

創刊号

# 福祉教育研究誌



特定非営利活動法人  
日本福祉教育支援センター

---

# 目次

---

福祉教育研究誌の発刊について	理事長 河部 輝幸	1
今、思うこと(和顔愛語と敬天愛人)	札幌福祉医薬専門学校長 藤枝 正道	2
邂逅～「流汗悟道」との出会い	顧問 宮島 武彦	4
知的障害のある人たちが1つ、ひとつゆっくり学べる場所を！	副理事長 澤谷 勝利	5
漢方便秘薬の話	理事 辻 正親	6
我と我が環境	理事 林 拓	7
忘れられぬ人	理事 飯田 和幸	8

---

## 社会福祉顕彰表彰論文 (平成25年2月9日表彰)

最優秀研究賞 「利用者の方の残存機能を生かした自立支援」	学校法人北工学園 札幌福祉専門学校 渡辺 祐樹	9
優秀研究賞 「利用者に寄り添って歩む～「福祉の入り口」に立つ私が考えること～」	学校法人北工学園 旭川福祉専門学校 岡田 望	14
優秀研究賞 「子どもと自然のかかわり～豊かな遊びと心の成長～」	学校法人北工学園 旭川福祉専門学校 喜多 彩奈	18
優秀研究賞 「二人の利用者の方からの学びを通して～私が考える介護とは～」	学校法人北工学園 旭川福祉専門学校 鈴木 怜奈	22
優良研究賞 「共生サロン「こころん」から学んだこと」	学校法人北工学園 旭川福祉専門学校 鳥羽 博貴	25
優良研究賞 「実践 パーソン・センタード・ケア～グループホームが内包する認知症ケアにおける可能性～」	学校法人北工学園 札幌福祉専門学校 近野 薫	28
優良研究賞 「地域との関わりから学び得た事」	学校法人北工学園 北海道環境福祉専門学校 竹谷 芽唯	36

# 福祉教育研究誌の発刊について

特定非営利活動法人

日本福祉教育支援センター

理事長 河部 輝 幸

日本福祉教育支援センターは、我が国の少子高齢社会に対応し、乳幼児から少年、青年、壮年、障がい者、高齢者など全ての人々が健康で生きがいを持ち、安心した地域生活を送ることができるよう、保育、介護、地域支援の専門知識と技術を持った人材の養成支援をするとともに、福祉・健康等に関するセミナーや研修会、調査・研究等、広範な人々や関係機関と協議を深めながら、地域福祉の充実と地域貢献活動を行い、もって地域福祉の向上発展に寄与することを目的とし、平成20年4月22日に設立したものであります。

活動内容は、福祉、健康、まちづくりなど地域住民に対するフォーラム、セミナー等を札幌市や旭川市を舞台に活動展開してきています。

また、会員養成校の協力により、地域支援専門員、ベビーシッターの福祉に関する認定資格制度を独自に創設し、この認定資格者の養成など人材育成支援を実施しています。この認定資格者は、老人ホームや障がい者施設、保育所などの福祉施設、在宅や地域福祉分野でも実践活動者として活躍しています。

当支援センターも今年で5年を経過したので、福祉現場からの研究レポート、あるいは、会員養成校学生からの研究論文、当センターからの情報発信などを提供したい思いから、「福祉教育研究誌」を当支援センターのホームページ内に設置することになりました。

この研究誌は、年2回の発行を考えておりますが、皆さん方の関心が高まれば発行回数を増やして行きたいと思っておりますので、積極的な寄稿なり、ご意見などお願いいたします。

なお、今回の創刊号は、当支援センターの社会福祉顕彰で表彰を受けられた研究論文及び役員の方々の寄稿などを中心に掲載しておりますが、今後とも当研究誌が皆さん方の福祉教育に関する情報研究の広場になるように、暖かく見守り、育てていただきたいと存じます。

## 今、思うこと(和顔愛語と敬天愛人)

札幌福祉医薬専門学校長 藤枝 正道

バスの中でのことである。前の席に学生が二人乗っていた。内側の学生がコックリ、コックリしていて、ウイズユウカードが握っていた手から離れ、床に落ちた。

学生は、そのことに気が付いていない。私は彼の肩をたたき、「カードが落ちましたよ」と知らせてあげた。一瞬、学生はキョトンとした。そして手を見て落とすことに気づき、カードを拾った。そして、隣の学生と顔を見合わせた。

ただ、それだけのことであるが、私は気になった。何故、一言「有難う」と言えなかったんだろうと。

かって、修学旅行で生徒を引率した時のことである。新幹線の乗り場に行こうと、他の団体が並んでいる列を、生徒は何も言わずに横切った。

私は「すみません」、「有難うございます」と言って横切ろうとした。その時「並んでいる人の中から「その言葉を、生徒から欲しかったんだ」との声が聞こえた。

恥ずかしかった。教師として「おまえは学校で、生徒に何を教えているんだ」と叱責されたような思いであった。人間としての教育の基本を問われた気がした。

本で読んだことがある。幕末や明治の初めに来日した欧米人は、日本人の「微笑み」の素晴らしさに好感を抱いたそうである。

また、混雑する人混みの中でも、「ありがとう」「ごめんなさい」と優しい言葉が飛びかかったとか。このような挨拶は、明るい笑顔ともに発せられ、欧米人を魅了したと書かれてあった。

機会があつて、北欧、中欧、西欧と旅行したことがある。いろんな場面や所で、「イックスーキューズミ」の言葉が聞かれた。

初めは驚いた。笑顔で挨拶は、外国人にはない日本人の心ではなかったのか?と。私の行った国では、老若男女を問わず、この言葉が聞かれた。今の日本では、あまり聞かなくなり経験しなくなった。

日本の心は、何処に行ってしまったのだろうか。人知れず恥ずかしかった思い出である。

「和顔愛語」、この言葉を座右の銘にしている人も、沢山いると言われる。本校の後援会長さんの施設では、職員の方の心の実行として「和顔愛語」をあげておられる。

辞書によると、「和顔」は優しげな顔つきのこと。「愛語」は親愛の気持のこもった言葉だそうである。

この言葉は、お釈迦さまが、教えられたことだそうである。柔和な顔で、気持ち良い挨拶をすれば、相手もほっと和む。「挨拶は、人間らしく生きるための心の基本である」と評論家の方も言うとおられる。

仏教の本に寄れば、お釈迦さまの勧められる布施のなかで、財がなくとも心がけ次第で実行できる布施があると「無財の七施」を教えられている。その中の言辭施、和顔悦色施の二つを合わせて、「和顔

愛語」といわれるそうである。

笑顔で優しい言葉をかけること、これも布施だそうである。

「笑顔と挨拶」、心から美しい笑顔と声かけこそ、まさに人生の花である。これは本校の学生を何より人間的魅力に溢れている学生に育てようとしている合言葉である。

なかなか簡単なようで、実践は難しい。しかし、どのように介護や医薬の専門職として高い知識と技術を有しようとしても、人の命に携わる職業人としての心の通いの基本でもある。

このような行為の実践を含んでいるのが、北工学園の建学の精神、教育の基調精神「敬天愛人」である。この精神の基、本校も歩みを続けている。

「道は天地自然の道として、人はこれを行うものなり。故に天を敬うを目的となす。天は人も我も同一に愛す。故に我を愛する心を以て人を愛すべし」

この言葉は、西郷隆盛が自分自身の自己修養のための指針(目標)と彼の信仰的ともいえる天命への自覚と言う考えが含まれていると言われます。

これは、常に修養を積んで、天をおそれ敬い、人の気持を思いやる心境に達することが必要だという教えである。

解説書に寄れば、この「敬天愛人」の原典は、古代中国の最古の詩歌集「詩経」の中にあるという。これは古代中国の風土社会を背景に、そこに生きる人々の生活を歌った詩歌集。

その詩の様式に風、雅、頌とあり、雅のなかの大雅「板」に敬天がある。これは氏族集団の結束を強めるのが目的であり、後ほど、この詩経は儒家必須の教養書となったようである。

天が我々を分け隔てなく慈しみ、愛してくれるように、人は自らも他の人に対して、天と同じように、(慈愛)を持って接することが何より大切であるという意味になると思う。

このような心をいつも持ち、人間として太る人物に育つことを願いながら、本校の教育の営みを続けたいと思う。

## 邂逅～「流汗悟道」との出会い

特定非営利活動法人日本福祉教育支援センター  
顧問（前 北海道環境福祉専門学校長） 宮島 武彦

北工学園を最初に訪れたのは、1995年の学校公開の折であった。学生の真剣に製図版に向かう姿、測量機器で実習に勤しむ姿、畑で額に汗し農作業に打ち込んでいる姿に深い感銘を覚える。懇親会で、三浦喜多治校長から耕生活動について拝聴する。まさに、カルチャーの語源そのもの（自然を耕し生活の糧を得ることから心を耕し豊かな精神性を醸成すること）を教育の源に据えていることを学ぶ。そのとき、ふと想起したのは、若き教員時代のホームルーム目標として掲げ実践してきた「流汗悟道」である。この言葉は、「一路白頭ニ至ル～創始者留岡幸助の生涯～」（岩波新書）で、北海道家庭学校の教育理念であったことを初めて知る。以後、座右の銘となる。留岡氏は、ニューヨーク州エルマイラ感化監獄で出会ったブロックウェー典獄から、科学的な監獄改良の道筋や医学的な観点からの処置の方法を学ぶ。彼は、ブロックウェーの座右の銘（This one thing I do）を聴き、（一路到白頭）と意識して留岡自身の座右の銘となす。帰国後、地域社会福祉事業の開拓者としてキリスト教精神のもと監獄制度の改善と非行少年の感化事業に邁進し、「労働と教育の統合こそよく生きる人間を育てる」という教育理念を打ち立て、生涯にわたり福祉の実践教育に尽力される。

幾度か訪問した家庭学校では、問題行動を起こした少年を矯正するため保護者の教育力に期待できない少年を引き受け、寮長夫婦と起居寝食を共にし、自らの生活に必要な糧を産み出す毎日の生産労働を通して、手足に知恵をつけ、勤労の尊さと喜びを感得し、収穫の恵みに感謝する「流汗悟道」の不断の実践を展開する。その中で、自己のあり方や生き方、人と人、人と自然、畏敬するものと自己との関係を考えさせ理解させるとともに全ての生活を通して少年一人ひとりを愛し、支え、育てている姿に驚嘆する。

閉ざされた門や塀、格子のない家庭学校で、「愛」こそ教育の根源的な力であり、その実践を説いた第5代校長 谷 昌恒氏の「365日が児童福祉だと思っている。児童の福祉とは、その児童の生涯の幸福の基礎をつくることである」との言葉を忘れることはできない。

ITを中心とする高度情報化が進む今日、バーチャル世界に浸りがちな学生に対する耕生活動の展開は福祉従事者を目指す学生たちにとって、よき人間となるための何ものにも代えがたい学びの場であり、今後とも耕生活動が一層充実し発展されることを祈念する。

## 知的障害のある人たちが1つ、ひとつゆっくり学べる場所を！

特定非営利活動法人日本福祉教育支援センター

副理事長（社会福祉法人札幌この実会第2この実寮寮長代理）澤谷 勝利

朝、10時頃になると、学校の玄関ホールに学生たちが集まってくる。外を見るとカバンを肩にかけた10人前後の人たちがバスから降りてくる。学生たちもバスに駆け寄る。握手する者、抱き合っている者、みんな嬉しそうに北海道環境福祉専門学校の校舎に入ってくる。「おはよう！おはよう！」たどたどしいながらも私にあいさつをしてくれる。

今日は、施設に入所している人たちが専門学校にきて、学生たちと一緒に楽しみ、勉強する日なのだ。生涯学習教室「ぴあ」を学生たちは開講しているのです。その教室に勉強しにきたのです。

生涯学習教室は毎週2回開催し、1回は知的障害者のための生涯学習教室、そしてもう1回は高齢者のための生涯学習教室（パソコン教室など）を開催してきました。

学生が出席をとり、授業らしき雰囲気を作り、出席している施設入所の人たちは手塚げからノート、鉛筆を取り出し、お互いに共有している場があつという間に賑やかになる。障害も様々、年齢の様々、しかし、障害を持ち、教育から排除されてきた人たちにとって、学校に来たいという思いはひとつだった。

