

小規模多機能型居宅介護事業所
(小規模多機能ホーム)

事例1

地域に見守られて ～いつまでも自宅で過ごしたい～

息子夫婦や昔なじみの近所の人たちに見守られながら一人暮らしを続けていたハツさんですが、最近自分の家と間違えて近所の家勝手に上がり込んだりして、迷惑をかける行動が見られはじめました。

心配した近所の人々の勧めもあり、家族に連れられて病院を受診したところ認知症であることがわかりました。息子夫婦はハツさんを引き取ることや施設入所も考えましたが、ハツさんの住み慣れた自宅で暮らし続けたいという思いを尊重して、小規模多機能ホームを利用しながら見守っていくことにしました。

時々、家を間違えたり、ものがなくなると大騒ぎをすることもありますが、近所の人や民生委員がじっくり話を聞くことで落ち着きを取り戻しています。しかし、地域の人たちでは対応できないくらい興奮している時などは小規模多機能ホームに連絡が入ります。そんな時私たちはすぐに「訪問」してハツさんの話をじっくりと聴いています。そのあと、いつも見守ってくれている近所の人たちとも情報交換し、互いをねぎらっています。

認知症の方が一人暮らしを続けていくためには家族や事業所だけでは支えられません。隣近所など地域の人との緊密な連携があって初めて可能になると思います。

私たちの小規模多機能ホームでは、「訪問」や「泊まり」など状況に応じた柔軟な対応を心がけて、「地域あつての私たち」を合言葉に地域の人たちからも信頼される事業所をめざしています。

ポイント

小規模多機能ホームを中心とした支援により、やや高度の認知症の状態でも地域での生活が継続できている事例です。小規模多機能ホームは、「通い」、「訪問」、「泊まり」などを組み合わせて柔軟なサービスを提供することで認知症が中等度から重度になっても住み慣れた地域での生活が続けられるように支援します。

地域に開かれた運営が基本で、地域の人との連携により認知症の人が住みやすい地域づくりに大きな役割を果たします。



用語＜民生委員＞

民生委員とは、住民の社会福祉の増進に努めることを任務とし、地域住民の相談・指導・調査などの活動や福祉施設の業務への協力活動などを行う人です。民生委員は、民生委員法により県知事が推薦し厚生労働大臣から委嘱されます。任期は3年です。また、民生委員は、児童福祉法により児童委員を兼ねることとなっています。



事例2

一人暮らしを支えるために ～その人の生活習慣を守りつつ～

77歳のフミ子さんは、数年前に夫が他界してから一人暮らしをしています。生前の夫は酒を飲んで暴れ、親戚や近所の人からも関わりを拒まれていました。そのため、フミ子さんも親戚や近所の人達とは疎遠になっていました。

フミ子さんは、週に一回、近所に住む民生委員に準備を手伝ってもらって、公民館でのミニデイサービスへ通っていました。しかし、ミニデイサービス以外の日は、窓を閉め切った室内に閉じこもっていることが多く、脱水で倒れているところの様子を見に来た民生委員に発見されることもありました。

そこで民生委員から相談を受けた地域包括支援センターの紹介で、小規模多機能ホームの利用がはじまりました。

サービスを提供していくにあたっては、これまでのフミ子さんの慣れ親しんだ生活習慣を崩さないように心がけました。まず「通い」のサービスでは、フミ子さんが庭の草むしりを終えて出かける準備ができた頃を見計らって迎えに行き、帰りたいう時間に送り届けるようにしました。また帰宅後には、「訪問」のサービスとして職員が自宅に伺い、水分摂取の声かけをしたり、窓を開けて室温を下げるように気を配りました。

それでも、夕方から夜にかけて発熱するときなどは、夜9時ごろから「泊まり」のサービスを提供したりします。フミ子さんの体調によって、翌日の朝帰ることもあれば、夕方帰ることもあります。このように小規模多機能ホームの特徴を生かして臨機応変に対応していきました。

