おひさま通信

加齢が進む仲間の暮らしについて

＊ 太陽の里 ＊

現在、太陽の里では63名の仲間が生活しています。その中で最高齢の仲間が73歳、太陽の里の平均年齢が47.6歳となり、加齢、高齢に対する仲間の支援が太陽の里の課題となってきています。年間受診件数が１３００件を超え（特に内科）、嚥下機能の低下により食事形態の配慮、リハビリの重要性など、配慮すべき内容は多岐にわたっています。

太陽の里での加齢、高齢に対しての取り組みや課題について報告していきます。

医療的なケアと暮らし

Hさんは物静かな仲間で、穏やかな性格をしています。祭りなど賑やかで楽しい雰囲気が好きで、その場に来て話に参加しようとしたり、座ってニコニコしていることがあります。開所当初からいるHさんは、年齢も重ねてきています。

そんなHさんですが、健康面での不安が、加齢とともに増えてきました。中でも大きなリスクが腸閉塞でした。２０１８年９月、11月と、腸捻転が原因の腸閉塞で緊急受診することが増え、２０１９年に入ると、2月、5月、7月には2回も、それぞれ腸閉塞で緊急受診をしています。食欲がなく、痛みの訴えがあったところから、緊急受診となり、その後に受診をして、腸閉塞と分かるという状況でした。数ヶ月に一度から、腸閉塞になる数がどんどん増えてきました。下剤を飲んだり、服薬などで排便をコントロールしていましたが、内科的な治療は限界になってきてしまいました。腸閉塞から起こる腸捻転の度に内視鏡手術にて治療をしてもらいました。

しかし、医師より、「繰り返す事で腸を傷つけてしまうリスクも高まる。腸が長くなってしまい、絡まり易い状況であり、切って短くするのか人工肛門にするのかしなければ、腸閉塞は今後も繰り返す」と伝えられました。

腸閉塞のたびに、温厚で物静かなHさんは、別人のように大声を張り上げ、痛みを訴えてくることが何度もありました。かなり進行してから本人が伝えてくる様子があったため、相当我慢していたんだと思うと、手術をしなければ、辛い思いをさせてしまうばかりなのだろうと思いました。手術を提案してくれた外科だけではなく、ほかの医師にも相談し、「体力があり、選択肢のあるうちに手術をするのが良い」と言われたのをきっかけに手術をすることを決めました。

ストーマ手術が済み、痛みからか、入院の最後の方や、里に帰ってすぐの頃は、大声を上げたり、食事が進まなくなったりすることが多くありました。肛門からの排便がないという違和感を、そうした態度で伝えてくれたのだと思います。次第にストーマに慣れてきて、穏やかでしっかりご飯の食べるHさんに戻りつつあります。

仲の良かった仲間が亡くなってしまったり、生活のハリも少しずつ減ってはきていますが、現在のユニットの仲間たちとの楽しい時間、仕事グループでの時間など、集団の中で楽しみを作ってきているHさんの姿があります。そんなHさんには、医療的な配慮も必要ですが、それ以上にこれまでの生活を大切にしてもらいたいと思います。

仲間の加齢に伴い、仲間への医療的な配慮が増えていきました。Hさんのストーマ装具の交換は、今までなかった事例です。そんな中でも、これまで培ってきたみんなと楽しく過ごしてきた生活があります。太陽の里で医療的な配慮が出来れば、そうした仲間の生活や暮らしのほとんどを変えてしまうことなく、日々を過ごしていけるのだと思いました。医療的なケアも大切ですが、今までの関係性や過ごしてきた時間もとても大切だと感じました。

太陽の里職員　薗部　隆康

昔と今を大切にする配慮

太陽の里で最高齢の女性がいます。年齢は9月で73歳になりました。饅頭など甘い物が大好きで、自分のことよりも他の人を気にかけ、お節介焼きなところもあります。

そんなFさんが2年前から少しずつ変だなと感じることが多くなりました。何度も同じことを聞いてきたり、ちぐはぐな行動をしたり…認知症ではないかと関わっていて思いました。しかし、もともと知的障害のあるFさんを認知症と診断するのはとても難しく、新しい受診先や認知症の薬の処方は難しいと主治医から言われました。

