

新人教育論

2000年3月

目次

序章	3
第1章 新しい発想を考える	6
残存能力と個性	
おむつ交換を行うのはなぜか	
おむつ交換中心介護からの脱却	
第2章 想像力を広げる	10
高齢者の人生をイメージする	
想像力を高めるために	
想像力を高めるための検討例	
第3章 集団から個人へ	13
働く側の集団から個人へ	
目標と目的	
高齢者の個を認識する	
第4章 ケアを考える	15
ケアと介護	
ケアの意味	
ケアの種類	
ケアをしあう	
別の視点からのケア	
第5章 痴呆を理解する	1
痴呆の人の声を聞く	
痴呆を分析する	
その他の分析	
第6章 老人の時間を考える	22
老人の時間の流れを理解する	
時間を共有する	

第7章 働きがいを考える 24
 働く喜びを感じる
 その他の楽しさ

補論 療養型病床群について 26

終わりに 27

参考文献一覧

付録 高齢者体験企画

序章

とある病院を見学していたときのこと。食事の時間に患者様の1人が突然「こんなまずい物が食えるか。ああまずい、まずい。」と大きな声で叫び始めた。当然のことながら周りに少しばかりいやな雰囲気が漂う。けれどもそれを近くで聞いていた婦長がごく自然にひとこと。「いい感じ・・・。」

このことをどう受け止めるかは人それぞれだろう。ある人は「この患者はなんて事を言うのだ。」と思うかもしれないし、ある人は「おもしろいやん。」と思うかもしれない。はたしてどのように感じる事が正解であるかという事になれば、そこには議論の余地があるだろう。ただ私にとってはすぐそばの出来事であったので、最初は驚きもしたけれども、婦長の「いい感じ」という一言によりほっとした。というよりもそこに流れ始めたいやな雰囲気から何か素敵な雰囲気に変わったことに安心したということの方が正しいだろう。

ところ変わって某病院での出来事。おむつ交換の時にベテランヘルパーが患者様に向かって「〇〇さんオムツ変えるからハイ、バンザーイ。」と叫んでいる。そして若いヘルパーの人も同じようにおむつ交換の時に患者様に向かい「はいバンザーイして。」と叫んでいる。その場では私は「オヤッ？」何故みんなそんなことを叫んでいるのだろうと思った。そしてあまりいい気分はしなかった。もちろんそこにはよい雰囲気も感じなかった。

ここでこの「バンザーイ」と言うことについてそれが良いことであるのか悪いことであるのかそれを検討することは差し控える。ただ取り上げてみたいのは、若い人達のほとんどが（何も考えずに？）そのまま上の人達のやり方を受け継いでいるということである。

私たちは仕事において多くの場合先輩や上司の人達からどのように進めていけばよいのかを教わる。あるいは上の人達のすることを私たちは見て、見習ったり取り入れたり、（良い意味で）盗み取ったりする。そうすることによって私たちは仕事を覚えていき、また上達していく。

しかしながら、もしこれまでの仕事のおこない方よりもより良い方法があった場合、もしくはこれまでの方法が間違いであった場合、私たちはそれを提案する、あるいは正す必要がある。そうすることによりこれまでの仕事の能率（効率）が良くなり、それは仕事もしくは組織に対して利益をもたらすことになる。また間違いを正すことにより、組織に対する損失を防いだり、新たな利益をもたらす機会を提供することになる。それは医療福祉施設でいえば、患者様に対してより良い生活を提供することになったり、また働く者にとってもよりよい労働環境などを提供することに繋がるだろう。

さてそれでは私たちがより良い方法や、間違いを見つけだすためにはどうすればよいだろうか。まずはなんとんでもそのことに気付くことである。それと同時に人や物事に対して工夫できることはないか、より良き方法はないかという意識をもつこと、すなわち「考

える（考えようとする）」ということである。

「考える」という行為のひとつは物事に対してまず何かを感じそこに疑問を持つ。そしてその疑問に対しての解答を探すということであろう。もちろんそれによって答えが見つければよいが、いつも見つかるとは限らない。けれどもそのプロセスこそが「考える」ことであり、それを続けることは非常に重要なことである。

何かを感じるためにはまずは感じるためのフィルターが必要である。そしてその感じたことを疑問にする機械があり、それに解答を探し出すという機械を操作する能力すなわち「思案すること（考えること）」が必要である。

漠然ではあるけれども、現在多くの人がこのフィルターがかなり汚れてしまっているか、フィルターが破れその穴が大きくなってしまっている、あるいは元々のフィルターの目が大きすぎるのではないだろうか。またフィルターが正常であったとしても機械の操作方法をあまり理解していないのではないかと思う。それ故に、物事がフィルターのところまで止まってしまうか、フィルターを素通りして機械の中に入ってしまう。もしそのフィルターを素通りした物が機械の処理能力を超えるものであれば、機械は傷んでしまうだろうし、また処理能力の範囲であったとしても、機械の操作のしかたを知らなければ何もならない。そして結局は何もできていない製品もしくは未完成の製品ができあがる。もしそこに製品チェック機能がなければ、それをそのまま顧客に売り出すということになる。

この比喩に対する問題解決は明瞭である。まずはフィルターを掃除するか、そのフィルターを交換することである。そして機械の操作方法をきちんと教えることである。更に付け加えるならば、できあがった製品のチェック機能を強化することであったり、機械を定期的にメンテナンスする事である。

しかしながらこの比喩的表現から「考える行為」と具体的にするとその問題解決はかなり難しくなってくるし、大がかりなことになる。どのようにして感じ取るフィルターを掃除するか、または交換するか。そしてどのようにして「考える」という機械の操作方法を教えるか。

広義の意味で「考える」ということに関してとらえるならば、そこにはその人のこれまでの（人生）経験、教育、育ってきた環境など様々なことを論じ、挙げ句の果てにはこの国の（教育）システムを変えていくということまで考えなければならぬだろう。ある意味においてはそれを考える必要性もあるだろう。しかしそのことを考えることがこのレポートの主題ではない。今問題にしたいのはいかに医療・福祉の施設の中で働く人々が現状について感じ考え、どうすればよりよい施設を作り出していけるかということである。

さてそれでは施設の中でどうやってこのフィルターを掃除するなり交換していくか、またどうやって機械の操作方法を教えるかということになると、ひとつは少しずつ教育をしていき今ある思考の方法を徐々に変えていくことである。しかしながらこれはかなりの時間を要する。一般的に考えを変えていくということは難しい。特に人は年齢を重ねると

に、またはその職場に長くいるにつれ思考形態は固定化していき、新しいものの考え方や新しい方法などを受け入れにくくなる。

しかしながらものの考え方などを受け入れやすい時期がある。それはその物事に対して初めての時期である。施設内と言うならば、施設の中で働き始めた時期である。この時期新入職員はまだ仕事の内容や仕方を知らないためにほぼ何でも受け入れようとする心を持っている。またそれは年齢が若ければ若いほど素直に受け入れようとする。

この時期により良いものの考え方や方向性を与えておけば、良い仕事をするのは当然の事ながら、ある時期が来て自分なりの仕事に対する価値観を持ち始めたころにこれまで以上のアイデアや、概念を持つようになるのではないだろうか。たとえ新しいアイデアや概念を生みださなくとも、今あるベストのものを教えておけば、もしそのまま受け継いだとしても間違ったことをする事はないだろう。

高齢者医療福祉施設はこれまで労働力確保のために、向こうからやって来てくれる人は誰でも受け入れるという状況が続いていたと思う。しかしながらそれが施設内の状況を利用して高齢者にとってあまり望ましくないものとしてきた傾向があると思う。

本来高齢者医療福祉施設での仕事は体力を非常に要求するものであるし、また非常に考えることを要求する仕事でもある。しかしながら先の状況のためにこれまであまりに安易な方向ばかりに考えがいていたのではないだろうか。

しかし現在高齢者介護の分野は非常に注目される分野となってきた。それは言い換えれば非常にいい人材が確保できるようになってきたということであり、大きなチャンスが到来しているということである。しかしこれまでの仕事のやり方をそのままこれまで通りに伝えていたならば、せっかくの人材を活かせないことになってしまう。

今現在必要なことはいかにこれからの働き手を良い方向に教育していくかということではないだろうか。そしてそれは一方的に知識を詰め込むということだけではなく、いかに自分自身で考え判断ができるようになるかという教育であり、双方向通行の教育であろう。

以下に述べるのは私が現段階で考える、いかに新人に考えることのできる「働き手」になってもらうか、あるいは良い方向性を持って考えてもらう人になってもらうかの理論や方法を述べたものである。