また、疎遠になっていた親戚と連絡をとって関わっていただくようお願いし、定期受診もできるようになりました。お薬は小規模多機能ホームで預かり、「通い」の送迎時や「訪問」の際に届けることで、定期的に服薬できるように支援しています。

現在では、本人が家にいないときには民生委員から小規模多機能ホームに連絡があり、宿泊しているかどうかの確認があったり、疎遠だった親戚や近所の人も徐々に関わりを取り戻してきています。

ポイント

小規模多機能ホームの特徴を生かし、利用者の状態に応じて臨機応変な対応が行われている事例です。

脱水症は高齢者の心身の状態に大きな影響を与えます。認知症になると自発的に水分を摂取し室内の温度を適切に調整して脱水症を予防することが難しくなります。お薬の管理も自分ではできなくなります。

家族や地域の人と連携し柔軟な対応で認知症の人の地域での生活を支援している好事例です。

メモ

用語<ミニデイサービス>

地域ミニデイサービスとは、在宅高齢者等の生きがいつくり、社会的孤立感の解消、健康維持、閉じこもり防止などを目的に行われているサービスでレクリエーション等の活動を行うものです。

参加対象は、おおむね60歳以上の各地域の高齢者及び要援護者で、活動は主に地区の公民館となっています。

メモ

用語<地域包括支援センター>

「地域包括支援センター」は、地域における高齢者の生活を支える役割を果たす総合機関として平成18年4月の介護保険法の改正に伴い創設され、市町村又は市町村から委託を受けた法人が設置しています。高齢者や家族などからの相談に応じ適切なサービス、制度の利用につなげる「総合相談・支援事業」や「介護予防マネジメント事業」、個々のケアマネジャーの支援困難事例などへの助言等を行う「包括的・継続的マネジメント事業」、高齢者の尊厳のある生活を支援する「権利擁護事業」など行っています。

事例3

一人暮らしを支えるために ～毎日の「泊まり」で生活が整ってきた信二さん～

65歳の信二さんは一人暮らしをしています。信二さんは毎日のように尿失禁があり、全身尿臭を漂わせていました。一人で買い物に行ったりもしますが、尿で汚れた状態で、問いかけに対しての反応も悪く無為に近い状態でした。その他の時間は、1日中じっと天井を見て横になっていることがほとんどでした。また、寝たばこで畳や布団を焦がすことも多く、火事が心配される状況でした。

そんななか、平成20年2月から当小規模多機能ホームの利用が始まりました。利用開始当初は日中の「通い」と「泊まり」のサービスを利用していましたが、施設に滞在する時間が長いとストレスがたまり、怒りの表情が見えたため、6月からは毎日の「泊まり」と、家事援助や入浴介助のための「訪問」に切り替えて対応しました。

本人が排泄をしたいような素振りをしたときや食前、就寝前などタイミングを見計って排泄の誘導をしました。また喫煙場所を決めて、トイレや食事の後は「たばこは？」と問いかけて喫煙場所に誘導し喫煙してもらいました。今ではたばこを吸いたいときは、自分から「たばこ」と職員に声をかけ喫煙場所でたばこを吸うようになりました。また、失禁もなくなり、定期的な入浴により衛生状態も改善しました。何よりも意思表示ができ、冗談まで言えるようになったことがうれしく思います。

日中は、自宅から500m位離れた昔なじみの場所に散歩に行くこともできるようになっています。

この事例は本人の希望に沿って、自由に過ごす時間を多く作ったことと、好物のたばこを禁止しなかったこと、また、職員の声かけや顔見知りの利用者が多く周りが温かかったことが状況改善のポイントだと考えています。

ポイント

認知症になると生活がだらしくなり、入浴や更衣を怠り身の回りの清潔を保つことができなくなります。意欲がなく終日ぼんやりと過ごすことが多くなり、一方で寝たばこや火の不始末がみられ火事の心配が生じます。

