おひさま通信

嵐時々くもり のちはれ

＊　はれ　＊

障害者支援施設「はれ」が開所し、4年目を迎えました。仲間たちの暮らしぶりも日々変化しています。今回は後藤さんを通してみんなで考えてきた「仲間の暮らし」についてお伝えしたいと思います。

本当は苦しんでいた

後藤さんは、ちょっとした環境の変化に弱く、その変化に見通しが立たないと不穏な行動につながってしまいます。関係を築く上では時間がかかる人でした。

川口太陽の家に35年間通い続けて、そこでたくさんの人と出会い、いろいろな経験を通して、他者との信頼関係や他の仲間と一緒にいることの安心感が支えとなり、少しの変化なら大きく気持ちが揺れないようになりました。

はれの開所に伴い、ほとんどの仲間が親元から離れて初めて生活をします。どのように生活をスタートするのか、一人ひとりの様子を確認し、家族と話し合い、その仲間に合う利用の方法を決めていきました。後藤さんは、一泊二日からはじめ、徐々に宿泊日数を増やしていきました。家の生活から、少しずつはれで生活するイメージをつくりやすいのではないかと考えました。実際はじめてみると、はれでの生活に戸惑う様子はなく、楽しく過ごしていると誰もが思っていました。しかし、本当はそうではなかったのです。

開所して4ヶ月を過ぎたころから、それまでとは違った様子が見られました。職員の腕を引っ張って、駐車場の門まで連れて行き、職員の頭を手で押し付ける姿がみられ、何かを伝えたい、でもどうしていいのか分からないという行動のように見えました。

また、同じ時期、家庭に帰ると様子に変化が見られました。それまでの、ゆっくりとお風呂に入る、食事をする、ぐっすり眠る、好きな音楽を聴くということが出来なくなり、落ち着きのない行動から精神的に不安を抱え、「はれ」に帰ってこられなくなりました。

生活する場が二つになって

そんな状況に家族は心を痛め、どうしたら良いのか分からないと相談がありました。直ぐに支援会議をおこない、「はれ」と家庭での過ごし方を家族とは決めているが、本人とはどう確認しているか。暮らしの場をイメージできるような声掛けをしているのか、「家に帰る」「はれに帰る」という言葉では、分かりづらいのではないか。例えば、家に帰るは「父さん母さんに会いに行く」、「はれ」は、「帰る所」という伝え方をしていたか振り返り、仮説をたて、対応を考えました。

後藤さんにつらい思いをさせてしまったことを謝り、「はれ」に帰ってきてくれないかと話しにいくこと、そのうえで、本人の判断に任せることにしました。

迎えに行ったときの表情を今でもはっきりと覚えています。「後藤さん、こんにちは赤羽です」と玄関先で本人に挨拶すると『やっと来てくれた』と言っているような優しい表情で迎え入れてくれました。「ごめんなさい。迎えに来るのが遅くなって。一緒にはれに帰ろう」と話すと、しばらく考えてから、すっと立ち上がりカバンを持って準備をしてくれました。「はれ」に帰る事を決めてくれたことに「ありがとう」と声をかけることができました。

なぜ、ここまで辛い、苦しい状態になってしまったのかを振り返りました。①良いと思って、少しずつ増やしてきた宿泊が、本人にとって逆に分かりづらくなっていたのではないか。②暮らしの部分が今までは「自宅」だけだったが、「自宅」と「はれ」という二つになり、混乱してしまったのではないか。穏やかに思われていた4か月間は、どうして良いのか分からない状態で、心の中は嵐のような状態だったのではないかと考えました。

生活する場をはれに一本化

はれに帰ってきた後藤さんにとって何が必要なのかを考え、暮らしの場を「はれ」に一本化し、まずは、家には帰らないで職員や仲間との関わりの中で、「はれ」での暮らしが楽しいということを実感してもらうことにしました。ただ、両親には会いたいと思うので、「はれ」で会ってもらう機会をつくろうと考えました。

関わりで大切にしたことは、「不穏になったり、暴れた時だけ関わるのではなく、普段の何気ない時の関わりを大切にする」ということと、「やりたいことは、一定許容する」ということです。

川口太陽の家の時は、通所でしたから、職員は毎日変わらず同じ顔ぶれで仕事や活動ができ、安心できる職員がいつもそばにいて自由に楽しく仕事や活動ができていました。見通しを持って行動できていました。

しかし、今は残念ながら毎日同じ職員が関わることはできません。職員側から意図して関わっていくことが大切であり、「おはよう」「今日はいい天気だね」などあいさつ一つでも、意識して関わる機会を確認しました。そうした周りに向ける意識が「自分はここにいていいんだ」という気持ちを育んでいくことになります。

また、やりたいことを周りにいる職員が一緒に共有していくことで、自分が楽しい時間を壊さない存在として認識してもらえるように、関わりを大事にしていきました。

こうした取り組みを続ける中で生活に見通しがたってきたようで、毎食しっかりと食事をとり、大好きなお風呂にゆっくり浸かり、夜ぐっすり寝ることが出来るようになりました。日中活動の場面では、仕事の出勤（移動時間）になると、放送が流れるスピーカーを指さして「ピース、ピース」と自分の班の名前を口にして、誰よりも早く作業室へと走って行きます。

お母さんが毎週届けてくれるCDや絵本を持って、職員に自分の好きな歌をうたってほしいと傍に来てくれます。絵本の絵を指さし、「にんじん」「運転手」と知っていることを話しかけてきます。そんな様子が、担当の私だけでなく、他の職員にも広がり、最初の頃の険しい表情がどんどん柔らかい表情になっています。

みんなが思っていた外出したい気持ち

少しずつ、はれでの生活が落ち着いてきた頃、コロナ禍になり外出が制限され、日中活動も出来ない日々が続きました。

ある日、駐車場の門を乗り越えて、一人で出掛けてしまう事がありました。以前職員と散歩に行った時に、大好きな缶コーヒーを自販機で買って飲んで帰って来たことがありました。そのことを思い出して外に出かけたと思います。そのことを、はれの職員は、「困った、大変だ」という捉え方ではなく「一人で門を乗り越えて出て行った事は危ないけど、外出したい思いを、代表してくれた」と、思えたことは、とても嬉しいことです。

日中活動や週末に一緒に散歩に出かける時間を保障したり、5分でも10分でも、楽しいと思えることをしようと取り組んでいます。

その後も、何度か一人で出掛けることはありますが、時間をかけて取り組む中で、誰かと一緒にいくことの楽しさやその期待感が増えた時に、一人で出かけなくても、期待を持って「待てる」姿になることを願っています。

お母さんにそのことを伝えると、「川口太陽の家の時も何度もお出かけしたことがあったのよ。今は、その時のように気持ちの余裕があるっていうことかしら」と、言ってくださいました。

先月、中庭に人工芝を敷き、みんなでお茶会をしました。その輪の中に楽しそうに過ごす後藤さんの姿がありました。たくさんの思いを私たちに発信し投げ掛けてくれているその関わりの中でお互いに成長し、数年先に、「こんなことがあったよね」と笑顔で思い出話ができるようなったら嬉しいと思います。

はれ職員　赤羽　幸治