朝、迎いのバスを持ちきれず施設の玄関前に早々と立っているという。

自分の名前を何度も何度も書き続け、一生懸命覚えようとする。なかなか覚えられない。でもニコニコしている。覚えられなくても、憧れの学生と共に過ごすこの時間が楽しいのだ。「ボクも専門学校へいつている！」、皆に自慢しているという。この誇りある心を持っていただくために、この生涯学習教室「ぴあ」を作った。もちろん学生たちの心の成長にも期待して！

札幌（NPO法人日本福祉教育支援センター）でも障害児教育に関わる機会を頂いた。養護学校高等部との関わりである。高等部卒業生の進路として、就職するか、社会福祉施設に入所するかの、2つの選択肢には夢があるのだろうか。一般の高校生であれば7割以上の人たちが進学する時代の中で、選択肢が二つしかない！（大きく分けて）

本当に幸せな人生を送っているといえるのだろうか。10年、11年間とずっと学ぶという選択肢があってもいいのではないだろうか。

養護学校高等部の校長先生方のお話も随分聞かせて頂きました。高等部を卒業して、更に学びの場（心の成長、経験の拡大）の必要性を感じているとのことでした。現在はニーズ調査で止まっていますが、知的障害のある人たちが1つ、ひとつゆっくり学べる場所を、寄り道の出来る場所を考えなくては、常々思う。親にとっても自分の子の将来が、生きる励みのものでありたいと願う。

# 漢方便秘薬の話

特定非営利活動法人日本福祉教育支援センター

理事（社会福祉法人鶴翔福祉会理事長・薬学博士） 辻 正親

私は社会福祉法人の理事長をしておりますが、普段は薬や健康に関する業務を基本としております。そこで今回は創刊号という貴重な紙面をお借りして、「漢方便秘薬の話」をさせていただきます。

便秘症のため、市販の下剤のお世話になっているという人は、意外と多いのではないのでしょうか。市販の下剤には、昔からセンナやダイオウ（大黄）などの生薬が用いられているものが多くあります。そしてこれらの生薬から抽出された有効成分が「センノシド」です。ところがこのセンノシドという成分は、このままでは下剤としての作用がないのです。

大腸で腸内細菌によって活性化されて始めて、大腸刺激性下剤としての働きができるようになるのです。つまり腸内細菌が元気で十分な人はセンノシドの活性化が活発になり、下剤効果も十分期待できますが、そうでない人はいまひとつ効果が得られないといった可能性が高くなるのです。

例えば、抗生物質や抗菌薬を服用している場合や長期間強いストレスを受けていた場合には、徐々に正常な腸内細菌数を維持できなくなり、漢方便秘薬の効果を弱めてしまうこともあります。このような場合、漢方便秘薬の効果を高めるには、整腸薬や食物繊維そして最近話題のオリゴ糖などを活用して、正常な腸内細菌の状態を維持・増進することが大切です。もちろん抗生物質などの薬は服用していないが、漢方便秘薬が効きにくいという人も同様です。

また、漢方便秘薬の用法・用量には、「一日〇錠～△錠」というように「～」がついた表示になっていることに気が付くと思います。

これは、腸内細菌の状態に個人差があるため、服用量を調節してもらうためです。服用するときは、現在の自分のおなかの状態に合わせて、薬の量を調節してください。人によっては、夏と冬といった季節の違いでも腸内細菌の状態が大きく変動するお腹をお持ちの方がいらして、季節で決められた範囲の中で服用量を調節している方もいらっしゃいます。

このように、薬はただ服用すれば効くのではないことがおわかりいただけたでしょうか。さて、皆さんは漢方便秘薬が効きやすい「おなか」をおもちですか？

## 我と我が環境

特定非営利活動法人日本福祉教育支援センター  
理事（社会福祉法人新生会常務理事） 林 拓

年が明けて早々、友人の奥さんが52歳の若さで急逝した。肺癌であった。その葬礼で配られた会葬御礼の葉書の文章に深い感動と感銘を覚えた。

「長い道、苦しい道、険しい道、いろんな道があるけれど、それはみんな幸せへの道しるべ。」  
勿論、それぞれの道を奮励克己するための努力が必要なことは言うまでもない。それにしても何という含蓄の深い言葉だろう。

これからの自分の人生を考えると共に、すばらしい言葉を残してくれた故人への感謝と冥福を心から祈り合掌した。

人間の周囲をとりまく環境というものは、その人の性格とか、進むべき道に、非常に大きな影響を及ぼす。

歴史上に大きな足跡を残した偉人も、思想家も、文豪も、詩人も、奸人も、破壊者も、あらゆる人々が、大なり小なりこの環境という定義に支配されている。

何という大きな力であろうか。しかも環境はその力を人間の上にゆっくりと、けれども間断なく及ぼしているのである。

数知れない沢山の人は、この環境の力に支配されて、偉大なる尊敬すべき人格を作りあげてきたのである。

そして、また数知れない沢山の人が知らず知らずの中に、環境によって精神的に進歩の足跡を残して行くのである。

よい環境に恵まれた人達は、何という幸福者だろう。反対に、何も知らずにいる間に悪い環境に動かされ、次第に退歩しつつある人々は、何という不運な人間であろう。

私は、まだ歩んで来た道の短い、未熟な者である。更に自分を離れて我を見ることに未熟な人間でもある。

自分の環境が、私自身にとって今如何に影響しているのかということをも察するには、まだまだ余りにも若いと自覚している。

しかし、古くより、「英雄は自らの環境を作り」といわれている、私は、自分の環境が私の目的、理想に向かって、何らかの大きな助力を与えてくれるようにと常に願っている。

# 忘れられぬ人

特定非営利活動法人日本福祉教育支援センター

理事（学校法人北工学園理事・法人本部事務局長） 飯田 和幸

4年ほど前の1月9日午前8時過ぎ、私は札幌駅改札内のストーブの前に座っていた。新札幌の病院に定期検診に行く途中であった。

ただぼんやり、ストーブの窓から見える炎を見つめていた。その時、突然「おい、どうした」「元気だせよ」と声を掛けて来た人がいた。人混みの中であり、私は驚いて頭を上げると、初老の作業員風の人が冬なのに外套も着ずに立っていた。

何だろうと、一瞬思いその人を見ると「元気出せよ」と、又言われた。

私は困惑気味な表情をしたと思う。

しばらく無言で居たら、その人はチョコバーを「食べな」と私に押しつけ離れて行かれた。

慌てて「そんなんじゃないんです」と何故か言い、チョコバーを返そうと追いかけた。

その人は、背を向けたまま片手を上げ「じゃあな」と言い、振り向かず去って行った。

私は、その突然の事に戸惑いながら椅子に座り思った……。

その時、確かに私は心身ともに弱っていた。そう有る事ではない。

人混みの中で、突然声を掛けられる「元気だせよ」と。

そんな風に見られた自分が情けないが、声を掛けてくれた人は、いかつい顔をし、無精髭を生やし汚い身なりで、失礼だがアウトローのように見える人だった。

人は、見掛けで判断してはいけない。

頭では分かっていたが、強烈に思い知らされた。

大勢の人の中で、私の様な者に声を掛け、気遣うことが出来る人はそう居ないだろう。

私はその日の事を忘れない。

その人のビニール袋には、朝食なのかパンと飲み物が入っていて、それにチョコバー。

チョコレートが大好きな人なのだろう。

私もチョコレートを口にしない日が無い位、チョコレートが大好きだ。

彼のくれたチョコバーは、森永製菓の「大樹の小枝」であり、今も私の部屋の冷凍庫の中にある。

大事にしまい、食べることはない(疾うに賞味期限は切れているが)。

孫が食べたいといった時もあげなかった。

時折チョコバーを見ては、思い出す。

そして思う。

あの人の様に、大勢の人の中であっても、見知らぬ弱った人に声を掛ける。

私には勇気のいることだが、いつかそのように出来る人になりたいと思う。

その時が来ても、多分チョコバーは持っていないと思うが……。

私にとって、あの日の彼は大事なチョコバーと共に決して忘れることのない、「忘れられぬ人」である。

## 利用者の方の残存機能を生かした自立支援

札幌福祉専門学校・介護福祉学科 渡辺 祐樹

はじめに

今回私は、利用者の方の残存機能を生かした自立支援を目標に、利用者の方の残像機能を生かした介助を行う為にはどのようなことが求められるのか、また、利用者の方により良い毎日を送って頂くためには、どのようにして介護を行うべきかを日々考えながら実習を行った。

このテーマにした理由は、2年次の介護実習Ⅱの出来事がきっかけである。私は介護を行なう際に安全面や効率を第一に考えてしまい、利用者の方の残存機能を生かした介護を行うことができず、利用者が自ら行えることも支援してしまったからだ

長期実習、卒業論文実習でお世話になったZ施設では、歩行、食事、排泄、移乗、入浴介助など様々な生活支援を行わせて頂いた。その介助を通して、利用者の方一人ひとりに適した支援の大切さを改めて学ぶことができた。利用者の方の中には、身の回りのことをある程度行える方や一日中寝たきりの方、様々な病気や慢性的疾患を抱えている方が多く生活されており、介護福祉士として、一人ひとりの状態をしっかりと理解した「個別性の支援」や「関わり」を持つことが大切だと思った。

### 第1章 残存機能と自立支援

残存機能・・・介護保険介護用語辞典によると「残存機能とは、障害があっても、活用することのできる残された機能のこと。障害のため、機能低下してもこの残存機能を用いて、日常生活を送るうえでの機能的なレベルをある程度保つことは可能である。しかし、残存機能は使わないまましていると低下していくため、援助にあたっては利用者の方の残存機能をできるだけ伸ばしていくことが重要である。利用者の方の出来ることは、なるべく利用者の方に行なっていただくようにして、介助者は見守りなど適切に支援していくことが望ましいとされている。「残された機能」として限定的に捉えず、さらに発展させていく機能として積極的に活用することが重要である。また、介護者は利用者の方に残存機能を最大限に生かしていただける様に支援することを怠ってはならない」と、されている。

自立支援・・・介護保険介護用語辞典によると「自立支援とは介護福祉の分野においては対象者のADLの自立に向けた支援などを指して用いられることが多いが、身体的な自立に限らず精神面での自立を支援することや、対象者の主体性や意向を尊重することも自立支援に含まれる。」と、されている。

このような、基本的考え方に基づいて述べていくことにする。

### 第2章 施設での支援内容と方法

今回私は、上記の考え方を踏まえて卒業論文をまとめるための実習を特別養護老人ホームで行った。その施設ではユニットケアに取り組んでおり、1フロア10名程の利用者の方が生活されていた。利用

者の方の主な特徴として認知症の方、脳梗塞による片麻痺の方、関節リウマチの方、統合失調症の方など様々な方が入所されていた。

①歩行介助・・・主に Y 氏の歩行介助を行わせて頂いた。Y 氏は自力で歩行が可能であるが、下肢筋力が低下しているため、転倒の危険性が高い方だった。更に認知症を発症しており、度々徘徊を繰り返す方で、一人で歩行するのは大変危険であり、片方の手で Y 氏の手を握りもう片方の手で身体を支えながらの介助を行った。すり足気味の歩行となるため時々つまずくこともあったが、転倒することなく歩かれていた。しかし、すべて手を差し伸べて歩行するのでは Y 氏の残存機能を存分に生かされていないと考えた。そこで私は、手すりのある廊下では、手すりを使用して歩行していただこうと考え、ゆっくりと時間をかけながらも自力で歩けるといふ残存機能を生かした歩行をして頂いた。Y 氏は、すり足気味の歩行状態であり、「足をしっかりと上げてみましょう。」などの声かけや見守りを行った。歩行時には前傾姿勢になりやすく、歩行時の姿勢や視線の方向、手の降り出しや障害物の有無、靴をしっかりと履いているか等を注意して観察した。また、Y 氏はとても音楽鑑賞がお好きな方で、介助を行う前に「一緒に音楽を聴きに行きませんか」などと声をかけた。ただ歩くのではなく、本人に歩く目的や、音楽鑑賞が行えるという喜びを感じて頂き、歩行に対しての意欲や関心が高まるような支援に努めた。

②食事介助・・・昼食時の K 氏の食事介助を行わせて頂いたが、K 氏は認知症を発症しており食事はキザミ食でいつもご飯の器に 2～3 のおかずを乗せてスプーンを使用して食事をする形態だった。K 氏は声かけをすれば自力で摂取可能な方であるが、食事中に集中力が切れると自ら全く食べようとしないことが度々あった。私はまず、自力で摂取して頂きたいと考え、K 氏に「一緒に食べましょう」などと声かけを行い食べて頂いた。K 氏が手を止めてしまうと、私が自らスプーンを持ち「食べ方」を K 氏に見て頂いて真似る動作から食べて頂く事もあった。また、職員の方から「介助者がずっと付いていると食べさせてもらえるという甘えや依存が生じやすい」と、助言を頂いた。このことから、時々食器を渡して K 氏の視界から消え、K 氏の視界に入らない位置から食事摂取を見守った。