第1章 新しい発想を考える

施設の中において未だに安静こそが大切であると考えているところがどれほどあるのだろうか。もしくは寝かせきりを防止することこそ大切であると分かっているながらも、結局は寝かせきりにしているところがどれだけあるだろうか。きっとかなりの数に上るのではないかと思う。

「寝かせきり防止10箇条」と書いてあるポスターが色あせ破れかけながらも廊下や部屋の壁に貼られているけれども、働く職員の誰もがそのポスターの前を素通りしている。そして高齢者の家族はそのポスターを見てなるほどと思いながら、「じゃあこの施設はどうしたのかしら？」と疑問を持ちながらも黙っている、そんな光景を目にする施設がまだまだ数多くあるのではないだろうか。

現在も多くの人が施設の中に入っている高齢者はもう何もできない人達だと思っているのではないだろうか。もしくは（病院）施設の中に入っているのだから（すなわち患者であるのだから）何かをさせてはいけないと思っているのではないだろうか。そしてすべてを自分たちでやってあげなければいけないという気持ちがいつの間にか慢心化して「わたしたちがあなた方の世話をしているのだ。」という気持ちになってはいないだろうか。「いや私はそんなことはない。」といえる人もいるだろうけれども、（優しさからか）すべてをやってしまうために、知らず知らずのうちに何もできなくなるあるいは何もしなくなる老人を作り出してしまっているのではないだろうか。

介護保険の始まりによって、高齢者ケアは大きく変わらなければならない。これまでの入れってもらっているという施設利用者が一番低い地位から働く者と対等の地位へ、そして利用者うちの施設を選んでもらうという立場へと変わっていかなければならない。

それは施設はこれまでの古い概念のまま運営していたのではいけないことを意味している。そしてこれまでどうにもならないとうやむやにしていたことをはっきりとさせなければいけないことも意味している。今必要とされていることはこれまでの高齢者介護の概念（価値観）にとらわれずにいかに新しい（？）概念を現場に取り入れていくかということである。

残存能力と個性

高齢者は安静が大切であるとして寝かせきりにしてしまったり、何もできない人だろうとか、何かをしてもらうのは大変だろうと思いつべてをやってしまうことによって、高齢者の残された能力すなわち「残存能力」までも潰してしまっている。確かに年齢と共に彼らのできる能力は減少していく。また脳卒中などで倒れ半身不随になったいわゆる障害を持った高齢者はできることが限られてくることも確かである。

けれども彼らはすべての能力を失ってしまったのではない。人それぞれの症状によるけれども、時間はかかるがまだ1人でご飯が食べられる、服のボタンはとめられる、ポータブルトイレがあれば1人で排泄ができる。あるいはそれらを人の手を少し借りればできるという能力は残されている人が多い。

今必要とされているのは高齢者に残された能力をいかに維持し活かしていくか、あるいはできるならばどれだけ回復させられるかということである。そしてそこからいかにその人の新たな個性とするかということである。そのことをケアする側は考えていかなければならない。

残存能力を活かすためにはまずはその人にどれほどの能力が残されているのかを知る必要がある。その為には能力を測定し、評価する必要がある。現在様々なケアプランの作成に関する書籍が出版されている。あるいはコンピューターに必要なデータを打ち込めば、その高齢者に必要なケアプランがでてくるようになっている。それを使って高齢者一人一人を評価作成するのも良いことであると思う。けれどももしもっと考えられる人材を作っていくならば、ある一定の方向性を与えておき、ケアする側自身で能力測定と評価をする方法を考え出してみるのも良いのではないだろうか。

おむつ交換を行うのは何故か

高齢者施設で働きたいと真剣に考えている人がいるとすると、(特に男性の場合)よく不安に思うことははたして自分におむつ交換ができるだろうかということではないだろうか。実際に現場では1日にオムツを何度も交換しなければならないし、はっきりいってあまりきれいな仕事ではない。けれどもおむつ交換は施設の仕事という意味だけでなく、高齢者にとっても重要なことであり、私たち働く者は決しておろそかにできない業務である。

しかしながらいったいおむつ交換が好きで好きでたまらないという人がどれだけいるだろうか。もしそういう人がいれば、それはよほどの便について学びたいという研究者かあるいはマゾっ気のある人だろう。誰だって本当は人の便など見たくもなければ触りたくもないというのが本音ではないだろうか。高齢者自身も本当は他人に自分の便など見せたくないましてや自分の陰部など見せたくないだろう。

では何故私たちはおむつ交換を何度も行うのか。ひとつはそれが仕事であり義務だからである。しかしながらもし義務感だけでやっているだけならその人はいい加減にしかおむつ交換をやっていない可能性もある。実際おむつ交換は慣れてしまえばいくらでも早く終わらせることができるのだから。

ふたつめはその人の気持ちになってみれば(早くオムツを)交換してあげないとかわいそうだという気持ちである。一体どれだけの人がもし自分の体に便がいっぱいついたときの気持ちを想像したことがあるだろうか。たとえそれを想像しなくても、誰もがおむつ交換をしているときに便が自分の手についたならば終わった後すぐに手を洗いたいと思うだろうし、実際にそうしているだろう。もしそれが自分の便であったとしてもそうだろう。

それはきっとおむつ交換をしてもらった高齢者だって同じだろう。

そして三つめはおむつ交換をした後の高齢者のさっぱりした顔や笑顔を見るため、もしくは「ありがとう」という言葉を聞くためである。たとえ言葉を発せられない人、表情の変化に乏しい人のおむつ交換をしたときでも、これでこの人もさっぱりしただろうという気持ちになれるからである。そこにはその人へと自分への喜びがある。これによっておむつ交換のやりがいはいはでてくるのである。

おむつ交換中心介護からの脱却

高齢者介護の仕事のメインのひとつはおむつを変えることにあるのは違いないけれども、それでは何故彼らがオムツをつけなければならなくなったかを考えてみると、脳卒中などで倒れてからだが不自由になった、痴呆がひどくなり（尿意が）分からなくなった、リュウマチにより立てなくなったとか、骨折をして寝ていなくてはいけなくなったなどがあげられる。

それらはその人がベッドに寝ている時間が長くなり始めたときであり、何らかの原因で病院へ入院をしたときからであるということが分かる。しかしながらこの時期に本当にオムツを必ずつけなければいけないのだろうか。

ここでオムツを付けなくても良いためにはどうすればよいのか考えてみると、まずはベッドに寝ている時間を長くさせなければよいのではないかということがあげられると思う。もちろん倒れた直後の人や、骨折した直後の人をベッドに寝かすなどいうのではなくて、現在よくいわれている急性期から慢性期へと移った高齢者に対してである。

また入院したときからオムツが始まるというのは、入院したときは急性期に当たり安静が大切であり、そのときはオムツをするというのは仕方がないのかもしれない。しかしながらこれもやはり症状が安定してきたころすなわち慢性期に入ってきた時のことを考えてみるとどうかということになる。

ところでもう一度何故オムツをつけなければいけなくなったかを繰り返し述べると、それは急性期の病院で安静にしておかなければならないときであり、このときはオムツをつけることは仕方がないのかもしれない。しかしながらこのときつまり病気になりベッドの上での生活を始めたときに尿意も同時に失われてしまったかといえば、よほどひどい状況ではない限りそうではないと思われる。すなわち彼らは入院直後は仕方がなしにオムツに排便をしているのが実体ではないだろうか。実際オムツをつけた高齢者に尋ねてみると、尿意はあるとはっきり言う人もいるし、事実便がでたのでオムツを取り替えてくれと言う人も多くいる。そして痴呆のひどい人も時にはトイレに行かせてくれと訴えることがよくある。すなわち多くの場合自分自身だけの力ではトイレに行けないから仕方なくオムツにしているのであり、誰かの手助けがあればオムツにしなくてもすむのである。

ではなぜ彼らは急性期の後も慢性期もオムツをつけ続けるのであろうか。ひとつは急性期の中にオムツに排泄をするということを強制的にならされてしまったからであらう。そ

してもうひとつは働く者が、オムツにしてもらった方が楽だという怠慢である。

しかしながら前にも書いたが排泄というのは人間の尊厳に関わる部分である。どんな人だってトイレに行って用を済ませたいというのは当たり前の感覚であろう。確かにベットにいる人や、車椅子に乗っている人を便器に座らせるのは大変な作業かもしれない。けれども本人のことを考えればそれをしてあげるとというのがケアではないだろうか。

そしてまた寝たきりにしておむつを変えていけばそれは始めの内は楽な作業かもしれない。しかしながら寝かせきりでは必ずといっていいほどその人の手足は拘縮し始める。そしておむつ交換がだんだんと大変な作業となってくる。