診断されずとも何かできることはないかと思い、認知症の特徴を職員間で共有したりして、関わり方を見直しました。そのことで少しですが本人の安心を感じられる時間が長くなったような気がします。

他の仲間や職員の名前が言えなくなったり、発する単語がだんだんと減っていったりする中でも、旦那さんの写真をいつまでも大切にしている姿、また写真アルバムをペラペラとめくり自分の写真をみては「これあたし！」と口にしている姿があります。一人の部屋でふっと不安にならないように、ベッドの横に職員の写真を掲載し、今支えてくれる職員を思い出せるように工夫しています。

これまで太陽の里で培ってきた暮らしの流れや周りの仲間たちとともに過ごす時間は何にも代えがたいものがあります。それでもFさんの居場所を太陽の里と決めつけるのではなく、他の選択肢もあるのかもしれません。常に本人の想いを考えながら、Fさんの暮らしを支えていきたいと思います。

太陽の里職員　菅原　瑞代

暮らしに必要なリハビリ

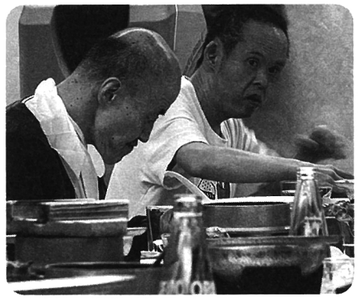
近年、高齢化が進み、体が不自由になっている仲間たちが増えています。車椅子の仲間が増えていたり、自分でトイレに行けなかったり、食事ができなかったり、生活が不自由になっている現状があります。

そんな仲間たちがどうすれば少しでも当たり前の生活を送ることが出来るのかと考えたところ、定期的なリハビリによって、身体機能の低下を防ぐことや維持できることが、当たり前の生活の基盤になるのだと思います。健康に生活していけることが、私たちに置き換えてみても感じられることではないでしょうか。

また、仲間たちにとってのリハビリを考えていくと、「体にとって大切なこと」とは考えづらく、「痛い」「大変」といった気持ちの方が強くなってしまいます。少しでも前向きな気持ちになってほしいという想いの中で、一つひとつのリハビリの前には「○○動かすよ」と伝えて少しでも意識できるようにしたり、周りの仲間がいる中で行うことで、「○○さん、がんばれ！」といった声が仲間から聞こえたりといったような雰囲気作りができることで、少しでも頑張ろうという気持ちになれるように日々関わっています。

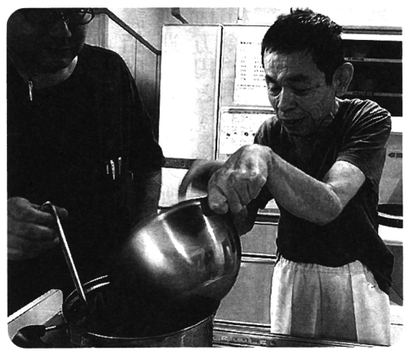
これから、まだまだ仲間たちの高齢化は進んでいきます。それでも、仲間たちにとっての「当たり前の生活」を支えるため、リハビリ担当とPTを中心に、施設全体で協力し、進めていきたいと思っています。

太陽の里職員　深見　龍一



特別なことではなく必要な事

加齢・高齢にともなう課題といっても、本当に仲間それぞれだと痛感しています。Hさんの医療的な配慮・Fさんのように加齢にともない表出してきた認知症への支え・身体的機能維持を保つために必要なリハビリについて報告をしましたが、今回文章にはしていませんが、食事形態の多様化・意思決定・終末期をどう支えるのかなど、暮らしに必要なことほとんどに、加齢に伴う配慮が必要となってきました。それも仲間それぞれに違った配慮や支えが必要となっています。しかし、それは特別な事ではなく、仲間一人ひとりの暮らしを大切にするうえで、とても大切で必要な事だと感じています。これからも、高齢になってもいつも見慣れた仲間がいる安心感、加齢に伴う心配が出てきても、一緒になって考えてくれる職員がいてくれる、そんな家（暮らしの場）にしていきたいと思います。



太陽の里職員　亀井　洋平