食事中は主に見守りを中心として、K 氏の手が止まり、私の声かけにも全く反応して頂けなくなった時に介助を行った。K 氏の食欲が進まない時は、無理に摂取していただくのではなく、時間をおいてから食べていただくのが適切なのではないかと考えた。なぜなら、無理に介助を行って食べて頂いても、本人の意思を尊重していることにはならないと考えたからだ。相手の食べる意欲を尊重し、相手のペースに合わせた介護は時間が掛かり効率も悪いという考え方もあるかもしれないが、K 氏の残された機能を活用して食事を摂取して頂くことが最も大切ではないかと考えた。しかし介助者はそれだけにとらわれてもいけないとも学ぶこともできた。

③移乗介助・・・利用者の方の居室を訪問し、体調を確認してから介助を行った。車椅子からベッドへの移乗、ベッドから車椅子への移乗を行ったが、介助時は支持基底面を広くし、身体を安定させ、利用者の方の負担を最小限に抑えることを意識して取り組んだ。また、介助者の負担も最小限に抑えるにはどうすればいいのかと日々模索して取り組んだ。

そこで私は、利用者の方に協力動作を求めれば少しはスムーズに介助を行えるのではないかと考えた。利用者の方に少しでも自ら膝を曲げて頂いたり身体を起こして頂いたりする協力動作を求めた。私は、協力動作を求めると利用者の方の動きが増え負担になると考えておりすべて介助しなければならないと思っていたが、すべて介助して時間がかかるよりも協力動作を求めスムーズに介助を行ったほうが、

利用者、介助者双方の身体的、体力的負担が軽減されるのではないかと考えた。

「協力動作」とは利用者の方の『できる動き』を最大限に生かすこととなるので自立支援にも関連する。しかし、その為には『的確な声かけ』が必要となる。どのように利用者の方に声をかければ協力動作を求められるのか、利用者の意思を尊重し、自立に向けた支援が行えるのかを考えながら行う必要があった。

教科書には、「絶対にこの声かけをすれば良い」と、いうことは記載されていない。利用者の方も一人ひとり違い、その日の体調により同じ利用者であっても対応が異なることを学んだ。声かけには「マニュアル」がないため、その方の体調や状況にあった言葉を選びながら声をかけ介助を行うよう心がけた。

### 第3章 ケース・事例紹介

#### <ケース紹介>

名前 I・A氏 84歳 女性

主な疾患→関節リウマチ、白内障 移動→電動車椅子を使用

食事→自助具を使用し自力で摂取

排泄→尿意、便意あり。失禁はなし。 立位で尿瓶に排尿

性格→頑張り屋 趣味・生きがい→野球観戦、クロスワードパズル、読書

コミュニケーション→意思決定、意思伝達可能

#### <排泄における介護実践>

関節リウマチにより、全身に腫れと痛みが生じるため長時間の座位・立位は困難。

1日5～8回の排泄は、トイレを使用するが、膝に痛みが生じるため立位で尿器を使用。

#### <介助内容と手順>

排尿の際、トイレの手すりに捕まり立位姿勢を保持して頂き、介助者はI氏の肩と背中に手を添えて身体を支えながら、車椅子を後方へ離す。その後、スカート、リハビリパンツを下げ、尿瓶を陰部に当て排尿して頂く。本人から排尿終了の声がかかるとペーパーで陰部の尿を軽く拭き取り、スカート、リハビリパンツを上げ、車椅子を前方に設置し、肩と背中に手を添えて身体を支えようにして安全に座って頂く。

#### <気づき、工夫点>

立位姿勢を保っている時の車椅子の位置

→I氏は膝に痛みが生じ長時間の立位の維持は不可能なためI氏が疲労した際に、すぐに座れる位置に車椅子を設置しておかなければ転倒事故につながる。

尿瓶を当てる位置

→尿瓶をしっかりと陰部に当てなければ排尿時に尿がこぼれてしまう。

短時間での介助

→I氏は長時間の立位姿勢の維持が不可能なため短時間で介助を行わなければ本人への負担が大きくなってしまう。

関節リウマチを発症しているI氏に、施設では、トイレに移動して自ら排泄をして頂いていた。初めて私が介助を見学したときは、ベッド上での排泄の方が本人、介助者にとっては良いのではないかと思ったが、短時間であればI氏は立位姿勢を保つことができる為、できるだけ「トイレで排尿したい」という利用者の思いを尊重し、このような介助方法を行っていた。I氏は手すりに捕まって立位を保ち排泄を行っている・・・と、いうことは本人の残存機能を生かしていると言えるのではないか。

介護者は身体的自立に目を向けがちになるが、「できることは自分でやりたい」と、いう本人の意思を最大限に尊重して、希望や目標に基づいて支援することが大切であると考え。利用者の気持ち（想い）、利用者の過度な負担にならないケア、介護ニーズを踏まえ介護者は利用者の身体的・精神的な自立に目を向けるのだ。

私は、関節リウマチという病気を発症しながらもI氏が残された能力を生かした介助を行っていることに、大変ではあるが素晴らしい試みであると強く心打たれた。また、I氏自身も、とても頑張り屋な性格であり、常日頃から「なんでもかんでも職員の方に介助してもらうのは申し訳ない。せめて自分に出来ることは自分でやりたい。」と、話されておりI氏の前向きな性格、生活への意欲が感じられた。

I氏の排泄支援は、実習の中では一番難しさを感じる介助内容であり、時間がかかったり何度も失敗したりしてI氏や職員の方にご迷惑をかけてしまった。しかし、回数を重ねるごとにスムーズにできるようになり、失敗する頻度も減り実習終盤にはI氏からも「うまくなったね。」などのお褒めの言葉を頂けるようになった。

今回、このような教科書に記載されていない介助方法を経験でき、とても貴重な勉強をさせていただいた。このような経験をさせて頂いたI氏、そして施設に感謝したい。そしてこの経験を今後に活かしていければ・・・と、私は考える。

#### 第4章 まとめ

今回の実習で残存機能を生かした支援を意識して行ったが、どの介助でも教科書に載っている介護の技術だけでは、利用者の方の残存機能を十分に生かした介助はできないと感じた。教科書に記載されているのは基本的な介護技術であり、実際に介助を行うには、基本を元にして応用した介護実践を行わなければならないと改めて気づくことができた。

また、介助を通じて利用者に関わり、様々な情報を収集することが利用者を深く理解することにつながると学ぶことができた。

残存機能を生かす介助とは、利用者との関わりから「その人」のことを理解し、「その人」の状況に合った介助方法を選ぶことが大切であると考え。しかしながら、利用者の「残存機能を生かした自立支援」を行うことはとても大変なことであった。

このことなら利用者ではできないのではないか、このことを利用者が行うのは難しいのではないかと、という判断にとっても難しさを感じたからだ。なぜなら、介護者が、「この人はこのことならできる・・・」と、いった思い込みで介助を行ってしまうと事故につながる危険性があるからだ。また、逆に、「この人はこのことを行うのは難しいだろう・・・」と、勝手に判断して介護者がなんでも介助を行えば残存機能を生かした介護にはならない。そのような介護者の思い込みや勝手な判断で介護を行わないためにも、しっかりと利用者一人ひとりの生活・意欲・残存機能を理解する必要がある。しかし残存機能を生かす介助や自立支援にとらわれて、根拠のない介助になってしまったり、利用者の方が不可能なことを介助者が求めてしまったりと介護者が支援すべき本来の介護の目的というものを見失うことのない

様、「利用者主体」を意識することが大切だと学んだ。

淡々とした介助を行うのであれば、技術があれば誰にでもできると考えるが、介護者が求められるのは、高い専門的知識を得ること、常に利用者の立場に立った支援をすることだと考える。

おわりに

私は、今後、介護福祉士として、「利用者の方のことを第一に考える介助」を行うことを心がけたい。この卒業論文実習で利用者の方の考えや意思を尊重し、残存機能を生かした自立支援という介護観を明確にすることができた。利用者の方にとって何が一番大切なのかを自分なりに考え、表現することができたが、現状に満足せず、日々努力し、試行錯誤から利用者の方のために自分に何ができるのかを常に考え、成長し続けていける介護福祉士になれるよう努めていきたいと考える。

最後に、私が考える介護とは「利用者の方と介護者が、お互いを尊重し合い、日々の生活の中で喜びや幸せを共に感じ、人と人との豊かな信頼関係を築いていく」ということだ。

介護の仕事とは、大変ではあるが魅力的であり、非常にやり甲斐のある仕事と考える。

介護実習Ⅱの長期実習や卒業論文実習では、辛いことや大変なこともたくさんあったが自分が行う行為に対して利用者の方に「ありがとう。」と、言って頂けると自分の中で「もっと頑張ろう」という気持ちが強く生まれた。この気持ちを忘れずに、今後、利用者の方の大切な一日一日を支えられる「介護福祉士」を目指したいと思う。

最後にこれまでご指導いただいた施設の職員様、先生方、ご利用者様に心から感謝申し上げます。ありがとうございます。

参考文献：『介護保険介護用語辞典』（中央法規出版）

『生活支援技術Ⅱ』（中央法規出版）

## 利用者に寄り添って歩む ～「福祉の入り口」に立つ私が考えること～

旭川福祉専門学校・保育科 岡田 望

### 1 はじめに

私は、将来人の役に立てる人でありたい。人を支えていける人でありたいと願い、これまでたくさんの事を学んできた。

夢がかない、この春から知的障がい施設で社会福祉従事者として働くことになった。

しかし、そもそも私の目指す社会福祉従事者とは、どんな人を指すのだろうか？

2年間の旭川福祉専門学校で会得し、体得してきた知識と心を活かしていきたいと、やる気と期待にあふれてはいるが、スタートラインにこれから立つ私が、障がい者の人たちのために、どこまで力になっていけるのかと改めて考えると不安になってしまう。

### 2 大切にしたい「やすらぎの場」

人を支えていく、人に関わっていく職業として何が大切か？ 何を心に留めていきたいか？ と考察する時、何度かの実習で次のような事が思い出される。

実習も数日経つと、利用者の方たちは、少しずつ口を開いてくれ、ぼつりぼつりと自分の生いたちや願いを話してくれるようになっていった。

語るには重い過去を背負っている人が多く 聴いているのも辛くなるのだが、概して地域社会の中にとけこめないできたことが多いように感じた。

私は福祉を専攻してきたということもあり「知的障がい」について多少なりとも理解はしているつもりだが、まだまだ一般的には理解されない事が多く、知的障がい者に向けられる視線は、温かいとは言えないようだ。

誰かが生きづらいついてしまう世の中をととても悲しく思う。

施設に入所した人たちの中には、近隣や学校の中で居場所がなく、追いやられる形で施設に入所したり、高齢の利用者の場合は、就学猶予や免除の人もいた。地域でわが子を育てていくのが困難で、親がわが子の将来を懸念し、施設入所にたどりつき、預けたという人も少なくない。

そうした意味では、冷たい世間から逃れられた「安心の場」になるのかもしれない。

しかし、本当に「安心のできるやすらぎの場」とは、一体どんなところなのだろうか？

最近ニュースでも取り上げられている体罰事件は障がい者施設においても皆無ではなく、実態調査の集計（※1）を見ても、痛ましい表現や利用者からの切ない要望が書かれていた。福祉の職業に就いた人たちが、障がい者を追い詰めるような事をしているのに大変驚き、同時にどうしてそんな人を傷つけてしまうのか、私には到底理解はできないのである。

知的に障がいがあるから、分からない人だからだと、差別や力任せで接する事は許されない事だと思う。

福祉の先駆者と言われた先達は、「社会から障がい者を護る」という精神で、全財産をつぎこんで、

施設を建設したと聞いたことがある。

現在の人間観や福祉観とは、異なるかもしれないが、人を想う気持ちや親身になって寄り添う心は、いつの時代であっても欠かせないもので、諸先輩や文献からしっかり学び受けとめたいと思っている。

私が接した施設利用者の願いに「障がい者を変な目で見ないで」「差別をしないで」「1対1の私をみてほしい」とあった。その言葉を聞いて、何だかドキッとさせられたことを覚えている。