ここで考えてみてもらいたい。日頃寝かせきりを防いで体を動かしてもらい、移動の際も彼らの力を利用して介助やトイレ誘導ができる状態と、寝かせきりですべて私たちが全面的に解除しながら、おむつ交換もだんだんと大変になるという状態を。もしあなたがだったらどちらを選ぶであろうか。そしてもしあなたがケアを受ける立場になればどちらが良いであろう。

このことを考えれば長期的な目で見ればある意味ではトイレ誘導の方が楽だといえないだろうか。たとえ楽でないとしてもどちらの方が高齢者の笑顔が見られたり、満足感が得られるだろうか。

もちろん体が拘縮してしまっており、また意志表示もできない人にはトイレ誘導は不可能であろう。その場合はオムツが必要だろう。しかしながら便がでるとか意志表示のできる人に対しての排便ケア、(毎回)意志表示はできないけれども、便座に座ることのできる人の排便ケアはトイレ誘導するべきではないだろうか。

また別の視点で考えてみるならば、介護保険の制度下ではオムツ代は保険料の中に含まれており、今までのように別途に請求はできない。すなわちこれはトイレ誘導を行った方がコストの切り下げができるということではないだろうか。

始めに書いたがトイレ誘導は残存能力を活かす行為でもある。トイレ誘導、排泄を自分で行う能力の取り戻しによって、そこから私たち働く者がより良い工夫や、新しい発想を生み出すのはよい施設を見れば一目瞭然である。

繰り返して言うならば今必要なのはいかにこれまでの古い概念を捨てるかということである。そしていかに新しい発想を生みだしてそれをとりいれ、高齢者のQOLの向上につなげるかということである。このことはまた別の意味ではいかにこれまでの考え方を捨てて、当たり前に考えるということかもしれない。自分の親や自分自身が今のやり方を受ければどんな気持ちになるだろうかということを考えてみると、自ずと良いか悪いかの答えはでてくるのではないだろうか。またいかに自分自身のこととして考えさせるかということも教育のひとつではないだろうか。

第2章 想像力を広げる

さて私たち施設で働いている者と、高齢者の間には大きな年齢の隔りがある。たとえば60歳の者が施設で働いていようとそこには10年20年以上の隔りがある。ましてや20代30代の者では2倍3倍以上の隔りがある。

彼らはどのようなことであれ私たちの何倍もの経験を積み重ねており、何倍もの人生を生きてきている。そして彼らにはどのような人生があり私たちは決してそれを否定することはできない。私たちは彼らがどのような人生を歩んでいようともそれを尊重していくことが必要である。

また彼らは今は数少なくなりつつある戦争の経験者でもあり、これほどまで（電子）機械文明の進んでいない、今となっては貴重な時代を生きてきた人達でもある。もちろん彼らは私たちとまったくの別世界で暮らしてきたのではなく、同じ日本で生まれ育ってきている。そこにあるのは時間的距離と価値観的距離である。けれども彼らは私たちの全く体験をしたことない世界を知っている人々である。私たちはそういう人達をケアしていることを忘れてはいけないと思う。

高齢者の人生をイメージする

さて私たちが高齢者にケアをしていく上で大切なことは彼らを理解しようとするのではないだろうか。私たちは年齢を重ねていくうちに私たち独自の世界観（価値観）が形成されていく。ある意味で思考が固定されていくということなのだろうが、それはこれまでの様々な経験などを通じて作られていくということは間違いないと思う。

高齢者の人々はそれぞれ70年80年90年という年月をそれぞれの経験もち生きてきている。そこには彼ら一人一人に独自の人生観や価値観が形成されている。私たちはその人生の一部を彼らの話の中から知ることができる。また家族や親類からの話や、あるいは施設に保存されている資料により彼らの個人史をある程度知ることができる。しかしながらそれは決して彼らのすべてではない。ある意味いくら努力をしても私たちは彼らのことすべてを知るといえることは決してできない。だから彼らのことを完全に理解することは不可能かもしれない。もちろん彼らのすべてを知る必要はないだろう。けれども彼らの人生を知れば知るほど私たちは彼らの価値観や生き方をより知ることができ、彼らを身近に感じる。

私たちは人を身近に感じたときにはその人に何かをしようと思う。何かあれば助けたいし、楽しいことがあればいっしょに楽しみたいと思う。たとえそう思わなくともその人を傷つけようとは決して思わないだろう。

そこで彼らをより理解するために要求されてくるのが想像力ではないだろうか。彼らからの話、あるいは親族からの話、残されている資料、時代背景をつなぎ合わせることによ

って私たちは高齢者の方がどのような人生を歩んできたのか想像することができる。

現代の私たちが住む社会と彼らが若き時代を過ごしてきた社会は継続はしているけれども大きく違っている。ものの考え方ひとつとっても違っている。それはかつての質素儉約の時代から現代の消費の時代に移っていることひとつとってみてもそれは違っている。だから私たちは想像によって彼らの時代の中に入っていく必要がある。そうすることによって彼らをよりよく理解することができ、その人にどのようなケアが必要であるか、その人とどう接していけばよいかの新たなイメージが湧いてくるのではないだろうか。

想像力を高めるために

想像力は老人をより良く理解するためにも、またその人にあったより良いケアを考える上でも非常に大切な物である。想像力により新しい工夫や新しい発想も生まれるといても過言ではないだろう。しかし残念なことに現代はだんだんとその想像力が乏しくなっているのではないかと思う。それはより便利で快適な生活が追求されるあまりに、私たちの多くが一方的に提供される便利さを追い求めるだけになってしまい、自分たちが考え工夫する機会を減らしてしまった事もあるだろうし、(映像としての)情報の氾濫等により私たちが頭の中にイメージを描くことが少なくなってしまったかもしれない。

しかしながら私たちの想像力は奪われてしまったわけではない。私たちは普段何気ない日常生活の中で大なり小なり使っている。ただ意識して想像するということをしていないだけであり、また意識的に想像を拡張するということをしていないだけである。そして何よりも私たちは自分自身に夢(理想)を描く。私は将来こうなりたいのだとか、こんな事をやってみたいと誰でも描く。それは元々は想像することから来ている。もちろん近ごろは夢を描きにくくなってしまったなどの声は聞こえてくる。けれどもそれは一部の人の思いこみであり、私たちは今でも夢を描こうと思えばいくらでも描くことができる。夢を描いた後のその夢に到達するまでの過程が少しばかり大変になっただけである。

想像力は大人になってからでも努力次第である程度は向上できるものだと思う。そこでその(高齢者施設で使える)想像力を広げるために今できることを考えてみたい。

想像力を高めるための検討例

想像力を高めるために考えられる例をいくつかあげてみると、ひとつは1ヶ月ぐらい1人の高齢者を専属的に見てみると良いのではないだろうか。そしてその人とじっくりと腰を据えて付き合っていくうちにその人のこれまでの生き方や、価値観が理解できて、その人が何を望んでいるのかが見えてくるのではないだろうか。

また喋られない高齢者や表情の変化に乏しい高齢者をみてもより良いのではないだろうか。その高齢者が何を望んでいるのか考えてもらったり、その高齢者から喜びの表情を見る為にはどうすればよいかを工夫してもらおうといいのではないだろうか。

ふたつめは今老人の人がどのような気持ちでいるのか、私たちが行っている介護がどの

ようなものかを理解するために老人体験（*付録参照）を実施してみるのがよいのではないか。私たちは普段高齢者によかれと思って、あるいはいまある介護を当たり前として介護をしているけれども、実際にその介護を受けたことはないのが現実だろう。私たちは実際の当事者になってみないと理解できないことが多い。例えば入院して初めて病院のベッドで寝ているときの寂しさが分かるというように。

私たちがおこなっている介護を客観的に評価するためにも、そして高齢者がどのような気持ちでそれを受けているのかを理解し、どのような介護がよりよいのかを考えるためにも高齢者体験は有効であると思う。

三つめは自分たちが考える（施設の）理想像を具体的に描かせてみると良いのではないか。もし自分たちが高齢者となり施設に入ったならばどのようなケアをおこなってもらいたいのか、またどのような設備あるいはプログラムがあってほしいかを頭の中に描いてもらいそれを文章や話で説明してもらい、あるいは自分のイメージするものを絵で描いてもらう。そしてそれらをみんなで話し合い、その理想像に現実を近づけるためにはどうすればよいかを考えてもらう。それによって今私たちが何をすればよいのかが分かってくるのではないだろうか。

私たちは高齢者の気持ちを完全に知ることは無理だと思う。それを知るときは私たちが高齢者となり誰かの介助が必要となった時だろう。しかしながら人間には想像力という能力を持っている。また老人の話聞くことによってある程度彼らの気持ちを理解することができる。すなわち想像力と老人の話からイメージを拡張していけばかなり近くまで彼らの気持ちを理解することができるのではないだろうか。そこから良い施設を作るためのアイデアは浮かんでくるのではないだろうか。