このような事例に対して丁寧に支援することで生活が整い、冗談を言ったり散歩をしたりするなど活動性が回復していく様子がよくわかります。

喫煙は健康面への配慮や火災防止などの理由から禁止しがちですが、そうせずに利用者の生活習慣を大切にしながら関わり続けたことも支援が円滑に進んだ要因だと思われます。



事例 4

安心して暮らせる環境作り ～言葉を取り戻してきている事例～

87歳の春子さんは平成16年頃から認知症の症状が現れました。そして平成19年に骨折して入院したことをきっかけに症状が悪化して意思疎通が難しくなりました。現在はお薬で治療しながら長女と2人暮らしをしています。

小規模多機能ホームの利用を始めたころは、意思疎通が難しいために奇声を発したり、入浴時の介護への抵抗なども多くみられました。そこで春子さんが安心して過ごせるように、ホールにいる時も誰かが必ずそばにいて、手を握るなどして寄り添って過ごすようにしました。

食事のときには一口一口「ご飯ですよ、お味噌汁ですよ、おかずですよ」と声をかけ、春子さんが「ご飯、味噌汁、おかず」と反復するのを待って口へ運ぶようにしました。

また、春子さんが不安なときは、「えんどうの花」や「夕焼けこやけ」など春子さんが落ち着く歌を職員が一緒になって歌うことで安心できるようにしました。

利用開始から約半年、現在は奇声や介護への抵抗はほとんどありません。入浴もスムーズです。最近、長女が「しばらくぶりに名前を呼ばれた」と感激していました。言葉数も増えてきており、ゆっくりではありますが本人が言葉を反復するのを待って対応することで、意志の疎通が取れるようになってきました。トイレに行きたいときは「トイレ」と知らせてくれることもあります。

春子さんにとって安心できる環境を作れたことで、少しずつですが意思疎通の改善につながったのではないかと思います。

ポイント

認知症が進行すると、会話が減り言葉も失われてきます。重度の認知症の場合には、意味不明な独り言や大声、奇声がみられることも少なくありません。しかしどんなに認知症が重度になっても感情の心は残っています。不安になると落ち着きがなくなり態度や奇声から不安な様子が伺えます。

不安を和らげ安心するように接すること、一言ひと言、丁寧にわかりやすく声かけすることで、わずかですが変化がみられることがあります。事例はそうした丁寧に心あたたまる介護の様子がよく伝わってきます。

メモ

用語<介護への抵抗>

認知症の方には、入浴や着替えなどの介護を嫌がり抵抗することがありますが、型にはめられることが不満だったり、動作手順がわからず不安になったり、水への潜在的な恐怖感などから生じると考えられています。



本人の気持ちに寄り添って ～引きこもりへのアプローチの継続～

週に3回の「通い」のサービスを利用していたミツさんが、ある日突然、通所を強く拒否するようになりました。家族も職員も、すぐに「通い」のサービスを再開できるものと考えていましたが、2週間を過ぎても、ミツさんの通所拒否は続きました。その間、ミツさんは食事量も減ってきて、体力低下も見られ始めました。そのため、ケアマネージャーを中心に担当者会議が開かれ今後の方針を話し合いました。

しかしミツさんがなぜ急に通所を拒否するようになったのか理由ははっきりせず、認知症の進行による意欲低下が疑われました。家族の意向は「通い」には参加してほしいが、無理強いほさせたくないということでした。また、内服治療ではより意欲低下が出る可能性があることなどが話し合われました。

その結果、しばらくの間、朝の「訪問」で声かけ（外出への誘いかけ）を行い、本人が外出したいと思うまで様子を見ることになりました。

その後も2週間程、ミツさんの引きこもりの状態は続きました。ミツさんは食事をほとんど摂らず、歩行もふらついていて危なく、また、入浴もせず不潔になっているため、多少強引でもいいので外に出してほしいと、家族から相談がありました。