施設職員の意識の奥にある差別観を指摘されたような気がするし、知的障がい福祉に就職する私への警鐘と思ったのである。

障害をもった人が、その人らしく、生きていくことができるには、様々な社会の場面において配慮が必要であると思うが、せめて、私の勤める施設では、利用者が「安心できる毎日の生活」を送ることができるように努力したいと思っている。

そのためには、利用者と職員の円滑な人間関係、さりげないコミュニケーションが何よりも大切であり、そのような人間関係を具体的に築いていくには、私は大きく2つのことを重視していきたい。

### 3 「傾聴の姿勢」

施設利用者の姿を想定してみると、ほとんどが私より年長者の人たちであり、そこで大切なことは、尊敬の気持ちをもって接するという事である。

相手を尊敬する気持ちは、話をしっかりと聴く姿勢に現れると思う。このことを第1点としてあげたい。

知的障がい者施設利用者の調査（※2）で「周囲の人に望むこと」に対する1番多い回答は「私の話をちゃんと聞いてほしい」「私のことを信じてほしい」であった。

施設を利用している方たちを、どこか個人ではなく集団としてしか見ていないのではないだろうか。「知的障がい者」と呼ばれる人たちを、皆同じような者だと考えたり、あしらうようなことをしていなかっただろうか。

実習施設で、仕事を終えた後に、高齢の障がい者の話に耳を傾けていると、表情がどんどん生き生きとしてきたと感じた。自分の若かった頃の思い出話がほとんどであったが、利用者は、昔の自分を振り返り、人に話を聴いてもらえたことで、「自分の人生を肯定的に考えることができた」「一人の人間として認めてもらえた」と感じ、うれしかったのだろう。私も聴くことの意味を実感できるひと時であった。

人はそれぞれ個性をもった違う存在である。それは、たとえ障がいをもっていたとしても同じことだと言える。

一人一人の人格を認め、理解し、大切にしていける、それが傾聴の心であり、福祉の場においてなくてはならないものではないだろうか。

それは、どれだけ利用者の方の声を真剣に聴いているのか？そしてどれだけ真剣に向き合っているのか？に尽きるのではないかと考える。その人の考えや願いを、決して無視や否定をすることはいけないのだ。支援する人、支援される人の以前に、私たちは人と人なのである。人との対話は、ただ聞き流してしまうのではなく、相手が発する言葉からどんな想いを伝えようとしているのか、何を求めているのかをくみ取り、そして自分自身の気持ちを、わかりやすく精一杯相手に伝えていくものだ。

相手が本当はどう思っているのかを正確に捉えるという事は、難しい事かもしれないが、大事なことはわかろうとする気持ちや姿勢にあるのだと思う。10あるうちの10全てが分からなくても、1つ1つ

の言葉に耳を傾け、真摯に受け止めることで相手は「私の話を聴いてくれている」「伝わっている」喜びを感じ、それだけで安心できるのではないだろうか。

障がいをもった方と向かいあうときは、せかせることなく、じっくりと時間をかけ待つこと。そして安心してもらえるように笑顔でうなずきながら、ゆったりと聴くことができる支援員でありたいと心に誓ったところである。

#### 4 「一人の人である」

第2として、呼称の問題がある。自分より年長の方を「ちゃん、くん」または呼び捨て、ニックネームで呼ぶということは失礼になるのではないか。一時期「呼称問題」が注目された事もあった。

スタッフ行動基準の30か条 (※3)

- 1 利用者に対しては、年齢にふさわしい敬称をつけて呼ばなくてはならない
- 2 利用者呼び捨てにしたり、ニックネームで呼んだりしてはならない
- 3 スタッフ相互の会話や会議で、利用者に対して不適切な呼称を用いてはならない。

と掲げられている。

しかし現状では、職員が利用者の方をニックネームなどで呼んでいる姿をよく目にする。

場面や状況においてはニックネームなどで呼ぶほうが親近感もてる、気持ちを近づけるためと、あえてニックネームで呼ぶのだという考え方もあるが、私自身もそのような場面を見て「親しい関係であるのだな」と思ったこともあった。しかし、まるで、子どもをあやしているような違和感も感じた。

ニックネームで呼んでいるからといって、親しくより近い支援と言えるのだろうか。もしかするとそれは、支援する私たちの勝手な解釈にすぎないのではないだろうか。そして利用者の方を、子ども扱いしているようで気になるのだ。

知的障がい者施設を利用している方に、お話を聞く機会があった。

そこで、その方が訴えていた事は「私を子ども扱いしないでほしい」という事である。確かに、自分の思っている事を適切な形で伝えるというのは、難しい事かもしれない。年齢にふさわしくない行動を取ってしまう事もあるかもしれない。でも、みんな意思やプライドだってある一人の人である。

何かできないことがあるからと言って、子どもみたいで可愛いからと、支援する立場の人間が、利用者の方を子ども扱いするという事は、その人の人格を否定してしまっているのではないかと思う。

「愛情をもって接する」の延長線上に、決して「子ども扱い」があってはならない。支援するという事は、利用者の方よりも強い立場に立つ事ではないのだ。

呼び捨てや「ちゃん」付けをしないで、正しく「さん」付けで呼ばれることは、利用者にとっても自分であることの証にもなるのではないか。

呼称問題は、施設で生活する人と、支援していく私たち職員が、対等な人間関係を築くために、重要な問題であり、人権擁護の第一歩にもなると思う。

新任職員である私も、このことは、すぐにでも実践していけることであり、このような心がけや対応から、施設利用者との信頼関係は生まれていくものだと思う。

福祉の場は、施設を利用する人の痛みや辛さ、喜びや願いなどをしっかりと受けとめ、利用者の方が、自分の思いを大いに語れる場であることが、まず第一であるのではないか。

## 5 私の目指す福祉従事者

知的障がい者施設の支援員になる上で、最低限、そしていつまでも心に留めておきたい事を述べてきたが、やはり人として敬意、共に歩み共に進んでいく姿勢、そして何よりも人を思いやる心が重要であり、福祉の場において必要不可欠ではないかと思う。

人は決して一人では生きていけないのだ。誰かに支えられ、そして支えているのである。

そう考えると、より良い福祉従事者という視線よりも、健康的で信頼できる人間としてのあり様、お互いに人間として認めあい、弱い立場の人たちの人格を尊重する人間性を練りあげていく心が欠かせないのだと考える。

私は、「支援する」「される」の立場を超えて、いや、それ以前に、一人の人間を一人の人間として認識し、最大限の思いやりをもち、寄り添い、これから進むであろう道のりを施設利用者の方々と共に歩み、共に成長していける。そんな福祉従事者になっていきたいと改めて強く思った。

やわらかい心を持つチャーミングな人間性を目指し、歩み続けていきたい。

- ※1 「全道知的障害児者の権利意識調査結果報告」2000年版、2012年版  
(北海道知的障がい福祉協会・発行)
- ※2 上記と同じ
- ※3 「知的障害者の人権に関わる提言」(埼玉県社会福祉士会・知的障がい者の人権侵害に関わる提言作成委員会)

## 子どもと自然のかかわり ～豊かな遊びと心の成長～

旭川福祉専門学校・保育科 喜多 彩奈

### はじめに

現代の子どもたちの遊びと、昔の子どもたちの遊びを比べると、大きく異なる部分がある。

科学技術の発達と経済活動の急激な拡大は、現代社会の姿を大きく変化させ、子どもたちの生活や、ものの考え方にも大きな影響を与えているといえる。

大量の情報を放出するIT（情報技術）、とりわけテレビの普及やそれに伴うゲームの進出、DSやPSPなど、移動している中でも遊べるものも出てきて、今や子どもたちの遊びは、コンピューターを通したゲームになりつつある。

昔の遊びといえば、現在のようにコンピューターゲームが普及しているわけではなく、ゲームに対する依存も少なかったと言える。

私の小さい頃を思い起こしても、そのほとんどが、戸外で遊びまわっている姿が浮かびあがってくる。日が暮れかかる頃まで秘密基地を造ったり、木登りをしたり、雪遊びに興じたりと、様々な遊びの中で自然と多くふれあい、時間が経つことも忘れて、毎日の生活を遊び中心としてきた。樹木や葉の色から季節を感じ、空気から伝わる寒さや暖かさなど、私たちは生まれた時から自然と共に過ごしてきた。公園に行けば、約束なしであっても友達や知らない子どもがいて、一緒に遊んでいた時代とは違い、現在では、外での遊びが減少し、公園に聞こえるはずの子どもたちの楽しそうに遊ぶ声が聞こえなくなり、淋しい気持ちになる。コンピューターゲームの普及は、子どもたち同士の関係、人と人という関係性を希薄化させてきているのではないかと思う。

子どもの生活のほとんどは遊びであり、その遊びを豊かにしていくという支援こそが、子どもの社会的、人間的成長に繋がっていくのだと思う。

今の子どもたちには、その自然とふれあう機会が少ないのだ。

ここで私が考えるテーマは、「子どもたちの自然とのかかわり」である。

### 遊びの広場について

私たちが学ぶ旭川福祉専門学校では、「地域支援活動」という、地域の人たちと交流し、活動する授業がある。その中で私たちは、子どもたちと関わりあいながら、実践的に学ぶ、「遊びの広場」という取り組みをしている。

#### ～子どもたちにとって、遊ぶということの意味とは何だろうか～

保育の中で、遊びを重要視する意味、子どもにとって遊びはどのような意味をもつのか考えてみたい。

保育園や幼稚園では指導案に基づく計画された指導を行っている。これは十分に意味のあるものであるが、子どもの豊かな成長の姿が、ありのまま見られるのは自由な遊びが第一だと私は考える。

子どもにとって遊びとは、生活のほぼ全てと言って良い。

子どもたちには発達段階に合わせた絵本やおもちゃがある。一見すると、ただの形をはめるブロック型パズル、乳児であれば、天井から動物や果物などが、ぶらさがって回っているようなものであっても、手指先の微細運動を養い、考える力を育てるもの、視覚から得る情報を理解する力を育てるものなど、1つ1つのどの遊びにも意味があり、子どもたちにとっての成長に繋がるものとなる。

子どもたちによる遊びは、どのような遊びであっても、他の人から強制されたものではなく、自らやろうとしているもので、子どもたち自身の自発性に繋がる。

1つの遊びにあきたらやめ、違う遊びをすることができる。それはつまり、好きなことをできる自由というものがあるといえる。自由であるということから、その子らしさを生み出すものであり、個性を作るものである。また、遊びは、うまく言葉を伝えることができない子どもたちにとっての、自己を思いっきり表現する言葉の代わりとなる伝達手段でもある。

そういった意味では、とても創造的ではないだろうか。

また、集団遊びの中には、子どもたちで認証されたルールがあり、それを逸脱した行動をとると遊びは成立しないし、仲間からも受け入れられなくなる。この遊びというものの中から、知らず知らずのうちに守らなければならない社会的ルール、約束、人間関係、そして人を思いやるという優しく、温かい気持ちを学んでいくのだと思う。

遊びは、将来の社会生活の中で、自立した人間の教養、自主性、創造性、協調性などの土台を築いてくれるといっても過言ではない。

#### ～心と身体の豊かなバランス～

様々な遊びの意義を理解した上で、私が今一番注目したいのは、心を育てる遊び、知恵を育てる遊び、身体を鍛える遊びが、全て自然の中で育まれるということである。

太陽が照り、暑いと感じる。風が吹き、涼しいと感じ、その風が揺らす木々の声を全ての感覚を使い、感じる事が出来るように、私たちは子どもたちに手を差しのべ、見守り共感していくことが大切だと私は考える。

そして戸外での遊びは、身体面、健康面の成長に繋がり、自然というステージの中で、子どもたちが自分らしく、ありのままをさらけ出せる場だと思う。

アスファルトは多くなったけれど、身近には草が生え、花が季節に応じ芽吹き育っている。大地から与えられた目には見えないエネルギーは、子どもたちが創り出す遊びという空間から発見され、学び活用されていくのである。

私たち保育者は、そのことに気づき、子どもたちに伝える義務（責任）がある。

旭川福祉専門学校のフィールドは、子どもたちに自然のすばらしさを伝える環境が整っている。私たちは「遊びの広場」や「森のほいくえんトイトイ」を通じ、地域の子どもたちと共に、自然の豊かさを実感しながら学んでいる。

遊びの広場の中で、私たちが大切にしていることは「見守る」という姿勢と、子どもたちの様々な表現をくみとり、表現することの楽しさを知ってもらうということ。同時に、私たちは自分自身も考えつかないような子どもたちの世界を知っていくのだ。