第3章 集団から個人へ

現在否応なしに個人主義の方向に進んでいる。それはこれまでの日本にあった集団主義の終わりを意味している。これまで私たちは団体の中の一部でしかなかった。それは日本人の中の一人であり、組織の中の一部でした。これははっきり言ってしまえば個人の顔などどうでも良い世界であり、組織あるいは国家というシステムしかなかった。またある意味で誰もが曖昧な状態つまりはみんなで責任を曖昧にできる世界であった。しかしながら今後私たちは私たち自身の力で私たち自身の生活を作っていかなければならない。それは私たち個人個人についてもいえることであり、また施設内の組織においても高齢者の人々の個が大きくクローズアップしてくることもある。

働く側の集団から個人へ

施設内では高齢者をケアするために多くの人々が働いている。そして医療施設であれ福祉施設であれどちらも様々な職種の人々が集まっている。しかしながらこれまでの組織のあり方は、それぞれの職種の権利は主張するけれども責任はとりたくない。あるいはそれぞれの職種の特権部分は利用するけれども後は下へ押しつける。そしてそれは更に下へ下へと押しつけられ、結局は一番弱いところに当たる施設利用者つまりは高齢者へとしわ寄せがいったのではないかと思う。このことは集団主義の中でも本来おかしいことではあるけれども、曖昧さの中の集団主義であったためにこれまで暗黙として認められてきたのだと思う。

しかしながら個人主義の下では自立と自己責任が大前提となってくる。そこでは自分自身がすることに対して責任を持たなければならない。そして自分自身で考え判断することが要求されてくる。もちろん自分自身で判断できないこともあるだろう。例えばケアワーカーであれば看護の分野に当たることに対しては勝手に判断し行動することはできないし、また新入職員がなんでも勝手に行動することはできない。そこは自分の責任範囲というものがある程度明確にする必要がある。しかしながらこのことは各職種がバラバラになることを意味していない。今要求しているのは各職種の本当の意味でのプロフェッショナルということであり、お互いがその専門性を尊重し合うということである。そしてそれはこれまでの組織の曖昧性をのけて個人個人がそれぞれの持っている専門性や能力あるいは実力を発揮してつくりあげる組織にしていくということである。

思うに私たちは自分自身の個を自覚して初めて相手の個も自覚でき、また尊重することができるものだと思う。それは私たち働く者同士でもいえることであり、また働く者が高齢者に対してもいえることではないだろうか。

目標と目的

さて私たちは施設の中で働いているけれども、何故あるいはなんのために働いているのか考えたことがあるだろうか。施設の中で働いているのだから高齢者のために働いているのが当然であると思う人が一番多いと思う。しかしながら中には生活費や小遣いを稼ぐためという人もいれば、ただ単に働きたいからという人もいるだろう。

しかしながら私たちはここで大きな誤りを犯しかねない。それは目標と目的というふたつの違いを区別せずにいるということである。言い換えれば組織の目標と個人の目的との区別もいえる。私たちはこのふたつをしばしば混合してしまい、それがお互いの方向性をバラバラに向かわせ、組織として成り立たないことがある。

まず施設において（組織の）目標とは集団（チーム）が何を目指していくかということであり、すなわち全員が共有すべきものである。例えばそれは「老人が満足できる生活の場を作り出す」でもよければ、「老人の笑顔あるケアの提供」でもかまわない。とにかくそれは組織が掲げあげ全員がそれに向かってそれぞれの専門性や能力を活かして業務をこなしていくということである。

また（個人の）目的とは人それぞれであり、お金を稼ぐためでもあれば、老人から知識を得るでもよいし、人に対して優しくなる、あるいは何らかの資格を取るためでも何でも良い。そこには個人の思想や考え方の自由があってよいと思う。

ここで私たちはひとつ考えなければならぬ。何故自分はここで働きたいのか、自分が本当にやりたいことあるいは得たいものとは何なのかということ。そしてそれを達成するためにはないが必要であるのかということ。それなくしては個人の働く目的とは浮かび上がってこないし、組織の目標との折り合いをつけることもできないだろう。

いずれにしろ私たちはそれらをきちんと区別することそして、自分の役割と目的をしつかりと認識することにより、施設内での行動は変わってくると思う。

高齢者の個を認識する

個人主義の中では私たち自身が個人ということとを認識すると共に、施設で暮らしている高齢者に対しても個人の認識が必要である。私たちはともすれば、患者さんとか利用者さんなどとひとまとめにして考えがちである。そして誰にも同じやり方でケアを提供しようとする。もちろんひとつにした方がよいこともあれば、施設ということで集団としてとらえなければやっていけないことも多々ある。しかしもっと個々に見るべき所もあっても良いのではないかと思う。

先にも書いたけれども、高齢者の方々はそれぞれの価値観を持っており、またそれぞれの方が違った症状を持っている。すなわちそれぞれの方に違ったケアがあって当然ではないだろうか。

そこでまず私たちはこれまでの患者さんや利用者さんという呼び名から、〇〇さんと一人一人を個人として考えていくことから始めないといけないと思う。それは個人の残存能

力の測定であり、その人の個性を知ることであり、また個人史を知ることである。そしてそれからその人一人一人にあった個別のケアプランを作成していくということではないだろうか。

第4章 ケアを考える

私たちケアワーカー（もしくは介護士、ヘルパー）は高齢者の方々の「ケア」をするためにもしくは「介護」をするために働いている。それは施設で働く者ならば誰であろうと分かっていることだと思う。だから私たちは高齢者の方々にとってどのようなケアや介護をすればよいのかを検討している。しかしながらこの「ケア」とか「介護」というものがどういうものであるかの認識はしっかりされていないと思う。

実際のところ多くの文献をみても、「介護」に関する定義はかなりのものがあるけれども、「ケア」に関してはこういうものであるというはっきりとした定義は定まっていないのが現状のようであり、またはっきり「ケア」とは何であるかと定義できるようなものでもないと思う。おそらく「ケア」の大まかな概念は不変のものが存在するのだろうけれど、その時代時代によって「ケア」の最もポピュラーな解釈は変わってくるのではないかと思う。

けれども「ケア」とは一体何なのかということについて考えることは非常に意義がある事だと思うし、またそれについて議論することは「ケア」の概念を浮かび上がらせ、現在もしくは今後私たちがどのような考えのもとで仕事をしていけばよいかの道しるべになると思う。

ケアと介護

ここで私は「ケア」と「介護」を区別して使っている。多くの人は「ケア」も「介護」も同じ事と思っているけれども、私自身はこのふたつは似ているけれども、別物であると考えている。というよりも「ケア」という言葉は「介護」の意味を含んだもっと大きな意味であると考えている。

まず「介護」とは何かということを考えてみると、辞書では介護とは「病人や高齢者の介抱や看護をすること。」となっている。ちなみに介抱とは「病人やけが人の世話をすること」であり、看護とは「けが人や病人の手当や世話をすること」となっている。また「社会福祉士及び介護福祉士法」（第2条 2）によると「（介護福祉士とは）専門知識及び技術をもって、身体上または精神上の障害があることにより日常生活を営むのに支障がある者につき入浴、排泄、食事その他のの介護をおこない、並びにその者及び介護者に対して介護に関する指導を行うことを業とする者をいう。」となっている。

以上のことから「（高齢者）介護」とは「体が不自由になり、かつては自分一人でできていたこと（食事、排泄、入浴など）に対して誰かの手助けが必要となってきた。その所をサポートする。」という事であり、言い換えるならば「老人の手足代わりになる」といえると思う。

ケアの意味

「ケア」ということになると、辞書によるとケアとは名詞で「①心配、気がかり、懸念 ②注意、用心、心配り、心遣い ③世話、保護、監督、管理 ④関心事、仕事、責任」とある。また動詞では「気にする、気にかける、関心を持つ ②好む、好きである、望む ③世話する、面倒を見る、管理する」となっている。また別の文献では「ケア」には世話をするという意味の他に慈悲という言葉の「慈」が含まれており「同情する、気を配る、一緒に悲しむ」という意味があるとなっている。

つまり「ケア」とはまずは（相手に対して）関心を持つことが前提にあり、そこから身体的な世話（すなわち介護）だけではなくて、相手の心（精神）の部分にも関心を持つということも含まれている事が分かる。すなわちケアとは介護を含み、心の部分にも関わってくるも大きなものであるといえる。

