

代表者 事務局長 管理者 リーダー

第4回運営推進会議 議事録

- ① 実施月日 平成27年12月9日 (土) 14:00～15:30
- ② 場所 会議室
- ③ 事務所職員 代表者：柴田 管理者：永田 リーダー：松浦
- ④ 参加者

稲田 郷（母里交流センター館長）
仲田 八郎（民生委員）
名和 桂子（自治副会長 代理）
清水 裕子（介護保険課）
村上 宏（協力病院医師）
皿海 弥生（地域包括支援センター）

議題

1. サービス実施報告
2. ユマニチュード（認知症ケア）の取り組みについて
3. 質疑応答
4. 次回開催日について（案） 2月10日 PM

ユマニチュードって？

ユマニチュードは、「ケアする人とは何者か」という哲学に基づく、**認知症ケアの手法**。今から約35年前、体育学を専攻するふたりのフランス人、イブ・ジネストさんとロゼット・マレスコッティさんによって作り上げられました。**見る、話す、触れる、立つというコミュニケーションの4つの柱**を基本とし、150を超える技術から成ります。現在フラン

スでは 400 を超える医療機関や施設が、ユマニチュードを導入しています。今ではドイツやカナダなどでも導入され、世界中に広まっており、日本にも 2011 年から導入されました。国内でも多くのメディアで取り上げられ、医療・介護の現場でいまだ注目を集めている認知症ケアです。

関連記事>>『共感』と『傾聴』のケア「バリデーション療法」とは

関連記事>>認知症の人中心のケアコンセプト「パーソン・センタード・ケア」とは

「見る」、「話しかける」、「触れる」、「立つ」の4つの基本柱

ユマニチュードの基本は、とってもシンプルです。

見る



ユマニチュードでも特に大事とされている「見る」。認知症になると人よりも視野が狭くなるため、まずは本人の視界に入って存在を認識してもらうことが大切です。**同じ視線の高さで、20cm ほどの近距離で、親しみをこめた視線を送ります。**ユマニチュード考案者のジネスト氏曰く、「見ないのはいないのと同じ」。視線を合わせることで、言葉で説明するよりも早く、確実に「私はあなたの味方です」ということを伝えられます。

話しかける



ユマニチュードではたとえ反応が返ってこない方に対しても、積極的に話かけ、常にポジティブな言葉を加えます。ケアをするときも「今からお口の中を綺麗にしますね」「お口を開きます、さっぱりしますよー」「綺麗になりましたね、気持ちいいですね」といった具合に、**実況するように、ゆっくりと**声かけをします。そうすることで、単なる“作業”ではなく、心の通った“ケア”になります。

触れる



人間関係を親密にさせる上でボディタッチは非常に効果的と言われていますが、ユマニチュードでも、触れることを推奨しています。ケアをする時本人の背中や手を優しく包み込むように手のひらを使って触れることで、安心感を与えます。

この時、**忙しく無言で触れてしまうと逆効果**で、本人に不信感を与えかねません。優しく声を掛けながら、そっと触れることが必要です。

立つ



ユマニチュード考案者のジネスト氏が、「**自分の足で立つことで人の尊厳を自覚する**」と語っている通り、ユマニチュードでは最低1日 20分は立つことを目指しています。立つことで、筋力の維持向上や、骨粗鬆症の防止など、身体機能を保つ効果があるのと、他の人と同じ空間にいることを認識することで、「自分は人間なのだ」という実感にもつながります。

以上、4つの手法を組み合わせて行うことがユマニチュードの基本柱です。これらの基本として、具体的には「見つめながら会話位置へ移動する」「アイコンタクトが成立したら2秒以内に話しかける」といった150の手法があり、全国での講演会や研修会を起点に広まっています。

ユマニチュードでNGな行動とは

ユマニチュードケアで「やってはいけないこと」として、以下のような行動が挙げられています。

- 腕などを突然“つかむ”
- 視界に入りにくい“横や後ろ”から声をかける
- 無理やりに立たせようとする

介護する立場からすると何気なく行うことでも、認知症を持つ本人にとっては不安や恐怖を煽る行動として捉えられます。意識して避ける必要があります。

ユマニチュードの効果とは？

認知症の人を「病人」ではなく、あくまで「人間」として接することで、認知症の人と介護者に信頼関係が芽生え、周辺行動が改善する効果があるといえます。実際にユマニチュードを試した家族からは、驚きの声が上がっています。

ユマニチュードを通じての ふるさと母里の認知ケア・介護の考え方

認知症委員会でユマニチュードを学び認知症の方へのケア方法の大切さを学べた一方
認知症委員会としての活動の中で
ユマニチュードのケア方法の根底にある そこに行く前にもっと大切なこと
すべての認知症ケアに通じる大切にしなければならない根本の部分に気づくことができた