この見守るという考えは、ただ単に子どもたちの行動全てを見ているということではない。予測される危険は避けることが求められるし、考慮していかなければならない。

見守るというのは、過程を大切にすることである。例えば子どもたち同士のけんかの中には、その中でのお互いのやり取りがあり、主張がある。やり取りによって生まれるコミュニケーションは、お互いを知るため、自分を主張するための大切な経験なのである。

危険がないよう見守ることが求められるが、その危険を子どもたち自身はどう捉え、対処していくか、そこから何を学ぶのかということも重要なことだといえる。

そして何より一番大切なのが、このテーマに掲げられる自然とのかかわりなのである。

子どもたちにとって自然というのは、それだけで遊びの対象となり、子どもたち自身の感覚を豊かに養っていく。

生き物とふれあい、生きているという命の意味を知り、その中で、命の終わりと、誕生である始まりを感じる。虫が合唱しているような声に耳をすませば、風を感じ子どもたちの中にあるストレスフリーにも、おおいに繋がってくると私は思う。

また、けんかの解決にも、自然の中での体験は必ず役立つと考える。

草笛を吹く、花でアクセサリを作る、虫を捕まえるなど、自然とは何も持たずとも遊び道具となり、自然に「自然」と過ごせるという、素敵な地球からの私たちに贈られたプレゼントなのである。

人工の作られたものではなく、そのままの、あるがままのものを楽しみ味わうことが、子どもたちにとっての豊かな育ちになるのだと私は思う。

海外からも言われるように、日本という国の素晴らしい所は、四季を感じられることである。四季にあわせた歌が歌われるように、私たちは子どもたちに、日本の文化とも言える四季に関する遊びも提供している。5月にはこいのぼりを作り、7・8月にはおりひめ、ひこぼしのお話をし、短冊に願いを込める。12月にはクリスマス会をする、といった季節に合わせた遊びを通して、子どもたちがそこから何を創造するのかという発想力を養うことができる。

紅葉を見て何を感じるか、雪を見て何を想像し、創造するのは、私たちにはどうてい計り知れない子どもたちの世界観がある。

私たちは、その創造していくことの手助けをするのだ。

## 豊かな遊びを支える保育者の役割

こうした子どもたちの澄んだ心の成長を補助していく私たちの役割とは、何なのであろうか？

豊かな遊びを支えるにはどうしたら良いのか？

それは、子どもたちにたくさんの体験・経験をする機会を作ることではないかと私は考える。

食べ物为一体どのようにできているのか実際に種や苗から野菜や果物を育ててみるのも良い。水を与え、栄養を摂ることがどんなに大切であるかを知り、「命」があるということの理解を深めることに繋がる。

土や芝生を素足で歩き、走ってみてはどうだろうか？ 靴の中からはわからない、大地から伝わる温かさを発見し、生きた体験をすることになる。

怪我の心配はないのかと聞かれれば、全くないとは言えない。しかし、その環境を整え安心して安全に子どもたちが遊べる場を提供するのが、私たち保育者なのである。

もし子どもが怪我をしたとしても、そこからその子自身が学ぶことはたくさんあるのだ。「あ、ここは危ないんだ」、「これは触っちゃいけないんだ」、「ごみはここに捨てたら駄目なんだ」そして、「僕が、私がこの環境をきれいにしなければいけないんだ」

こうした体験は、その子自身の基礎を作る土台となって、人生に活かされるのだと私は思う。

## 私が考える豊かな遊びと暮らし

自然とは予期しないことの発見であり、子どもにとっての、最も良い教材だと思う。

1日として同じ日はなく、昨日と同じ景色や体感はできない。その、一つとして同じではない自然というものの大切さを知り、子どもたちに伝えること、様々な体験・経験を重ね、温かい心を育てることが、今の世の中に求められていることであると思う。

安心した、安全である社会を作ること。それはただ単に私たち保育者自身が考えていくことも大切だが、その子どもたちの周りには保護者はもちろん、地域の人たちの協力があってこそ成り立つものではないだろうか。

地域の人たちとのかかわりが希薄化しつつある今、私たち保育者は地域との関係を密にしていくべきである。

豊かな遊びが生まれるには、暮らしから。

「人は一人では生きていけない」とよく言うが、本当にその通りだと思う。たくさんの人とかかわって行くことで、自分自身を受け入れてもらい、また、その相手を受け入れる。

挨拶ひとつにしても、「おはようございます」、「こんにちは」を、会っているのに言わない、という関係は、とても悲しいと思う。

人とかかわりの第一歩は、挨拶から。私はこの学校に入学して、それをたくさん学び、実感した。不思議なことに、子どもには人を笑顔にする力があると私は思う。

赤ちゃんが笑っている、ただそれだけで私たちの心は温かくなり、笑顔になる。

子どもたちがお散歩して、近所に住む人や出会う人に挨拶をする。その時、地域の人には怒っている人はいないし、笑顔であいさつしてくれる。

そして自然は、誰をも差別することなく、やさしく時に厳しく包んでくれる。

そのような温かく、優しい関係を私たち保育者は作り出したい。そのためには、子どもたちに「生きた自然」をたくさん経験してもらうことであると思う。

綺麗なものは綺麗だと、素直に感じる。ありがたいと、人に感謝できること。ごめんなさいと、相手の気持ちを考えて言えること。これらは全て子どもたちの生活の中心である遊びから成り立つのである。

私はこの春から保育士として歩み始める。この遊びの原点ともいえる自然を、私はいかにして子どもたちに伝えるのか、感じてもらうのか、子どもたちと共にふれあい、共に成長していくことで学んでいきたいと思う。

## 二人の利用者の方からの学びを通して ～私が考える介護とは～

旭川福祉専門学校・介護福祉科 鈴木 怜奈

### はじめに

「介護」とは何でしょうか。私は高校時代、介護とは「相手を助けてあげる事」「高齢者の方や障害を持つ方を介助する事」と考えていました。当時の私が介護の道を選択した理由は「施設の中で困っている高齢者の方々を助けたいから」という気持ちでした。高校での職場体験がきっかけで、この仕事なら自分にも簡単に出来るのではないかと単純に考えていました。

しかし、旭川専門学校に入学し、講義や演習、あるいは、2年間で3回行われる介護実習を通して自分の介護に対する考えや思いが急激に変化しました。今回はその実習で学んだ事を書かせて頂きたいと思います。

### ～視覚障害を持つAさん～

実習の中で私は視覚障害を持つAさんと出会いました。Aさんは中途失明の全盲の方です。若い頃事故に巻き込まれて両腕の尺骨部分を切断されています。その事にも関わらずAさんは身の回りのことは殆ど自分でされています。両腕と口でイヤホンの線をたどって口元までイヤホン運び、両腕で掴んで耳に装着されることや、食事の際は右腕の方に義手をご自分でつけて、その義手の先端にある金具にフォークを挟み召し上がられていました。その他にラジオ体操にも積極的に参加されていました。歩行の際は介護員の右肩にAさんの左腕を置いて頂き、「右へ曲がりますね」等言葉掛けをさせて頂きながら周りにある物にぶつからない様に一緒に歩行させて頂きます。しかしAさんは「誰かの力を借りなくても自分の力だけでも歩行が出来る」と思っておられ、時々ご自分で歩こうとされます。以前に転倒してしまったり、介護員にも「どこかに行かれる時は呼んでくださいね。」と言われているようですが、それでもAさんは一人で歩行される事を止めません。それは「自分の力だけで歩きたい」という思いが強いからではないでしょうか。

それまで視覚障害の人たちは目から得られる情報が無い分、出来ない事が多くあって介助が人一倍必要だと思込んでいました。しかし私の思い込みとは全く正反対で、視覚障害があり、そして両腕が切断されているAさんが何でも自分の力で行おうとする意欲的な姿を見て、どうしてこんなにも逆風に打たれている状態の中で弱音も吐かずに前を向いているのだろうと思った反面、ここまで強い心を持たれていることに凄いと素直に感じました。

「自分の事は自分でしたい」という気持ちは障害のあるなしに関わらず、全ての人が持っている「尊厳」であり、それは決して介護員側の都合で奪ってはいけないことで、それこそ一番大切にしなければならないことだと思います。

障害があるから手助けをする事が介護ではなく、相手が「自分でしたい」という願いを尊重し、それを叶える為にどうしたら良いのかを一緒に考える支援も、介護だということに気が付きました。

## ～Sさんの食事介助を通して～

同じ実習生の仲間が食事介助をさせて頂いていた利用者のSさんは、認知症で中途失明の全盲の方です。食事形態がペースト食で、手を伸ばしながら食器の位置を探し右手で直接召し上がられています。しかし食べ物をエプロンにこぼしてしまい必要な食事摂取量を摂ることが難しいので、介助が必要です。仲間が、Sさんが食べ物を手で食べることが出来ると言うことは、手を口元まで運ぶことが出来る方だと思い、スプーンを使用して食事することは出来ないかと考え実践してみたそうです。実践させて頂いた所、Sさんはスプーンを持つ事が出来ましたが、思うように食べ物を掬うことが出来ず、困った表情をされていたそうです。その為Sさんの右手を持たせて頂いて食べ物を掬うお手伝いをし、エプロンの上の食べこぼしを少なくする為に食器を持たせて頂くといった支援をさせて頂いたそうです。その結果、食べこぼしも少なくご自分で食事をする事が出来るようになりました。その反面、いつもより食事の時間が掛かり、Sさん自身も疲れた表情をされていたそうです。

このことをカンファレンスで発表すると、違う実習仲間や介護員の方に、「金属スプーンではなくてプラスチックスプーンを使用すれば負担が軽減されるのでは」「自助具を使用すれば掬いやすくなるのでは」という助言があり、早速実践することにしました。まずプラスチックスプーンを使用。金属スプーンよりも軽くなった事でSさんも持ちやすそうにされていたそうです。しかしそれでも時々持ちにくいのかスプーンを置き、左手を使って直接食べられるようになりました。この時に実習の仲間は、何故Sさんが疲れてしまうのか、もう一度観察してみました。すると右手の手指が拘縮に近い状態な為、スプーンを人差し指と中指の間に挟み、親指で固定しながら召し上がられていて、それが手指への負担となり疲れを感じていることに気付きました。そこで障害のない左手で「く」の字に曲がっていて、握ったままの状態を変える事なく食べ物が掬える自助スプーンを使用してみました。するとSさんは疲れることなく最後まで召し上がられていたそうです。Sさん自身もご自分で食べる事が出来て「美味しいです」と嬉しそうに話されたと言っていました。

この事から「食べこぼしをしてしまう」という出来ない所だけを見るのではなく、「手を口元まで運ぶ動作が出来る」という出来る所に着目する事が大切で、その出来る所を活かす為にはどうすれば良いのかを考えることがSさんの食事の可能性を広げたのだと感じました。出来る事を見つけることで様々な介助方法が浮かび上がり、利用者の方の残存機能を活かした一番その方に合う支援とは何かを考え、実践に移すことも介護だと思いました。

## ～二人の利用者の方から学んだ事～

今まで私は「相手を助けてあげる」のが介護であると考えていましたが、それは介護員側の一方的な思いであり、利用者の方はただ「助けてほしい」のではなく、自分の生活スタイルを邪魔されることのない安心できる生活を願っているのではないかと気付きました。その方が「自分でしたい」という事を尊重することや出来る所に視点を置くことが、介護をする上で大切であり、「なぜ」それが今出来ないのかを考え、目の前にある障害を取り除く事も大切な事だと思いました。

そういった支援を行っていくには、その方と深く関わらせて頂き、生活歴や身体状況だけでなく、何を願ひ訴えられているのか、その方の全体像を色々な角度からアセスメントし理解しなければなりません。その為に私は相手の立場になって考えること、細かい所も見逃さずに利用者の方の願ひや訴えに耳を傾ける事、嬉しい事や辛い事一つでも多くの事を利用者の方と共有する事で、信頼関係を築ける福祉従事者になりたいです。

## 終わりに

実習で、利用者の方や介護員の方、実習の仲間から沢山の事を学ぶ事が出来ました。そして実習を終えて、「あの時もっとあの方と関わっていたら、もっと早く気が付けたのに」という後悔もあり、自分には相手を観察する力が不足しているという事が分かりました。就職してからは利用者の方を広い視野で観察し、様々なその方の可能性を見つけ出していけるようになりたいです。

