害で「今日、倒れたんだ」と家族皆が意識のない母の枕もとに寄り添っていました。

結果は、脳梗塞。54歳で発症し、左片麻痺となった母は、その後10年間1度として立つことも叶わず、最後にはわずかに認知症の兆しも見せながら、臥床のまま自宅で64歳の人生を閉じました。振り返れば、この間の10年間とその後の父の看病（介護）、義父母や妻の介護生活に係わる中で、如上の「家族なのだから」の2つの側面をつぶさに思い起こします。当時は、当然、介護は家族や身内がすることは当たり前の時代でしたから、なおさらのこと、「家族なのだから」との思いがなにかと重荷でした。

翻って現在は介護が社会化され、家族・身内だけの介護から専門職も多岐にわたり制度化され、家族（血縁）関係を有しない人からの介護を多く受けられる時代となってきました。

表題の家族化の意味は、介護は家族・身内がすればよいとか、するものだとかいうような意味合いでは決してありません。むしろ専門職として介護に携わるとき、それが仕事であり、自身の時間を犠牲にして提供するなどはありません。家族ではそこまではできない時間の提供ができることであり、さらに専門的な介護の提供ができる仕事としての介護に加えて、家族であるからこそできる介護の内容をも実現することにほかなりません。

介護施設におけるすべての環境の家族化は、現場の介護職だけに委ねるのではなく、事務職なども含め組織全体としてその環境の家族化を図る姿勢が重要なのです。介護が持つ2面性である、①家族が肉親に持つ「寄り添う優しさ」の実践と②専門職に求められる「難しい介護内容」をスマートにできる実践力こそが施設での家族化の意味なのです。介護を受ける人にとって、まさに家族からの介護であるかのように実感できることが、その人中心の介護の実践であり、個人の生きる喜びを紡ぐことにもなり、それこそがFamilization（家族化）なのです。

定款に2つの柱を有し、日進月異の法人の動向と入所者の現況（85％が認知症）

私どもの法人は、平成元（1989）年3月の設立です。事業としては、第1種（特別養護老人ホーム）および第2種（ショートステイ・デイサービス・居宅介護支援事業）、さらに行政からの委託である在宅介護支援センターの事業を運営しています。

特別養護老人ホームには令和2（2020）年9月現在、100人の入所ですが、年齢は54歳から105歳（平均年齢84歳）で、平均介護度は3・9です。入所者100人のうち、重度認知症は55人、中度症から軽度認知症は30人、認知症でない（しかし多様な障害事由で自宅生活困難者である）人も15人が入所しています。

セラエクサ®のロゴマーク入りの車での移動・運動（送迎）も楽しみに

全体（定員100人）の85％が認知症状を呈していて、ますます介護施設において具現化すべきは、施設におけるすべての環境の家族化（Familization）が必要であり、平成29（2017）年の社会福祉法改正に伴い、私どもの法人の定款を全面的に改正し、第1条（目的）では2つの柱を掲げ施設運営を進めています。

人がどのような状況になろうとも、**①個人の生きる喜びを紡ぐ**ことが大切であり、**②その人中心の介護の実践**が欠かせません。この①と②こそ私どもの法人の柱（定款）です。個人の生きる喜びを紡ぐ意味は、入所者（認知症）に寄り添うことはいうまでもなく、入所者・職員やそこに連なる家族の生きる喜びにも及ぶことを意味します。人的環境に限らず、施設を取り巻く環境も大切であり、施設内や施設周辺でも喫煙しないことを実現していて、喫煙者の採用はしていません。

現在実施している施設の家族化・一体化の大きな改革ですが、介護専門職でない各課すべての専任職員が週2回（午前と午後の各半日）協働事業の一環として介護業務に携わり、この協働事業を活用し勤務時間中に職員の体力づくり・健康維持増進に資する運動（後述のセラエクサ®）の導入も計画し、また専任職員全員が認知症サポーターの認定講習を受講し、職員の有資格化も進行中ですが、各課職員にも、勤務時間中に実務研修を施設内で受講できる機会を提供し、介護福祉士の資格取得を可能としています。

各課連携会議も開催し、施設全体が大きなひとつの歯車のように一体的に動ける組織体制を構築しています。もちろん、残業はありませんし、週の労働時間も40時間ではなく37・5時間で、派遣社員や契約社員の採用はまったくしていません。諸会議も、勤務時間中の開催に限り、これらさまざまな運営ができるようワーキングシフトは各課で調整し作成する形態を保っています。