また看護とケアの違いについて触れるならば、看護もある意味でケアにほとんどの部分が含まれると思う。けれどもケアワーカーがもちろん治療をすることはできない。そこで高齢者施設における看護とはいかに高齢者が病気になるのを防ぐか、つまりは「予防看護」が一番の要素になってくるのではないだろうか。それは高齢者は抵抗力が弱っているために皮膚病にかかりやすい。また気候の変化などで普通の人よりも風邪を引きやすいし、少しの無理が病気を引き起こしてしまう。寝かせきりにしていると辱そうができてくる。それらをいかに防ぐか、また発生してもいかに早いうちに回復させるかが高齢者における看護であり、ケアにおける看護ではないだろうか。

ケアの種類

次にケアの種類について考えてみると「身体的ケアと心（精神的）ケア」、「本人によるケア（セルフヘルプ）と人によるケア」の2つの観点からみられると思う。

まず「身体的ケアと心のケア」について、「身体上のケア」とは入浴介助、食事介助、排泄介助などいわゆる介護の部分に当たるものである。

「心のケア（精神的ケア）」とは老人の話聞く、苦しんでいる人の手を握ってあげる、もしくは入浴介助食事介助などの時に相手の気持ちを考えながら行うなどがあげられる。

「身体的ケアと心のケア」とは言い換えれば「技術と気持ち」のケアであるといえ、これらのふたつは切って切り離せない関係にある。というのはいくら技術を持ち合わせていたとしてもそこに気持ちがなければ、介助される側はあまり気持ちの良いものではないだろうし、もし気持ちはあっても技術がなければ、介助される側はありがたく感じても痛い思いや怖い思いをするであろう。

もちろんこれには介助される側のそれぞれの好みや状況による事が考えられる。例えば、もし介助される者が苦痛で苦しんでいるならば、とにかく早くおむつ交換を終わらせてもらいたいと思うであろうし、もし寂しさを常にかけている者であれば、そこには会話などの優しい言葉を期待するであろうから。だから私たちは常にその人のニーズは何であるの

かを考えながら業務を行わなければならない。

しかしながら私たちはついついこの両方を維持するのをおろそかになりがちである。それは働き始めは自分が何もできないから、気持ちだけは大切にしようとするけれども、仕事に慣れたころにはしばしばスピードを優先するようになり、気持ちに目が届かなくなりがちだからである。それは現場を見れば、新しく入ってきた者の方が老人から好かれることが良くあることから分かる。故に私たちは常にこのふたつを意識しなければならない。特に年月が経ち始めたときには気持ちの面を意識していかなければならない。でなければいつの間にか独りよがりのケアになってしまう。

さて次にもう一つのケアの分け方「本人よるケアと人によるケア」について、「本人によるケア（セルフヘルプ）」とは自分自身が自分に対して行うケアのことである。例えば、自分が何かで辛い思いをしているときに、自分自身にもう少しの努力で今の状態から抜け出せるといい聞かせたり、何らかの望みを叶えるために自分自身がそれに向かって進んでいく（学んでいく）ことや、もしくは外傷などを負ったときに自分で処置をすることである。つまりは「がんばろう」という気持ちを持つということである。

「人によるケア」とは食事介助や排泄などが自分一人ではできなくなった場合の介護の部分や、落ち込んでいるときに人に慰めてもらう、人から何らかのアドバイスをもらうなどの、自分以外の人に何らかの助けを借りるケアのことである。

さて「高齢者ケア」をおこなっている私たちは高齢者が1人ではできないことを補う役目をしているのであるから、私たちは「人によるケア」の部分に携わっていることになる。そして施設で暮らす高齢者の人達はほとんど「本人によるケア」の部分ができなくなった人達である。けれども完全にそれがなくなったわけではない。彼らにも何らかの希望はまだ持ち得るはずである。だから私たちは彼らのケアをおこなっていく上で「人によるケア」を通じてどうすれば「本人によるケア」つまりはいかに高齢者の人々に「がんばろう」という気持ちを持ってもらうか。またどうすればそれを維持し支えることができるかを考えていかなければならない。

ケアをしあう

ところで私たちはケアをするために働いているわけだが「一体どういった人がケアを必要とするのか」ということを考えたことがあるだろうか。これは一見ばかげた質問のように思えるかもしれない。（高齢者）施設で働いているのだから、高齢者がケアを必要としているのが当たり前であると思うかもしれない。もちろん高齢者の人達はケアを必要としている。そして彼らは私たちのケアなしでは生きられない人達であるだろう。

けれどもケアを必要としているのは高齢者だけなのだろうか。普通の人（健全な {?} 人）にはケアは必要ないのだろうか。もっというならば私たち働いている者はケアは必要ないのだろうか。私たちは一方的にケアを提供しているだけなのだろうか。もちろん私たちは身体的には健常であるため「身体的なケア」はほとんど必要ない。では「心のケア（精

神的ケア)」はどうだろうか。多くの人がストレスを感じたり、疲れを感じたりして（心のケアを必要としているのではないだろうか。

多くの場合私たちは何らかの困難を持ったときに誰か親しい人にうち明けることによって、話を聞いてもらいアドバイスをしてもらうことによって癒されている。では私たちは施設の中で高齢者に話をしたり、聞いてもらうことはないだろうか。それは時に自分の現在状況の話ではないだろうか。そしてそのときに高齢者の人から話で返してもらうこともあれば、その人の雰囲気でも返してもらうことはないだろうか。時には彼らの人生経験から直接のアドバイスを受けることがないだろうか。そのことは私たちがケアを受けたとはいえないだろうか。また高齢者の人達は独特の世界を持っている（第6章参照）。その世界にはいることによって落ち着きを得ていないだろうか。それはケアを受けているとはいえないだろうか。

つまり身体的にいえば働く者が提供それを欲する者に提供しているけれども、心（精神）の面においては、私たち働く者も施設の中で暮らす人々（高齢者）もお互いにケアを提供しあっているということがいえないだろうか。

別の視点からのケア

これまで「ケア」についていくつかの視点から考えてきたけれども、これで「ケア」とは何であるかを言い尽くせたとは思えない。このほかにもいろいろな「ケア」に対する考えはあると思う。また前にも書いたけれども「ケア」の定義とはこれだとはっきりできるものではないと思う。

ところでアメリカの看護研究者のヘンダーソンは、看護の基本は患者のもっている生活上の基本的ニーズに対して手助けすることであると定義して、以下の様に基本的ニーズをあげている。

- ・正常に呼吸する。
- ・適切な飲食をする
- ・身体のおもむきを排泄する。
- ・身体を動かし、よりよい姿勢を保持する。
- ・睡眠と休息をとる。
- ・適切な衣類を選び、着脱する。
- ・衣類の調節と環境の調節によって体温を生理的範囲内に維持する。
- ・身体を清潔な状態に保ち、身だしなみを整え、皮膚を保護する。
- ・環境のさまざまな危険を避け、また他人を傷害しないようにする。
- ・他者とコミュニケーションを持ち、情動、欲求、恐怖、意見等を表現する。
- ・自分の信仰に従って礼拝する。
- ・何かをやり遂げたというような感じをもたらすような仕事をする。
- ・遊ぶ、あるいは様々な種類のレクリエーションに参加する。

・ 正常な発達及び健康を導くような学習をし、発見をし、好奇心を満足させる。
これらを見てみると、看護上の定義となっているけれども、十二分にケアにも当てはまってくる事が分かる。これらからもまた新たなケアへの考えがでてくると思う。

またここには書かなかったけれども（施設に入っている）高齢者はある意味では死を待つ人々であり、また死を目前に控えた人々もいる。その人達にどのようなケアを行うか、それを考える必要もあると思う。簡単に書くならば、QOLだけでなくQODつま **Quality Of Death**（死の質）についても考える必要があるだろう。

私たちは新入職員の時だけでなく定期的にケアについて考える必要があると思う。それは基本を見直すと同時に新たな発展をももたらすものである。わたしたちはより良い「ケア」とは何かを常に考えて、「ケア」の質を高めていくことが必要だと思う。

第5章 痴呆を理解する

施設に入っている高齢者の多くは多かれ少なかれ痴呆の症状が見られる。人によって痴呆の症状はそれぞれだけれども、私たちはしばしば痴呆を「ボケ」という一言で片づけてしまい、その人達を何もできなくなってしまう（何もできなくなっていく）人達あるいはわけの分からなくなってしまう人達と、ひとつにくくってしまいがちである。けれども実際彼らは本当に人格も、理性もなくなってしまうのだろうか。私たちは彼らのことをあまりにも簡単にひとことで済ませてはいないだろうか。

実際のところ痴呆のメカニズムはまだきちんと解明されていないのが現状だと思う。痴呆を専門に研究する機関、グループも最近になり設けられることが数ヶ月前のニュースで報道されていた。だからこれから本格的に痴呆が解明されていくのではないかと思われる。