現在は学校で、実習で出会った利用者の方の事例学習に取り組んでいます。私がこの二人の利用者の方から学んだ事を、今度は80人のクラスメイトが出会った利用者の方の幸せ実現に繋げられるよう、みんなで意見を出し合いながら、それぞれの利用者の方にとって一番の幸せに近付けられるようケアプランを作成していきたいと思います。そして、そこからまた新たな介護観を手に入れて、春からの介護現場に活かしていきたいです。

## 共生サロン「こころん」から学んだこと

旭川福祉専門学校・介護福祉科 鳥羽 博貴

### はじめに

私がこころんと出会ったきっかけは、学校で地域支援活動という科目があり、その担当の先生が訪問する機会を作ってくれたことです。そして訪問した時には、ここの建物がどのように使われているのか、どんな取り組みをしているのかを学ぶ事が出来ました。私は、こころんの温かい雰囲気や取り組みに魅力を感じて、こころんの活動に参加させて頂き、どのように地域に根差した取り組みをされているのかを学ぶことが出来ました。

### こころんとは

正式名称は、「特定非営利活動法人ノーマライゼーションサポートセンターこころんく東川」といって「こころん」の愛称で呼ばれています。NPO 法人としては平成22年10月から活動しています。こころんは、毎週月曜日から土曜日の午前9時から午後5時までどなたでも無料で利用することが出来ます。そして、自由に使える空間として次のように利用されています。お友達と会っておしゃべりする集会所、小さな子どもを連れての遊び場、学校帰りの友達との自習室、帰りの車やタクシー、バスを待つ待合所、障がいのある方が必要なサービスを受ける場所、団体、サークルの活動、会合・研修の場。実に様々な空間として利用されています。

さらにこころんは、地元の食材を中心に使った手作りで低価格、そして美味しい食事が楽しめる食堂でもあります。

こころんの専属スタッフは3人ですが、その他、町内に住んでいる主婦の方など様々な方が働いています。

次に私がこころんで3つの体験を通して学んだことを話したいと思います。

### こりんシアター

ココシネマという名前で映画を上映しています。どうしてこのような取り組みをされたかという障がい者や障がい児の方達がゆっくりと映画を観て欲しいという願いから始められたそうです。内容としては、二部に分かれていて午前は、子供を対象とした映画で、私がボランティアとして行った時は「くまのプーさん」を上映していました。こころんで映画を観る時に食べられるポップコーンは、職員やボランティアの方が作った出来たてのものです。十名ほどの子供達が来て、わくわくしながら、ある子は椅子に座って待ち、またある子は下に敷かれているマットで横になりながら待っていました。始まると真剣にみていました。それから、30分ほど経過すると少しずつざわつき始めました。しかし、ここで注目したいのは、映画館でなら迷惑がられて注意されますが、そのような状況は見られず、映画を観に来た大人の方やスタッフも温かく見守っていました。このような環境なので、親御さんも過度に子供がうるさくしたらどうしようかと考えすぎずに気軽に映画を観ることが出来るのだと思います。

次に午後の部では、大人のためにこの日は「幸福の黄色いハンカチ」が上映されていました。この時

には、ほとんどの子供は帰ります。入れ替わりに福祉施設の職員さんや利用者さんがいらっしゃいます。午後では、車イスで長い間座っているのが困難な方でも観てられるように縦長のソファがあり実際に足が不自由な方でも、ゆっくりとくつろぎながら観られていました。

映画館では基本的に集中して観るためやマナーのため、さわりではいけないとなっていますが、こりんでは、誰もが咎めることもなく、ゆったりとした雰囲気映画を楽しむことができます。映画館で映画を観られない人でもちょっとした配慮により観られるということを知ってもらえる機会でした。

## 様々な人が働いている地域食堂

こりんには、月曜日から金曜日、午前9時から午後1時30分まで食堂が開かれております。そこで働く人は、町内の主婦の方や夏休みを利用して来る中学生や高校生がボランティアに来られます。そして注文を受け料理を作り配膳しています。食堂に来る人は、町内に住む一人暮らしの方や仕事をされていて、昼休憩で来られる方など様々で中には、ほぼ毎日来られている常連の方もおり、みんなに愛されている食堂です。ここで使われる割り箸ですが、こりん専用の箸袋があり重い障がいを持たれている人が袋詰めをしています。食堂が休みの土曜日に来て箸袋を作り、割り箸を袋詰めすることがこの方にとって社会とのつながりとなっています。

このように社会勉強のために働きに来ている中学生や高校生、またこりんのために力をかしてくれる障がいを持たれている方など、年齢や体の不自由の関係なく利用できるこりんは魅力的だなとおもいました。

## 祐さんと出会って

祐ゼミナールという佐藤祐（さとうたすく）さんという方が講師としてこりんで話してくれるイベントがあります。祐さんは次のような経歴の持ち主です。1980（昭和55年）年にお生まれになり出生時の障害で脳性麻痺となられ、それから2002（平成14年）年に札幌市で一人暮らしを始められ、2007年「インスパイア合同会社」を設立され「居宅介護支援事業所インスパイア」が開設となります。2007年には、ダスキン障害者海外派遣事業にてノルウェー研修をされたそうです。そして2011年札幌市から東川町にうつられて来ました。祐さんは、アウトドア派で一人キャンプや旅をされたりします。また、他の障がい者の人が祐さんのように自由に、移動し一人暮らしなどが出来るように行政への働きかけをしており福祉活動を熱心に実践されている方です。

祐ゼミナールでは、そのような一人暮らしで、どんな体験をしたのか車イスの人にとって家を決めるために、どんな苦労を経験したのかを聞きました。逆にそれに勝ってどんな益や喜びがあったかを教えてくださいました。そのことにより自分たちがどのように接していけば良いのかを考えさせてくれました。例えば、階段という障がいがあるために外にでられないのを他の地域住民の人達がお手伝いすることにより活動の場が広がると思えました。このゼミナールに参加される方は、施設で働いている方や障がい者の方、福祉に興味がある人など様々で東川から4、5時間かかる場所からも来られていました。

ゼミ以外でも祐さんと交流する機会がありました。それは、同じ介護福祉科の同級生が連絡を取って、実際に自宅に訪問することが出来ました。その時、私達が持参したお昼ご飯を祐さんと一緒に食べながら、ゆったりとした雰囲気ゼミナールの時には知り得なかった祐さんの生活の様子を拝見出来ました。アパートの一階に住まわられていて玄関から居間へ数cmの段差があります。祐さんはその段差をスロープを使い移動するなど随所に暮らしやすいように工夫されていました。しかし、ドアを閉める時には、スロープを少しずらさないといけないので多少の難点があることを知りました。このことから健常者のた

めに作られている家でも工夫して住みやすいようにする様子を見て、施設で生活するのではなく地域で住むんだという思いを感じることができました。

## まとめ

ここりんの活動を通して感じたことは、地域の人々が互いに交流することの大切さです。例えば祐ゼミナールを通して祐さんは、障がい者の現状について正しく語ることにより、偏見ではなく正しい理解に基づく支援者をふやす事が出来、また祐さんの話を聞いた人は、障がい者への正しい理解と、障がいを持って地域で暮らしていける喜びを再確認することが出来るのではないのでしょうか。地域食堂やココシネマについても誰でも気軽に来てご飯を食べたり、映画を楽しんだり出来ますし、他方、何かイベントが開かれるなら時にはボランティアとして働き、またある時には町民や障がいのある方が主催になって誰か困っている人を助けるといった側にも回ります。こうした支援する側にも、支援される側としても活動できることが、ここりんの活動の特色だと思います。そしてこうした施設が地域にたくさん増えることが、住みやすい、交流しやすい町づくりにつながるのではないのでしょうか。

教科書で学ぶ障がい者にかかわる知識は、ここりんでの様々な交流によって生きた理解へと繋がりました。また、障がい者に対する偏った見方を改める機会でもありました。

私はこれから特別養護老人ホームに就職します。ここりんで学んだことを活かして、施設のみならず地域を支援できる介護職を目指して努めていきたいと思っています。

## 実践 パーソン・センタード・ケア

～グループホームが内包する認知症ケアにおける可能性～

札幌福祉専門学校・介護福祉科 近野 薫

### はじめに

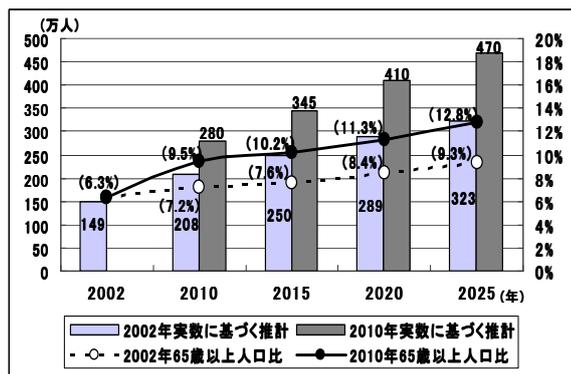
一年次のグループホーム実習で、利用者の方々の“決して失うことのない「人としての魅力」”や、実習先の管理者が語る“これからの認知症ケアに求められる「専門性」”といったものに強く惹かれ、二年次の特別養護老人ホーム実習では自ら希望して介護過程ケース利用者を認知症の方にさせて頂いた。「認知症ケア」の奥深さに気付いてからは、少しでもその知識を高めたいと、『長谷川式スケール』の長谷川和夫氏や『生き返る痴呆老人』を執筆した宮崎和加子氏などの講演会に出席したり、グループホームケアの第一人者として注目を浴びる和田行男氏の『大逆転の痴呆ケア』などを読み漁っていたが、その内に誰もが一度は必ず話題にする“ある概念”の存在に気が始めた。

それこそが、トム・キッドウッド氏の提唱する『パーソン・センタード・ケア』であり、集大成となるこの絶好の機会に、文献や実践を通して学んでみることにした。

## 第1章 認知症高齢者とパーソン・センタード・ケア

### 1-1) 認知症高齢者の増加推移

本題に入る前に、まずは認知症ケアが求められる実情を、本年度8月に厚生労働省が8年ぶりに更新した「認知症高齢者の日常生活自立度Ⅱ\*以上の高齢者数について」の数値から予測してみたいと思う。



公表によると、当該高齢者数は8年前の予想を大きく上回り、調査年の2010年で280万人。推計数も大きく修正され、2015年345万人、2020年410万人であった。

ちなみに2012年の推計数は305万人。この時点で「介護を要する認知症」は既に300万人を越え、65歳以上人口の10人に1人という、驚くべき結果となった。

認知症はもはや特別な病気でも他人事でもなく、長寿大国日本での自分達の将来の姿として覚悟して受け止めなければいけないこと、その上でますます需要の高まるケアのあり方を質・量ともに真剣に模索すべき現実が迫っていることを実感した。

\* 日常生活自立度Ⅱとは、日常生活に支障を来すような症状・行動や意志疎通の困難さが多少見られても、誰かが注意すれば自立できる状態。(厚生労働省2012年公表資料より)

### 1-2) 『パーソン・センタード・ケア』における重要な“核”とは何か

「その人を中心としたケア」と翻訳され、昨今日本でも盛んに取り上げられるようになったトム・

キッドウッド氏の『パーソン・センタード・ケア』。

しかし、訳した本人であり日本初のパーソン・センタード・ケア認定トレーナーともなった水野裕氏は、現在、国内に広がっている『パーソン・センタード・ケア』はあくまでも日本流アレンジで、トム・キッドウッド氏の提唱するものとは異なると、彼の著『実践パーソン・センタード・ケア』で指摘している。

では、トム教授の『パーソン・センタード・ケア』とは、一体どういうものか。

日本では「認知症の人たちの“その人らしさ”を大切にし、“その人を中心としたケア”を目指す」と理解され、その方法としてよくとりあげられるのが「認知症になった方の好きなものやできることを維持してあげる」こと。つまりは【提供】することばかりに気をとられて展開されがちであるが、水野氏は、“その人らしさ”と和訳した“パーソンフッド”には実はもっと深い意味があり、そこには「ケア側が提供することだけではなく、認知症の人たちと我々との交流のなかで、お互いに分かり合い、尊重し合う姿、更にそのことを認知症の人たち自身が自覚し、意識する姿が込められている」と明かしている。