認知症ケアで **大切なこと それは絆づくり、**

①信頼関係の構築

②誠実な対応

がキーワード

どんなケア方法もこれが無ければ成立しない。認知症ケアのツールとしていろいろな方法があるがすべて定着せず尻すぼみ 社会問題としていまだ解決の糸口が無い状態。なぜな

ら**重要なのは方法ではないから**

私たちは方法にばかり囚われてきた。どうしたらいいか方法ばかりを探していた。**方法ばかりをみて誠実な対応をせず**確固たる絆を作れていなかった

認知症の人を見下したり、遠ざけていればどんなすばらしい方法を使っても無意味。**信頼関係は作れない**

「どうせわからないから どうせできなから」可能性や限界点を決めている人は絆・信頼関係を作ることは難しい。絆・信頼関係のなさがケアを難しくさせているのが現状

(目線、表情、声、空気感)

認知症の方は言葉での理解が難しい中、感性(五感)は研ぎ澄まされており私達健常者以上に。目線、表情、声質、トーン、空気感で相手の心を読み取ることにたけている

すべて読み取られている。「やだな」「なんてごまかそう」「どう落ち着かせよう」

認知症の方を避けるのではなく常に自分から向かっていく。後手後手のケアになるのではなく先手を打てるケアに

(職員の私語)

認知症の方は自分の事をいわれているのではと気にかけておられる

視点として大切にしなければならないのが

認知症の方の周辺症状に目を配るのではなく問題にあたった時その人との関わり方、信頼関係が気付いているかをもう一度確認する

Aさんのおむつの問題 変えさせてもらえない

強引に変えることがいいことなのか 変えてもその後、機嫌はもどり普通だった。

それは認知症の方の短期記憶障害、周辺症状をいいところだけをうのみにしているのではないのか

強引な対応の記憶は必ずフィードバックされる。あなたのその声、表情、感触を一番覚えているのは本人 「あの人は顔が家族に似ているから受け入れられるんだ あの人は特別な見方をされているからうけいれられるんだ」

そうではなく日々のケアで絆を構築した成果がそこにある 信頼されている人はきづつけない

(問題)

問題が起こった時はかかわりが少ないからである。認知症の人の問題は私たちの至らないケアから出たもので私たちに問題がある

(視野) 認知症の人の視野は狭い

(コミュニケーション)

業務的なコミュニケーションからは信頼関係は生まれえない。日常会話、談笑から絆づくりができる

コミュニケーションが難しい人ほど腰を据えてゆっくり話をすることが必要。

(ケアを行う前に同意を得る事。今から行う動作の説明をする事)

それが信頼関係を構築することに繋がる。利用者の尊厳の保持

立つことのメリット

肺機能 循環機能 骨筋肉への影響 機能維持 脳への刺激 人間の尊厳

(都合のいい意向)

職員として都合のいい時だけ本人の意向を棚に上げ職員として都合の悪い時の意向はつぶす傾向にある 車椅子で生活される利用者に歩行訓練を取り入れる際に

「本人さんがこの取り組みをするのは嫌がっていました」と本人の意向を聞き主張する職員が「外に出たい帰りたい」と訴えられる利用者の意向をつぶす。「今は帰れません」

前例では意向を汲んだのに後の例では意向を潰す。それは職員視点の考えだから

(介護ほど専門性を必要とする仕事はない)

私たちの仕事は「人」を支える仕事 ロボットを相手にしているのではない

全てが思い通りになるわけではない

目先の問題に対しての結果、成果をばかり求めるのではなく誠実にその人と向き合うことが要求される。その人の笑顔や何気ない表情に価値を感じれる「なんか雰囲気よくなったね」そんなことにでも職員が喜び、価値を求められる職員に。

問題が解決する、しないの狭い視野ではこの仕事はやっていけない。そうしなければ絆・信頼を得るケアが継続できない

(無責任なケアをしないこと)

現状の事しか考えず現状以上のことはしない。認知症がすすんだからと簡単な言葉であきらめる。その人のせいにする。ADLが落ちた、歳だから、体が弱ったからとその人のせいにする。

「無理無理」そして重度の方が増えた。人員が足りない。システムがが悪い。

介護の職員として必要なのはその人の明日のこと、未来のことを真剣に悩み考え視野に入れてそうさせないように全力をつくすこと。人の人生に関わっている仕事に対して無責任な言い方をしないそれだけ責任のある仕事。

認知症が進行した、ADLが落ちたなら自分たちのケアが至らなかったのではないか

こんな考え方が共有できるように

衰退していく高齢者を出来る限り元気で過ごしてもらうには一日一日を大切に、価値ある

高い専門性を必要とする仕事