しかしながら私たちは痴呆のメカニズムが解明されるのをただ待つだけしかないのだろうか。そして解明されてようやくそれを応用していくしかないのだろうか。私たちの目の前に多くの痴呆の高齢者がいる。そして私たちは毎日彼らと接している。考えようによっては私たちの場合ほど実際に、痴呆について学び研究できる場はないかもしれない。私たちは私たち自身で痴呆高齢者について分析し、考える機会を持つことによって痴呆をより良く理解することができ、また彼らに対する態度や対応のしかたが変わってくるのではないだろうか。

痴呆の人の声を聞く

まず私たちはもっと痴呆の高齢者に対してもっと耳を傾ける必要があると思う。私たちはしばしば「またあのひとがなにかいっているわ、どうせまた同じ事をいっているのよ。」と、彼らの言うことをあまりにも簡単に流してしまう傾向になりがちである。もちろん私たちにいろいろな仕事があり、毎回彼らの話にじっくりと耳を傾けていられないこともある。けれど時に彼らの話をじっくりと聞いてみれば、かなりの正当性を持っていることや、もし健全な状態であれば、当たり前であることを言っていることもよくある。例えばトイレに行きたいと思いトイレに行かせてくれといっているのに、「オムツをしているから大丈夫。この人痴呆だし、歩けないのだから。」と考え、何もしないことを由とすることが正しいことなのだろうか。

私たちは一度じっくり痴呆の人と会話をする必要があると思う。彼らと会話することによって一体彼らが何をいつも心配しまた欲しているのか、そして彼らがどのような人生を送ってきたのかを理解し、この人にとって何をしてあげるとベストなのかを考える必要があると思う。

痴呆を分析する

さて私たちは痴呆について脳の神経細胞がどうのこうのといった専門的なことをある程度知ることにはできても研究分析することはできない。けれども私たちは痴呆の高齢者の人々に接することによって、痴呆の症状や特徴について分析し、考えることはできる。

例えばAさんという92歳になる女性がいる。(本来ならばここでAさんの個人史をなるべく詳しく知っておくべきである。) Aさんの痴呆と思われる症状を具体的にいくつかあげてみると、1)ご飯を食べたことをすぐに忘れ、お腹が減ったという。2)自分の年齢が分からない。3)時々思いだしたかのようにトイレにつれていってくれという。4)今いる場所が分からない。5)電気を消せという。6)昼夜の逆転現象が見られる。7)自分の財産をどうするのだと叫ぶ。8)世田谷への行き方を尋ねる。9)本や雑誌(のページ)を破る。10)時々ベットから降りせと叫ぶ。などがあげられる。

これらの症状をひとつずつ検討していくと、

1)については、痴呆特有の症状と考えられるし、あるいは本当にお腹がすいていれば当然の主張ととらえることができる。

2)については痴呆特有の症状と考えられる。

3)については時々という部分が痴呆の症状で、トイレに行く(行きたい)と思うのは人間として当然のことである。

4)については痴呆症状でもあるし、これまで長い間暮らしていた場所とは違うので不安があるとも考えられる。

5)についてはAさんはかつて商売をしており、非常に節約家の部分があり、昔の習慣をそのまま継続しようとしていると考えられる。

6)についてはAさんは1日中ベットに横になっていることが多く、昼間寝ていると夜寝られなくなるのは当然ともいえる。

7)については自分が築いてきた財産のことを考えるのは当然のことでもあり、またそれが手元にないために不安を覚えているとも考えられる。

8)については今いる場所が住み慣れた場所ではないので不安を覚えている。あるいは自分の家に帰りたと思うのは当然ともいえる。

9)については痴呆の症状とも考えられるし、もしかすると昔のなんらかの習慣とも考えられる。

10)についてはベットから降りたくなるのは当然の欲求のひとつである。

以上のように現象をとらえなおしてみるとこれらはいくつかにまとめられることが分かる。それは、I)痴呆特有の症状、II)かつての習慣、III)(状況認識不可のための)不安、IV)(人間として)当然の欲求、との4つのグループ化、あるいは抽象化することができる。

更に今度はこれらグループ化、抽象化したものに対してのアプローチを考えてみるならば、

I)痴呆特有の症状に対しては、痴呆との認識を持つということではないだろうか。

Ⅱ)かつての習慣に対しては、高齢者個人の習慣であり、それに対しての認識、理解、尊重が必要であり、時には実施(欲求を叶えること)が必要ではないだろうか。

Ⅲ)(状況認識不可のための)不安に対しては、不安の除去が必要であり、その為には十分な説明、繰り返しの説明、あるいは(本人の欲求を叶えるという)実施が必要ではないだろうか。

Ⅳ)(人間としての)当然の欲求に対しては、実施するという事ではないだろうか。

また更にこれらを個別現象に戻すならば、トイレに誘導することであったり、電気を消すということであったり、あるいはもし可能ならば、家に一度帰らせてみることであったりすることではないだろうか。もちろん本人を家に帰らせてみるというのはそれぞれの家庭の事情もあり無理かも知れない。そしてそこには本人の気を逸らすというテクニックも必要なのかもしれない。けれども小手先のテクニックにばかりに頼っていてもいけないのではないだろうか。それは問題の先延ばしだけであり、痴呆をひどくする原因になっているかもしれない。

また再びこれらの現象を考えてみれば、それは高齢者本人によるものと、働く側の観察不足、説明不足、認識不足、あるいは怠慢であったりするのではないだろうか。特に私たちは痴呆の人たちに対して、いってもすぐ忘れるので仕方がないと、何もせずに済ましがちになる。そのあたりはもっと考えるべきところではないだろうか。

その他の分析

さてこれまでは具体的な症状から徐々にプロセスを追って解決の方法(仮定)を導き出したのであるが、他にも痴呆を理解するために考えられる方法はいくつもあると思う。例えば普通人は痴呆を悪いものととらえてしまいがちだが、痴呆にはメリットがないのだろうか。ものをすぐ忘れるということはいいことも忘れてしまうわけだが、同時に悪いこといやなことも忘れるということではないだろうか。また彼らは子供時代や若いときに戻っていることもしばしばある。それは現実の(辛い?)生活から逃れるためにはよいことではないだろうか。

他にも痴呆はなぜなるのかを想像してみても独自の仮説を立ててみることはどうだろうか。私たちは科学的なことは分からなくとも、想像することはできるし、またこれによりより豊かなイメージを持つこともできる。

私自身の独自の仮説を述べるならば、年をとるにつれて自分自身の体がかつてのように動かなくなり、世代とのギャップで世間との距離を感じ始め自分自身が周囲からどんどんと離れていくことを感ずる。また自分の知人友人の死または同世代の死を良く耳にするようになり死への不安と孤独感が募り始める。更に耳や目が悪くなっていくことで、さらなる孤独感、自分自身を取り残されるという事への恐怖感が増す。これらの不安や恐れから自分自身を守るための本能的なプログラムが働き、(痴呆開始)のDNAにスイッチがONされるのではないかと考える。

また別の視点で考えてみるならば、私たちは痴呆の人から学ぶことはできないだろうか。例えば、痴呆の人はユーモアを持っていることが多い。痴呆の人と話していると良くお互いにこっと笑えることがある。彼らのユーモアは人を傷つけることがない。これは私たちは学ぶところではないだろうか。

またある意味で痴呆とは純粹に戻ることも言い換えられる。私たちは彼らと接することである意味純粹性を取り戻すことを考える機会を与えられているといってもよいのではないだろうか。

いずれにせよ痴呆の人を多角的な視点から見ることによってより豊かな想像ができ、また痴呆の人をよりよく理解していくことができるのではないだろうか。そしてより多くの痴呆の人と接することによりよりよい接し方を学べるのではないだろうか。

第6章 老人の時間を考える

高齢者施設に入り高齢者の人々と触れ合っていてしばらくするとなんだか居心地のよさを感じる。そしていつのまにか純粹性の中でリラックスしている自分がある。もしそこに座りつづけているならばきっと寝てしまうのではないかと思うほどだ。そこに流れている時間は非常にゆったりとしたものである。それはもしかすると、南の島の無人島にいるときの気分でもあり、大自然の中をゆっくりと流れる川のようなものである。

概して高齢者は独特の流れを持っている。それは普通の人々よりももっとずっとゆっくりとした流れである。それはきっと高齢者の人々がこれまで70年、80年、90年と築き上げてきた年輪の流れなのだろう。その流れは全体の感覚から伝わってくるものもあれば、彼らの表情や動作から伝わってくるものもある。