もっと簡潔にいうならば、利用者が関わりのなかで「自分の存在意義を感じること」、「自分が生きている証を実感すること」とでも言い換えたほうがピンとくるだろうか。

『パーソン・センタード・ケア』とは、「こうすればうまくいく」「この方法ならば行動障害が減って負担も少なくなる」といった方法や手段、テクニックを説くものでも、介護職にとっての楽なケアを叶えるためのものでもない。それどころか逆に負担を感じ、大変になるかもしれない。利用者から収集できる情報は限られているし、その情報をもとに臨むケアは利用者の一人ひとりが違うことからマニュアル化することもできない。「結局は自分達の【想像力】と【創造性】が頼りで、だからこそ自らが考え、自ら行動すべきなのだ」と、水野氏は前述の著書のなかで述べている。

そんな氏の明かす『パーソン・センタード・ケア』の核は、極めてシンプルだ。

それは「利用者（認知症の人）の立場に立って」思考するという、あくまでも利用者を一人の人として尊重する姿勢であり、その為に重要なことは例え認知症だとしてもその人が「社会を構成する“大切な”一人の人間」だということを、ケア側がどれだけ深く認識して関わっていけるか、という一点にかかっているとと言っても過言ではないだろう。

まさにコミュニケーションや人間関係、社会のなかで生きていることを意識した思考や取り組みで、結果的にはそうした利用者との関わりが「介護職自身も成長させ、認知症の方達を社会へ復帰させることに繋がっていく」というのだ。

では、実践するにはどうすればよいのか？ 次章では、実践に繋げるためのヒントやポイントをあげて、その具体的な展開に触れて行きたい。

## 第2章 パーソン・センタード・ケアへの入り口と核心的思考

### 2-1) 『パーソン・センタード・ケア』への入り口

「ボケても安心して暮らせる社会」という言葉を、最近によく耳にするようになった。だが、やはり「ボケたくない」というのが、多くの人の正直な気持ちだろう。

様々な衰えで自分を失う怖さ、馬鹿にされるのではないかという不安、認知症というだけで他の高

齢者と同様に扱われない理不尽さなど、自分自身の僅かな実習経験を振り返るだけでも幾つかの理由が容易に思いつく。

水野氏は、この“「ボケたくない」という理由”にこそヒントがあり、その[逆]を考えれば自ずと『パーソン・センタード・ケア』に辿り着く、と先の著書の中で述べている。

#### ＜水野氏の掲げる『パーソン・センタード・ケア』への入り口＞

- ・ 記憶障害は、他の障害と一緒にあり、恥ずべきことではないし、それでその人の価値が減じることもない。
- ・ 人は、ハンディの不自由さよりも、人前で恥を搔かされることを死ぬほど恐れている。だから、不自由さに対する援助と同様に、それぞれの人のプライド・誇り・尊厳を傷つけないことを、深く考えるべきである。
- ・ 確かに認知症は、進行し寝たきりになる重度のハンディである。しかしそれまでには長い年月があり、認知症だからといってすべてを諦めるのはおかしい。あきらめて(あきらめられて)辛く放置された人生を送る人も多いが、工夫次第ではまだまだ明るく、楽しい人生をまっとうできるはずだ。
- ・ そして最後に、認知症専門医の水野氏だからこそ明かす“医学会の常識の誤り”。「認知症の人は病識がない」というのは全くの誤解。中等度以上に進行した人でも「どうしてこのような病気になってしまったんだ」という苦悶をもって毎日を送っている。長年の臨床経験から徐々に核心に到った事実だという。

#### 2-2) **提言** 何でも認知症のせいにして片付けてしまうことはないか？

実は、氏の著『実践パーソン・センタード・ケア』で一際私の目を引いたのが、第3章に記されていた「何でも認知症のせいになってしまうことはありませんか」であった。

そこには、家族からの相談で最も多いのが「最近何となく怒りっぽいのですが、やはり認知症が進行したんでしょうか？」といった類だというエピソードが載っている。

ここでの氏の指摘が真に鋭い。「これこそが認知症の脳神経障害のみに焦点をあてた考え方で、普通、家族の誰かがいつになく珍しく怒ったとか、イライラしていると感じたら、“何か気に障ることを言ったかしら？”とか“心配事があるのかしら？”と想像を巡らせたり、思い切って直接訊ねたりするのに、相手が認知症となると“認知症だから怒ったんだ”“認知症が進んだから先生に言わなきゃ”と、安易に[認知症]と[状態]を結びつけて自らの思考を停止させてしまう」。何の解決もしないばかりか、結局は認知症自体の症状を悪化させてしまうというのだ。

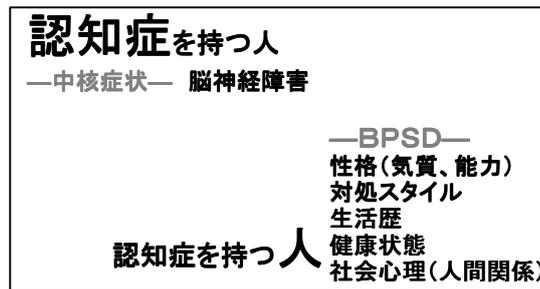
氏の指摘は家族に留まることなく、「本来認知症ケアのプロであるはずの介護福祉士や看護師、そして医師にも実はよく見受けられる傾向である」と続いていく。

この手痛い指摘には思わず唖った。まことにその通りで、私の数少ない実習経験のなかでもそういった様子は見かけていたし、かくいう私自身も「認知症のせい」「認知症だからどうしようもない」と安易に決め付け、「不穏」「徘徊」「拒否」などと記録に書いて、“思考停止状態”になっていることがなかったとは言えない。

## 2-3) 認知症の人の[状態]を示す5つの要素

では認知症の人達の[状態]は何によるものか。『パーソン・センタード・ケア』の元祖・トム教授は、以下の[5つの要素]が影響しあっているものとした。

- ① 脳神経障害
- ② 性格傾向: 気質、能力、対処スタイル
- ③ 生活歴
- ④ 健康状態、感覚機能: 視力、聴力等
- ⑤ その人をめぐる社会心理学的状況:  
社会との関わり、相互理解



この要素を知り、講演会等で何度も目にした(↑上記のような)スライドを思い出した。

「認知症」ではなく「人」に焦点をあてるという発想は、『パーソン・センタード・ケア』からきた考え方であったことを、ここで改めて認識した次第である。

## 2-4) 「認知症」の人 と 認知症の「人」

「認知症」の人と考えると、ケアは限界を迎える。そこから発生するのは「やったって無駄」という考えと、食事を与え、おむつを交換し、入浴の世話をするといった[提供]主体の“オールドカルチャー”で、結果として「いかにやめさせるか」「どのようにして押さえ込むか」という発想にしか辿り着かない。

だが認知症の「人」と捉えると、ケアの“可能性”は無限に広がる。常に「どうしてなのだろう」とごく自然な疑問を持ち続けることで、観察や洞察、想像力が身に付き、無限にアイデアが湧き出す“ニューカルチャー”に繋がっていく。そしてこの“ニューカルチャー”こそが、認知症の人の[状態]を確実に良い方向に変えると、水野氏は言う。

このように考えていくと、認知症の[状態]は決して固定したものではなく、個人の要素と周囲の関わり方とのバランスによって様々に変化することが、素直に理解できるようになる。「対応(ケア)によって良い状態にも悪い状態にもなりうる」ことが、僅かな実習経験しか持たない私にでも容易に思いつくようになってきた。

上記の内容に触れて改めて思い至ったのが、この『パーソン・センタード・ケア』を学ぶきっかけとなった一年次のグループホーム実習であり、講演会や文献等を通して知ったグループホーム運営者たちの様々な取り組みである。

## 第3章 パーソン・センタード・ケアとグループホーム

### 3-1) “ニューカルチャー”をつくり出す「グループホーム」という存在

例え認知症となっても「残された、或いは潜んでいた能力を使って、できる限り自分で生活行為を行い、普通の生活を当たり前のようを送る、そして当たり前のよう地域で暮らす」を理念に掲げ、1ユニット9名程の利用者が常駐職員と共に“なじみの関係”を築きながら日常生活を送る、認知症対応型共同生活介護。

「グループホーム」と呼ばれるここでは、様々な事情で在宅生活が叶わなくなった認知症高齢者達が「集団」となることで、家事などを補い合いながら各々の役割や社会参加を復活させて、生きる自信や

楽しみ、ひいては“本来のその人の姿”を取り戻してもらおう。

ここで重要なのは、職員のあり方だ。職員は、ともに掃除し、ともに料理し、ともに食べ、ともに買い物に行き、ともに地域活動に参加しながら、その方の有する能力をさりげなく引き出して生活全般をサポートする。そこには「あなた食べる人、私つくる人」といったケア側が一方向的に[提供]するような押し付けはなく、必要とされるのは、人としての尊厳を守る「姿勢」や利用者の能力を引き出すための「配慮」であり、実現するためには、まさに水野氏の提唱する[想像力(=智慧)]と[創造性(=工夫)]が必要となる。

これが「絵に書いた餅」ではなく「実践」されているとすれば、グループホームこそが、『パーソン・センタード・ケア』を体現するひとつの形であり、“ニューカルチャー”をつくり出していくものではないか。

一年次の実習で得た“予感”は、グループホーム運営を通して様々な取り組みを実践してきた方達の事例などを知ることで、ますます“確信”へと近づいていった。

### 3-2) 先駆的グループホーム運営者たちの言葉や実践事例から学んだこと

#### ○「認知症ケアに求められるのは、介護ではない、支援だ」－宮崎和加子氏

「ウチのホームは予定や日課が一切ない。献立メニューもない。その日に食べるものも、食べる時間も、全部利用者が決める。いいじゃないですか、遅くなったって。だって、生活なんですから」と言って、いきなりの先制パンチを放ったのが、自らが開設したグループホーム「福さん家」での暮らしと実践を語った宮崎和加子氏だ。

「職員はあくまでも黒子であるべき」と、職員の本来あるべき姿を説き、「ウチの職員は〈してください〉はもとより〈しましよ〉も言わない」と、声掛けにおける配慮や工夫をあげ、利用者が自ら気付けるように最大限の知恵を使って臨むように示唆したこの時の氏の講演は、その後の私の指標となり、現在に到っている。

#### ○「ケアは、有する能力に応じた生活をサポートする創造的な仕事だ」－和田行男氏

「小規模の中での安全・安心では駄目だ。生活感を取り戻し、住民として生きる存在を支えるのが私達プロの仕事ではないか」と説いているのが、『大逆転の痴呆ケア』で新たな認知症ケアを提唱し、『けあさぼ』でもブログを綴っている和田行男氏である。

「自己満足では駄目。食事や暮らしが病院や刑務所のような選択肢も与えられない状態にないか？ “無理だ”と諦めていないか？ 加齢に伴う身体機能の低下、認知症の進行と逃げていないか？」と、まさに水野氏に通じるケアのあり方を、今もその言葉と実践で貫いている。

#### ○「その人の生活歴、背景を考えると、その行動の意味が見えてくる」－大谷るみ子氏

「ウンチをペーパータオルで包み、ポケットの中に隠し持ってくる方がいたんです。皆さん、どうですか？ これは問題行動ですか？」と、身近にあった事例を投げかけ、問題提起したのが、九州の大牟田でグループホームを運営する大谷るみ子氏だ。

大谷氏はこの後、この利用者がかつてはトイレ掃除のプロだったこと、失行で既に排便後に水を流す行為ができなくなっていることを明かし、便の処理に困って思わず紙に包み、ゴミ箱にも捨てられず自分のポケットに入れてきたという事実を明かす。

この具体的な事例からは、認知症がもたらす実際の生活のしづらさと、それでも残される生活歴から培われた知恵、そして「利用者（認知症の人）の立場に立って」思考するという、パーソンセンタードな在り方、姿勢を学んだように思う。

施設型でもなく、在宅生活でもなく、地域密着型を謳い、地域をベースにして暮らすグループホーム。そこに本当に『パーソン・センタード・ケア』は存在するのか。

第4章では、玄関に施錠することなく、ご利用者自らが買い出しに出向き、地域のなかで当たり前で暮らすことを目指すグループホームでの卒業論文学習を通して学んだ、ケアにおける具体的な工夫やあり方の幾つかの事例を紹介する。

## 第4章 実践 パーソン・センタード・ケア

### 4-1) 卒論の実習先は、ずばり『パーソン・センタード・ケア』なグループホーム

今回のテーマが『パーソン・センタード・ケア』であることから、実習をお願いするグループホームもどこでもいいという訳にはいかなく、質の担保が必要だった。

かと言って、一年次の実習先ではあまりにも芸がないし、何より他のホームの様子も見てみたいと、さんざん悩んだ揚句に関連のホームをお願いすることとした。

ホームの理念は、「一人ひとりの心に寄り添い、居心地の良い「私の時間」と「私の空間」を過ごせるように支えあいます。このまちで、なじみの家となるように、ご近所づきあいを大切にします」 管理者自身がまさに利用者を「社会を構成する“大切な”一人の人間」と捉え、「利用者(認知症の人)の立場に立って」の思考を大切にされたホームだった。