すべての職員が介護そのものを広く理解し、施設全体が風通しのよい明るい職場になる環境づくり（家族化）を進めています。認知症に寄り添う介護の実践は、そこで働く職員のゆとりや余裕ある職場であってこそ実現できることであり、職員の処遇改善はもとより法人理事長のさらなる決断とリーダーシップが求められることは論を俟ちません。

湧き出づる思いを言動として表現する認知症に、さまざまな「寄り添うケア」を

私どもの施設『中原苑』の2階中庭は、広く開放的でスロープもあり入所者の出入りも容易で、どこからも見渡せる場所です。ここで例えば社会文化的活動にあたる七夕飾りを季節にあわせて立ち上げ、入所者には願いや思いを短冊に託してもらい、自身の

手で直接竹飾りに結びつけてもらいました。短冊には体験や思いが心から湧き出づる言葉が表現されていました。竹飾りの下で話をじっくり聞くことや、その語りを受け入れる環境が認知症とは思えないほどの喜びを紡ぎ出していました。なかには小さな自身用の竹笹に短冊を複数付け、自慢げに語りかけてきたりもします。

また、自然との触れ合いも大切であることから、中庭に菜園コーナーをつくっています。ナス、キュウリ、スイカ、トマト、インゲン、サヤエンドウ、オクラ、ゴーヤ、ピーマン、ミョウガ等の栽培ですが、作業をしていると傍(かたわ)らに寄ってきて、ときに経験談を話し、ときにアドバイス的な話を、またときには作業を思いやり「ご苦労さん」等の声がけも聞かれます。過去の体験や知識から湧き出づる思いの言動です。苦労いらずの語らいを楽しむ姿勢で認知症に寄り添えば、苦労したであろう経験も自慢話に変わったりする話をしてくれます。

社会文化活動による季節感の提供(例:七夕の竹飾り)も施設利用者・職員間のコミュニケーション・連帯感の醸成と家族化に役立っている

自然・土に親しむ機会の提供は自身の楽しい過去の"体験の想い起こし(回顧)"とともに今の個人の生きる喜びも紡ぎ出している

施設内で開講した認知症サポーターの講習では、認知症への対応として次の事例も語られました。それは入浴時に93歳女性に「入浴しましょうか?」の声掛けをしたところ、「今は生理中なので」と女性が応じたといいます。そのとき、職員が機転を利かせ「それでは入浴は後にしましょうね!」と伝え、15分後に、「そろそろ入浴はいかがですか?」と再度勧めると、女性は「入浴は好きだから」と応じ返したとのこと。まさに湧き出づる思いに寄り添うケア・姿勢(対応・言動)の重要性を表すものです。否定的な言葉でなく、肯定的なやり取りから良質のコミュニケーションにつながっていきます。

認知症を有する人のみならず、すべての入所者に、体を使うこと、心を通わせること、頭を働かせることが重要で、独自に創設したセラエクサ®のプログラムを導入しています。セラエクサ®とは、セラピューティックエクササイズ®の略称で、自立している人のみならず、障がいを有する人や要支援・要介護状態の人が、意図的・計画的な至適運動(身体活動)を中心に行うことにより、頭と心と体の積極的な健康の獲得・回復・維持・向上を図る目的で行うエクササイズでありその運動法です。セラエクサ®の理念や目的を次のように具体的に捉え展開しています(詳細は、本法人『中原苑』のホームページでもご覧いただけます)。

セ　セラエクサ®

ラ　楽に体を動かして…(体活)…体を使い

エ　笑顔で病気をふっとばし

ク　苦労いらずの語らい楽しみ…(心活)…心を通わせ

サ　サラサラ脳トレ、イキイキ生活…(脳活)…頭を働かせる

という啓発内容がスローガンであり、キーワードです。

私どもの法人では、セラエクサ®資格講習会も同様施設内で実施し、職員全員がセラエクサ®サポーターの資格を有しています。

入所者も職員も皆家族の一員であることの「家族化」(Familization)に向け、個人の生きる喜びを紡ぐことに集中し、その人中心の介護の実践のより高い意識のもとに具現化できるよう、法人理事長として全力を尽くす決意を新たにしています。認知症に温かいそして心根の優しいケアを有するアットホームな施設にするには、職員1人ひとりの思いが欠かせません。認知症とともに生きる「家族化」(Familization)の物語を施設一体となって創りあげたいと切望しています。