老人の時間の流れを理解する

私たち高齢者施設で働く者はまずはこの「老人の時間の流れ」を理解しなければならない。そしてどうやってこの老人の流れの中でいかに効率的に働くかということが重要である。それが私たち施設で働く者のプロフェッショナルの基本であり、または極意のひとつではないだろうか。なぜなら施設の中には山ほどすべき仕事がある。高齢者に直接携わるものもあれば間接的にしか携わらないものもある。いくら時間があっても足りないと思う時もよくある。しかしもしこの時間の流れを崩してあわただしくするならばそれは高齢者をいらいらさせたり、問題行動を起こさせたりすることにもなりかねない。

もしこの時間の流れを理解できなければそれは高齢者（介護の）分野での仕事は不向きであるとはっきりと言ってしまっても良いのではないかと思う。

ではどのようにしてこの「老人の時間の流れ」を知るかということとまずは老人の生活を見て知ることではないか。高齢者の人がどのような生活をしているのか、どのような行動をとっているのか、そしてどのぐらいのスピードで話すのか、動作をするのかそれをじっくり見て観察してみることが第一ではないだろうか。

次に老人の人達と一緒に話をしたり一緒に遊んでみる。まずは1対1で話をしたり、遊んでみる。まずは個人的にいろいろな話をしてみたり、個人的に遊んでみることで1人の老人とどのようなことができるか、あるいはどのような感じを受けるかを考えてみてもらう。

そして今度は自分1人と老人5人ぐらいで話をしたり、遊んだりする。個人的な場合とはどう違うか、どのような話の展開に持っていけるか、どのような遊びができるか、そして多くの老人の中での流れはどうかなどを考えたり、感じてもらう。

老人の人に話をしてもらうことは特に重要であると思う。私たちはもっといかに老人の話を聞くかということを考えなければならないと思う。なぜならば高齢者の人と話す機会

を持つことによって高齢者自身も刺激になるし、そして私たち自身も学ぶ機会を得ることができるからである。高齢者の人々は私たちが知らないことをたくさん知っている。例えば戦争の話を書くこともそうであるし、彼らの子供時代の生活スタイルを書くこともそうである。それは高齢者との年齢が開けば開くほど増えていく。そう彼らは私たちにとってはある意味で「宝箱」といっても良いかもしれない。私たちはそれを知ることによって何よりも彼らに対して「尊敬の念」を持つようになると思う。それは今現在でも文明の発達していない(?)ところでは高齢者すなわち長老は尊敬される立場にいる事からも分かる。それは彼らがより多くのことを知っているからであり、いろいろな伝説(物語)の継承者であるからである。そういう意味においても私たちは高齢者に話を聞かせてもらわなければならない。

三つ目は老人の人と一緒に食事をとったり、老人の人と一緒に部屋で寝てもらおう。それによって高齢者の生活全体を感じてもらおう。

これら三つをおこない、ほぼ一通りの老人の生活を知ってもらおう、そして老人の生活を自分自身の肌で味わってもらおうといいのではないだろうか。それによってより良く高齢者の時間の流れや生活が理解でき、高齢者に対するケアの考え方がどんどん広がっていくのではないだろうか。

時間を共有する

老人の時間を理解したところから、もう一度高齢者施設のあり様を考え直してみると、これまで私たちはかなりの部分高齢者に対して〇〇してあげるとか、〇〇しなければならないというふうに考えながら働いてきたのではないだろうか。けれども私たちは老人の流れの中にいるのである。そしてケアを提供したり、あるいはケアを受けたりしているのである。そこには私たちと高齢者はお互いに「時間を共有」しあっているという考えがあってもよいのではないだろうか。

もちろん高齢者の人々は、ある人は1人では食事が困難であり、またある人は排泄の介助が必要であり、また多くの人が入浴の介助が必要であり、私たちの介護の提供なしには一人では生きていくことが難しい人達である。すなわち私たちが多くの面で彼らの生活を支えている。けれどもひとつ考えてみてもらいたい。施設において高齢者の人々にとってはそこが生活の場所であり、日常生活空間なのである。彼らは施設にはいると1日24時間1年365日そこで生活するようになる。しかし私たち働く者は施設の中には1日8時間(あるいは9時間)週5日の1年間である。すなわち私たちは彼らの生活の場所に入っているのである。一方で私たちは彼らの生活を支え、そして一方で私たちは彼らの生活の中に入っている。それならば私たちと高齢者の関係は「共に生活する」といえないだろうか。

これまで私たちは施設に入ってきた高齢者を受け入れる一方であったのではないかと思う。もちろん高齢者はなれない空間に突然やってくるのであり、何も分からない状態の時

に「WELCOME」としての受け入れる姿勢は大切である。けれども彼らが施設の中での生活になじんでくるにつれ、私たち働く者は「共に生活する」、「私たちが彼らの生活の中に入っている」という考えにしていっても良いのではないだろうか。

第7章 働きがいを考える

これまで高齢者の面からみでの施設内をよくするための方法論を考えてきた。けれどもこれと同じくらい大切なものが働いているものが施設での働き甲斐を感じるということではないかと思う。いくら施設がすばらしく高齢者がよき生活を送っていたとしても、働く側が何の喜びもなくただ強制された業務をこなすだけならば、その施設はいずれ下り坂になりかねないだろう。もちろん働くものの向き不向きもあるだろうが、ここでは向いているものの働き甲斐として考えてみたい。

働く喜びを感じる

働き甲斐を感じるということは言い換えれば「(働く) 喜びを感じる」ということでもあると思う。もちろん人それぞれに働く喜びとは違うのであろうが、施設で働いているものの一般的における喜びを感じられるときとは、まずひとつめは自分の目的が達成されたときではないだろうか。「第3章 集団から個人へ」でも書いたが、目標と目的の区別をきちんとし、自分がこの施設では何したいのか、何を得たいのかという目的をはっきりさせることによって、施設内での働き甲斐は出てくると思う。そして目的を達成するためにはどうすればよいのかを考えてみることも、施設での働く意欲を盛り上げることができる。だからまず私たちは自分の目的をはっきりさせ、それを達成するための指針を明確にしておく必要がある。そしていざというときにはそれを上司や誰かに伝えることもひとつの方法であると思う。

ふたつめは自分の成長がわかるときではないだろうか。働き始めて半年後、1年後、あるいは数年後と年月が過ぎていくときとくに年月の節目節目に私たちは自分自身を振り返る。そのときにあの時は〇〇できなかったのに今はできる、あのときはああだったのに今はこうだと、技術的にあるいは精神的に成長を感じるときに私たちは喜ぶ。その為には施設でいろいろな成長の機会を与えることも大切であるし、それはひとつには自分の目的と組織の目標を達成するときでもあろう。またさまざまな教育（を受ける）機会を与えることにより新しいものを得たと思わせることも大切だと思う。

また多くの人々が成長の喜びを感じられるということはその施設自体も成長しているということではないだろうか。

三つめは高齢者の笑顔が見られるときではないだろうか。ケアの現場で働くことは重労働を要求されることも多い。時間的に追われることも多ければ、清潔でないことも要求されることも多い。けれどもそこで私たちがそれを続けられるのは高齢者の喜びの顔やを見ることや、「ありがとう」の言葉を聞くからである。彼らの笑顔や喜びの声は私たちの喜びにもなり、癒しにもなる。その為にも私たちはいかにして高齢者達に喜んでもらうか、何が彼らのためになるかを考えていかなければならない。

以上の3つが私たちが喜びを得られるときの三大要素ではないだろうか。

その他の楽しさ

上の三つ以外にも働き甲斐を感じることや、働きやすさを感じることはまだまだある。ひとつは例えばそれは職場に笑いがあることである。笑いは私たちの精神的な高揚感を与えてくれ、また安定感や向上心を持たしてくれる。そして何よりもその場の雰囲気をも明るくする。しかしながらひとつ気を付けねばならないのはよく職員だけが笑っていて高齢者は無表情、時には辛そうな顔をしているときがある。これではいくら笑いがあるといってもあまり良いことではないだろう。やはり難しいことかもしれないが、働く者と高齢者が一緒に笑ってこそそのものだと思う。

また人間関係がスムーズであることも働く者にとっては重要である。人間関係に悩まされて辞めていくことが多いのは施設では周知の事実であろう。あるところでは人間関係を良くするために定期的にお茶を飲みながらみんなで話をする時間を設けているところもある。また働く者の共通の目標を掲げることもうまくやっていくひとつの方法であろう。

そのほかにも納得いく収入が得られるということも重要だろう。納得いく収入があつてこそまたがんばろうという気持ちも生まれてくるし、よりよいアイデアも生まれてくるだろう。納得いく収入があればある意味生活の余裕も生まれてき、仕事に打ち込める環境もできてくる。