### 4-2) 声掛けや配慮における工夫とチームケア

「自発性を引き出すには声掛けに工夫が必要」と論してくれたのは宮崎氏だったが、このホームにおけるスタッフの声掛けはどうであったか。

昼食のための調理中、ある利用者が、キッチンで「これはどう切る？」と尋ねていた。スタッフは「みそ汁に入れたいんですが、どうしましょう？」と相談する形で切り返す。「だったらこうすればいいわね」と利用者は自ら判断し、手際よく包丁を動かしていく。この利用者は台所仕事が好きで、混乱さえ未然に防ぐことができれば調理に関しては抜群の力を発揮する。スタッフは利用者が困りそうな時にだけ水先案内人となり、利用者自らが主体的に参加できるように、支援していた。

配膳準備中に、食卓からいきなり歌が聞こえだしたこともあった。職員の1人がある利用者の為に童謡を口ずさんだのだ。待つことを失った利用者が準備のバタツキで混乱しないようにとの配慮だったが、やがては本人も声を合わせ、周りも同調しての大合唱。食堂中が温かい空気に包まれ、全員笑顔のまま「いただきます」が交わされた。

「本人がどのような状態になっていようと、一緒に輪に入っていると本人が感じられるように行動すること、のけ者にされていると感じさせないようにすることが、パーソン・センタード・ケアです」とは、水野氏の2009年全国認知症グループホーム大会での言葉だが、まさにこの言葉を実感するものであった。

実は、この歌うことの好きな利用者とは私との関わりにおいては最初頭を抱えるほどの困難を極めた

ことを、ここで告白しよう。挨拶に何うだけで「うるさい!」「ばかもの!」と罵られ、すっかり怖気づいてしまったのだ。でもここで関わりを諦めてしまったら元も子もないと、勇気を出してスタッフに相談すると、すぐさま複数の人から様々な助言を頂くことができた。その助言をもとに再びその方のリズムや笑顔の出るタイミングを観察している内に、騒々しい環境が苦手なことなどに気づき、スタッフもタイミングを捉えて上手に誘導してくれたことで、その方との距離は徐々にせばまり、自ら名乗って下さったり、一緒に歌ったり、体を寄せて体中をさすって頂いたり、10日間の実習を終える頃には、私自身がすっかり打ち解けて接することができるようになっていた。

この経験は、“チームケア”のあり方を知る上でも大いに役立ち、1人なら困難を抱えたままだが、チームで連携して課題克服にあたれば、案外容易に乗り越えられることを身を持って教えて頂いたように思う。

水野氏は「利用者を尊重せよ」という傍らで、スタッフを怒鳴ったり、書類や体裁を整えることにのみ尽力していたり、指示されれば連携だと思い込んでいるのは、決してパーソン・センタード・ケアとはいえない」とも述べていたが、まさにこの[逆]を経験することで、その言葉の意味が実感できる象徴的な事例となった。

実際に今、実習を振り返ってみると、毎日が[疑問]と[発見]の連続だった。玄関は施錠していないのに出て行く者など一人もいない。そして誰かが来れば玄関に行って立ち話。買い物に誘えば二つ返事で応じ、スーパーでは車いすの膝の上にカゴを乗せて「それはアッチ、それはココ」と慣れない私を先導さえしてくれる。キッチンで物音がすれば、リビングからそそくさとやってきて、いつのまにか料理作りに参加していた。内心驚きながらも感謝を述べると、「私の仕事だから」とさも当然といった顔で言い返された。

そんな利用者の[状態]を常にさりげなく見守り支えているのがスタッフで、利用者自らが気づき行動できるようにと、例えば意図的に物音を立てたり、食器も勝手に下げずに置いておくなど、時には手を変え、品を変え、実に様々な配慮や工夫を重ねていた。確かに現場は、いつも[想像力(=智慧)]と[創造性(=工夫)]が必要とされていた。

## 終わりに

この卒論のための実習では、全てが先にあげた事例のように上手くいったことばかりではない。正直に言えば、日を追えば追うほど、そして情報が増えるほど、配慮、工夫、そしてチームとしての接し方に戸惑ったり悩んだりし、まさに水野氏の言う「逆に負担を感じ、大変になるかもしれない」という言葉を実感するものとなった。

そんななかで、利用者の方からは温かい慰めの言葉を頂いたり、歌やトランプで憩いの時を過ごさせて頂いたり、支援“する”というよりむしろ“される”ことで、「パーソン・センタード」な関わりというものを体験させて頂いたようにも思う。

“無限にアイデアが湧き出る”というには程遠いが、[想像力]と[創造性]を発揮する為の道筋、考え方や捉え方の基礎といったものが、ほんの少しではあるが見えてきた。

今回、「認知症ケア」を目指す上で避けて通ることのできなかつた『パーソン・センタード・ケア』を、こうして時間をかけて自分なりに学び、考え、実践の機会まで与えて頂いたことは、今後の就業における興味や期待に繋がる、大きな収穫となった。

思えば在学中のこの2年、初めて触れる介護の世界に不安を覚え、自分自身に求められる価値観の

転換に戸惑い、本当にやっていけるだろうかと危惧もしたが、その内「尊厳を大切にされたケア」に感動し、「ICF」に共鳴し、「介護過程」に興味を覚え、「認知症ケア」を知ってからは[疑問]と[発見]が繰り返されるその魅力にすっかりはまってしまった。

この感動と初心を忘れることなく、今後は現場で研鑽を積んでいきたいと思う。

引用文献：「実践パーソン・センタード・ケア」水野裕 著（ワールドプランニング）

参考文献：「生き返る痴呆老人」 宮崎和加子 著（筑摩書房）

「大逆転の痴呆ケア」 和田行男 著（中央法規）

参考映像：「プロフェッショナル仕事の流儀～闘う介護、覚悟の現場 介護福祉士・和田行男」NHK

参考講演：第8回認知症と向き合うフォーラム 長谷川和夫氏「認知症の正しい理解と支援のあり方」

第6回介護職員合同研修会 宮崎和加子氏「人間らしい生き方への支援の実践」

第8回介護職員合同研修会 大谷るみ子氏「まちでみんな認知症の人をつつむ」

平成24年度北海道地域人材確保対策支援事業 宮崎直人氏「これからの認知症ケア」

参考HP：「認知症介護情報ネットワーク」<http://www.dcnnet.gr.jp/about/person.html>

「厚生労働省」<http://www.mhlw.go.jp/stf/houdou/2r9852000002iaul-att/2r9852000002iavi.pdf>

「けあさぽ」<http://www.caresapo.jp/>

「静内ケアセンターだより」[http://blogs.yahoo.co.jp/bekoya\\_takashi/10480479.htm](http://blogs.yahoo.co.jp/bekoya_takashi/10480479.htm)

## 地域との関わりから学び得たこと

北海道環境福祉専門学校・社会福祉学科 竹谷 芽唯

私達はこの二年間、東川町を中心に地域で暮らす人達と様々な交流を行ない、人との繋がりとは何か、地域福祉とはどうあるべきかについて実践を通して学んできました。

私は一年次より澤谷ゼミグループ「はびねす」に所属し、様々な実践活動を行なってきました。この度実践報告としてまとめさせて頂いたのが、地域生活支援センター「ふれ愛の郷」で行なわれてきた「お茶を楽しむ会」についてです。

「お茶を楽しむ会」とは、子供から高齢者までを対象とし、茶道をもっと身近に、もっと気軽に楽しむ事を目的としたもので、月に一度地域に住まう茶道の先生方から茶道を学ぶ会で、今年で4年目を迎えた活動であります。茶道といっても、「盆手前（ぼんてまえ）」と呼ばれるお盆を使った簡略な方法で行ない、熱湯をポットで用意するなど、初心者でも気軽に出来るようになっています。

この「お茶を楽しむ会」で、私達も参加者の皆様と一緒に作法を学ばせて頂いていますが、開催の告知のポスターを作り、回覧として東川町の各町内会へお伝えする作業から会場準備のお手伝い、お茶会の前日には町内に住む和菓子職人からボランティアでお茶菓子の作り方を学び、学生の手作りでお茶菓子を用意するなど、様々な側面から会をサポートをさせて頂いており、毎回20名程の参加がある活動です。

一昨年より、小さなお子さんがいるために、ゆっくりとお茶を飲みながら世間話をする余裕の無いお母さんからの要望があり、小さな子供連れの方でも安心して参加して頂けるように、子育て支援の一つとして別室で学生が預かるシステムを作ることで、お母さん方に対する支援を考えた事で、お子さんにも茶道に触れる機会としても展開しています。

元々茶道に関わる機会すらなかった私は、最初は「先生が厳しい人なのだろうか」、「どんな様子で行なわれているのだろうか」と不安でしたが、先生方はとても優しい人ばかりで、作法を知らなかった私達にも、丁寧に作法を教えて下さいました。お茶会の合間には、参加者や先生方と世間話やお茶の話、又は、私達も知らない東川町の話などを聞かせて頂き、とても暖かい雰囲気でお茶会をしています。

この様な和やかな雰囲気の中、お茶会に参加することで私達の学ぶことはたくさんあります。その一つは、茶道に通ずる「おもてなしの心」です。「相手をもてなす」ということは、「相手のことを想う」ということだと学びました。会場の空気の入替えや環境整備はもちろん、お茶を点てる前にお茶碗をお湯で温めること、決まった作法の手順一つひとつが全てはお茶を飲む相手に美味しいお茶を飲んでもらうために行なうことなのです。

その他にも、お茶会から学んだことがあります。それは「人との繋がり大切さ」です。お茶を指導して下さる先生方や参加者そして私達。例えお茶会の時にしか関わりがなくても、みんなでお話をしたり、皆で子供を見守っている会の様子は、まるで昔の家庭の様子を見ているようです。

現在は、核家族化が進んでいるため私達学生も含め祖父母と離れて生活している家族がほとんどです。また、両親の共働きも増加しており、家庭がかつて持っていた子供の成長を見守る役割は、幼稚園や保育所に頼っているのが当然の時代になっています。その他にも、近所付き合いも薄くなってきている時

代だといわれている現代において、私はお茶会の様子を見て、地域の人々同士のあるべき姿を見ているような気がしています。

また若いお母さん方の悩みとして、かつては家庭の中で学べていた子育てについての知識が、核家族化によって親の学ぶ機会が少なくなり、子育てに関する知識・経験不足から、子育てに対する不安を抱える親が多くなってきていると聞きます。これからは、子供を育てる母親を支える支援である「子育て支援」だけでなく、母親と共に子供が育つのを支援するいわゆる「子育て支援」の体制が地域の中でより一層必要になると私は考えます。

お茶を楽しむ会で、私は人と人との繋がりがいかに大切であるか、そして、人との繋がりはどんな時代になっても、昔から変わることなく必ず存在するのだということを学びました。

私は、地域支援活動を通して、人との繋がりとはいかに、地域での人との関わりとはどうあるべきかを学ぶことができました。そして、人との繋がりから、人は成長することができると思いました。

私は、学校に入学して、多くの人々との出会い・福祉・地域との繋がりと、さらには自分自身についても学ぶことができ、成長することができました。人との出会いによって、人は成長し、お互いに高めあえることができると思います。

私はこの2年間を振り返り、この地域支援活動ならびに、地域生活支援センターの役割の大きさと、そこで学べたことのありがたさを実感しています。今福祉に従事する者のこころを育てるための実践の場で学んだ者として、福祉の現場にこれから社会人として飛び立とうとしている者としての役割と期待は大きいでしょう。ふれ愛の郷が出来て5年、特別カリキュラムとしての地域支援活動が始まって5年になりますが、これからも「お茶を楽しむ会」が地域に開かれた活動になる様、地域と共に歩いていく活動になる様、期待しています。

これから福祉従事者として、一人の社会人として、私はこの学校で学び得たことと、人との繋がりを大切に、今後も人として成長できるように頑張りたいと思います。

発行日 平成25年4月8日 初版第1刷発行

発行所 特定非営利活動法人  
日本福祉教育支援センター  
〒065-0005  
札幌市東区北5条東8丁目1番35号  
環境福祉総合センター内  
TEL(011)731-0778 FAX(011)731-0765

発行者 河部 輝幸