後日、朝の声かけの後、スタッフが介助しながらミツさんを座らせ、手を引いて歩行させるとそのまま送迎車に乗車することができました。小規模多機能ホームに着いた後も、家に帰りたいと訴えましたが、スタッフがじっくりとミツさんの話を聞きくことで、比較的穏やかに、過ごすことができました。入浴も工夫して入ることができました。1週間程同じような対応を続けると、徐々に、以前と同じように、拒否することなく通所できるようになりました。現在では、食事量も少なめではありますが以前よりは食べられるようになり、体力も回復してきました。また、小規模多機能ホームでの活動にも参加できるようになり、個別に対応することが少なくなってきました。

顔なじみの職員が、粘り強く声かけ、誘導することで、引きこもりの状態から、ミツさんは再び「通い」に参加できるようになりました。

ポイント

認知症の症状にはすべて本人なりの理由があるといわれています。しかしいろいろと理由を考えて対応を工夫しても原因が分からないまま経過していき、結果として病状が悪化し活動性の低下や心身の機能低下を生じる場合があります。

事例では経過中に通所拒否、引きこもりなどが生じてきました。試行錯誤の結果、通所をしづる利用者を上手に介助し丁寧に対応することで引きこもりの改善が図られています。事例との関係を大事にしながら顔なじみの職員が根気強く関わり続けることの大切さが理解できます。

メモ

用語＜ケアマネージャー＞

ケアマネージャー（介護支援専門員）は、平成12年4月に施行された「介護保険法」に基づく資格です。

ケアマネージャーは要介護者等からの相談に応じ適切な介護サービスが利用できるよう、介護サービス計画（ケアプラン）を立てたり、市町村、介護サービス事業者や施設との連絡調整を行います。

地域のネットワーク

～島だからこそできる、島でしかできない事をみんなで～

外出が大好きな昌子さん。昼夜問わずにお出かけ。小規模多機能ホームの活動だけでは物足りないのかひょっこり外へ出かけることがよくあります。そんな時、小規模多機能ホームの職員だけでは対応が難しいので、以前からよく知っている島民の方々、駐在所のおまわりさん、消防署の職員、島の子どもたちなどに声をかけておき、昌子さんが散歩しているときはそれとなく様子を見てもらうようお願いしています。それで安心して、昌子さんには自由に外出してもらっています。

ただ、小規模多機能ホームが海の近くという事もあり、安全な場所までは本人に気付かれないよう職員が後をつけ見守っています。安全な場所まで来るとあとは地域におまかせ。あとで地域の方からの連絡を受け昌子さんを迎えに行きます。たまには地域の方が小規模多機能ホームまで送って下さることもあります。昌子さんも自分の行きたい所に自由に出向き、島の人たちとの交流を楽しんでいるようです。

こうして書くとてもスムーズに対応できているように見えますが、小規模多機能ホームを立ち上げるまでの約4年間、私たち職員が地域ボランティアとして地域の活動に積極的に参加したり、島の住民の声を拾い、島の高齢者が何を望み、どんなサービスを必要としているのか、ニーズ調査を行ったり、地域の方たちと話し合いを重ねてきたことが功を奏しているのだと思います。

時には失敗することもあります。島で暮らす住民一人一人の心が確実に編みなおされていく手ごたえを感じワクワクしています。

ポイント

認知症とともに暮らすことは、ご本人にもご家族にも地域の方にも現実にはさまざまな困難があります。それでも、認知症になってもそれをあるがままに受入れて認知症とともに地域で暮らす、自分の行きたいところに自由に行き、地域の人と交流する。認知症の人とご家族にとっての理想的な過ごし方です。

離島の生活は人々のつながりが深く、認知症の人が地域を散歩していることを温かく見守ってくれています。周りの人が認知症の人を温かく受け入れて見守っていただけるよう小規模多機能ホームが積極的に地域の人とのつながりを深める活動をしてきたことが功を奏しています。この島に限らず、どこの地域でも認知症の人とご家族が安心して過ごせる社会になることを願います。