いずれにしろ働く者が楽しいと思うことは非常に重要である。けれども現実には働いている者ばかりが楽しい思いをして、高齢者が悲しく辛い思いをしている所もあれば、少なからず高齢者があまりにわがままで働く者が右往左往しているところもあるようだ。そのバランスをとることが重要だと思う。

補論 療養型病床群について

現在療養型病床群という言葉が非常によく目にしたり耳に聞くようになった。急性期の病状から安定期に入たけれども、まだしばらくの間安静や療養が必要である人々が入る施設とのことであるが、実際は高齢者の終の住処となるケースがかなりの率であろう。ちなみに療養とは辞書を調べてみると「病気の手当と心身の回復のため休養をとること。」となっている。

私たちは介護保険の制度の下で、もう一度病院と療養型病床群、更には老人保健施設や老人ホームそれぞれの役割を考えてみる必要があるのではないだろうか。介護保険が始まれば（介護保険制度下の）療養型病床群も老人保健施設も、老人ホームも同じ保険制度の下で競争をするようになる。しかしながら老人ホームは高齢者の生活の場という認識がかなりあるが、療養型施設の場合、老人病院の印象を引きずっているためかまだ「社会的入院」というイメージが抜けきらない。それ故療養型病床群の定義をもっとはっきりしたものにする必要があるのではないか。そしてそれはそれぞれの施設において独特さを出してもいいのではないかと思う。

ひとつここで疑問を提するならば、療養型病床群において高齢者の人々を「患者」さん（あるいは患者様）と呼ぶ必要があるのだろうか。もちろん療養型病床群に入っている人達は何らかの病気を抱えている人々がほとんどである。けれども多くの場合それらは慢性的なものであり、また先にも書いたように多くの高齢者がこの場所を終の住処として生活を送るのである。その人々を患者さんと呼ぶのが適当なのかどうか疑問を感じる。

老人ホームでは高齢者の方をよく「入居者」と呼んでいる。またデイサービスなどでは「利用者」とか「会員」などと呼んでいる。では療養型施設では例えば、「生活者」などの呼び方にしても良いのではないだろうか。そこからもしかすると、高齢者に対する見方や考え方は変わってくるかもしれない。

いずれにしろ多くの場合「病院」から「療養型施設」へと名称が変わっていく。それ故病院という概念を引きずっている。思うに今必要とされているのは「病院」からの発想ではなく、「ホスピス」からの発想ではないだろうか。それは言い換えれば病気を克服する「死は敗北である」という考えから、残りの人生にいか「満足できる死」を提供するかということを考えることではないだろうか。

ここは発想の思い切った転換を持って改革を打ち出して見て、他とは違った路線で試してみるということも必要ではないだろうか。

終わりに

資格とは虫めがねのようなものである。虫めがねでもものを見てみると、レンズが当たっている部分は大きく拡大され肉眼だけでは見えにくいあるいは見えない部分も見えてくる。そして私たちはその部分の特徴をより正確に詳しく知ることができる。

しかしながらレンズに集中しているとレンズの周りの部分はどことなくぼやけているようになってくる。もし虫眼鏡で見る物体がレンズの範囲にすべて収まりきるものならば、例えばモンシロチョウ一匹ならば、たとえ周りがぼやけていても私たちはそれがモンシロチョウであると認識できる。けれども物体が虫眼鏡のレンズよりも遙かに大きなものであれば、もし始めから虫眼鏡ばかりでその物体を追っていたならば、それが何であるのか分かるのに時間がかかるだろう。例えばそれがスポーツカーであるとすれば、虫眼鏡でタイヤの部分から見始めたとする。まずは黒いゴムに溝が掘られている部分から見はじめ、それは丸くて大きな物体であると知る。黒いゴムの内側にはアルミでできたものがあり、更にはアルミの内側の部分に・・・、そしてこれはタイヤだとの認識が初めてでき、車あるいはバイクであろうという予想がつき、次に・・・と、何時間あるいは何日かかけてようやくそれが車であるという確信を持つだろう。しかしながらそれがスポーツカーであるということが分かるかどうかは分からない。

ではどうすればすぐにそれがスポーツカーであると分かるかといえば、虫眼鏡をはずして少し距離をおいて見てみることである。そうすればぱっと一目で見ただけで、それがスポーツカーであると分からなくとも（カッコいい）車であるということは分かるだろう。

医療福祉施設でもこれと同じ様なことがいえないだろうか。（特に医療）施設で働く人々は資格を持った人々の集まりであるといってもいいぐらいだ。そしてそれぞれの人がそれぞれの専門性を持って高齢者に接している。すなわちそれぞれがそれぞれの虫眼鏡でのぞきながら歩いている。より高度な専門性（資格）を持つ人は、顕微鏡あるいは電子顕微鏡でもって歩いている。そしてその虫眼鏡あるいは顕微鏡でもって高齢者に接している。

けれども高齢者は虫眼鏡や顕微鏡のレンズ範囲に収まりきるものではない。彼らを理解するためには一度虫眼鏡や顕微鏡をしまつて自分自身の目で見てみる必要がある。それは人間の目で見てみる必要があるということだ。更に高齢者は人間であり、人間には肉体だけではなく精神もある。また彼らにはこれまでの人生経験もある。すなわち私たちは彼らを外見だけでは判断できないし、内面も考えなければならぬということでもある。

私たちはまず彼らに対して資格という虫眼鏡を使う前に自分自身の目でもって接することが必要ではないだろうか。そしてその後自分の資格の虫眼鏡でもって見てみる必要があるのではないだろうか。そうすればお互いの虫眼鏡あるいは顕微鏡がより活き、時には相乗効果をもたらすこともあるのではないだろうか。私たちは虫眼鏡を持つ教育だけでな

く虫眼鏡をはずす教育も必要ではないだろうか。

このレポートを書きながらいろいろなことを考える機会、あるいは考え直してみる機会を持った。その中で非常に大きな部分と感じたことは、基本を見直し考えることによって更なる発展性を持ったということだ。

高齢者介護の分野は今後どんどん発展していく分野である。この先様々なことが研究されこれまでになかったような考え方や、あるいは製品がでてくるだろう。けれども最も大切なことは何度も基本に戻るあるいは見直すということではないだろうか。つまり私たちは常に（1人の）人間と接しているということではないだろうか。

もちろん今の私にこのレポートで書いたことがすべてできているとはとうていいえない。かなりの部分でできていないといえる。ある意味でこれは私自身へのこれからのテキストとなるだろう。

またもしかすると私はあまりにも高齢者ケアを難しくとらえすぎているのかもしれない。そこにいるのは人間と人間なのだからもっと気楽にやっていたいかもしれないという意見もあってもおかしくはない。もちろん私も高齢者の人々と楽しくやっているとすることが一番大切だと思う。けれども笑ってばかりいるだけではそこからの発展はあまりないように思う。また現に施設の中には苦しんでいる高齢者も多くいる。要はいかにバランスを保っていくかであり、いかにより良く発展していけるかであると思う。

バスケットボールのスーパースターであるマイケル・ジョーダンは次のように言っている。それをこのレポートの最後としたい。

「何事をなすにも、そのことに関する根本原理をしっかりと理解し、常にそれに則して行動することが極めて重要である。私がこれまで達成したすべてのことも、元をたどれば同じ根本原理が基盤にあった。すべての基礎ブロックの役目を果たすこの根本原理に沿って努力すれば、どんなことが対象であろうとうまくいく。

ここで言っている根本原理には、適切な技術や、そのことに取り組むための論理、あるいは心の準備といったものまでが含まれるが、こうしたものを軽視した瞬間、あなたは成功から決定的に遠ざかってしまうのである。基礎ブロックについて理解すれば、作業全体がどんなふうに進むか、物事の全体像が自然と把握できるようになる。（中略）

絶えず自分がやろうとしていることの根本原理を再確認しなくてはならない。根本原理自体は決して変化することはないが、それに対するあなたの注意力が次第に散漫になってしまう危険性があるからだ。（中略）

ものごとには正しい方法と間違った方法があること、根本原理をしっかりと固めることを自覚していれば、何を行うにしてもそのレベルは格段にあがるだろう。」

参考文献

- 「ホームヘルパー養成研修テキスト2級課程 第3巻 介護の知識と方法」
財団法人 長寿社会開発センター
- 「国語辞典 第八版」
旺文社
- 「グローバル英和辞典 新装版」
三省堂
- 「イメージとマネージ」 平尾誠二 松岡正剛
集英社
- 「企業参謀」 大前研一
講談社
- 「プレジデント 1999.11 ラグビー 平尾ジャパンの900日」 時見宗和
プレジデント社
- 「セルフヘルプ」 ケン・シェルトン
フロンティア出版
- 「怒れ！日本の中流階級」 カレル・ヴァン・ウォルフレン
毎日新聞社