

『人と認知症と向き合うということ』

人を見るスキルを高めれば
支援は高まり充実してくる

2018/2/13

『繋がるということ』

人と認知症を理解するためのキーワード

2018/2/13

今日のメニュー

1. 前提を考える
2. 人を理解する
3. 認知症を理解する
4. 人と認知症のケアを理解する
5. 人と認知症と向き合うということ
6. まとめ

2018/2/13

『前提を考える』

2018/2/13

人の姿と認知症

- 姿の捉え方からスタート

どんな姿かと思っているかがその後の関わりや支援
(介護・ケア) に影響する

**視点 (姿の捉え方) は認識を創造し
認識は経験を創造する**

2018/2/13

『人を理解する』

2018/2/13

自分自身との繋がりの中で 最近感じていること

50歳を過ぎた頃から・・・

2018/2/13

自分自身の変化を感じませんか？

- ・自分の唾液で誤嚥する「へんなところはいった」
 - ・口から出て来る言葉と言いたい言葉が違う
 - 「車のウォッシャー液をウォッシュレットと言う」
 - 「パトカーをタクシーと言う」
 - ・いろいろ忘れる
 - 「メガネを頭に乘せて、メガネを探す」
 - 「カードを口に咥えながら、カードを探す」
 - ・人の名前が覚えられない
 - 「顔は覚えているが、名前が出てこない」
 - ・筋肉痛が遅れる
 - ・涙もろくなった
- などなど

2018/2/13

自分以外の人やものとの繋がりの中で
ずっと気になっていること

皆さんは
何と繋がっていると安心ですか？

2018/2/13

なぜ、さわり・ふれるのか ～仮説～

- 失われていく世界とのつながり
- 失われていく自己
- 自分を探す旅
- 誰かと何かと繋がりたい 繋がっていたい
- 繋がっている事での安心するのではないか

2018/2/13

人は常に何かと繋がっている
そのことで様々な関係と
自分とのバランスを保っている
(人 物 地域 感じる全てetc)

2018/2/13

『認知症を理解する』

2018/2/13

認知症とは（介護保険法上の定義）

（認知症に関する調査研究の推進等）

第五条の二 国及び地方公共団体は、被保険者に対して認知症（脳血管疾患アルツハイマー病その他の要因に基づく脳の器質的な変化により日常生活に支障が生じる程度にまで記憶機能及びその他の認知機能が低下した状態をいう。以下同じ。）に係る適切な保健医療サービス及び福祉サービスを提供するため、認知症の予防、診断及び治療並びに認知症である者の心身の特性に応じた介護方法に関する調査研究の推進並びにその成果の活用に努めるとともに、認知症である者の支援に係る人材の確保及び資質の向上を図るために必要な措置を講ずるよう努めなければならない。

2018/2/13

その1

脳血管疾患、アルツハイマー
病その他の要因に基づく

原因となる疾患

約70～100

2018/2/13

その2

脳の器質的な変化により
脳という器が壊れてゆく

2018/2/13

その3

日常生活に支障が生じる
程度にまで

これまでできていたことが
できたりできなったりと
困難と思える状態へと向かう

2018/2/13

その4

記憶機能及びその他の 認知機能が低下した状態 知的な能力が変化してゆく

2018/2/13

認知機能とは

記憶の機能

- ・ 思い出す、覚える機能

見当識の機能

- ・ 時間や場所の見当をつける機能
- ・ 物の名前を見当をつける機能

実行機能（行為／認識／言語など）

- ・ 生活するための行為
（着替え・買い物・掃除・料理・トイレの始末等）
- ・ 言葉で伝えること
- ・ 字が書くこと
- ・ 判断をすること
- ・ 計算をすること
- ・ 同時に複数の事を行うこと 等々

2018/2/13

認知症とは（介護保険法上からの抜粋）

- 脳血管疾患、アルツハイマー病その他の要因に基づく
- 脳の器質的な変化により
- 日常生活に支障が生じる程度にまで
- 記憶機能及びその他の認知機能が低下した状態をいう。

2018/2/13

『人と認知症のケアを理解する』

2018/2/13

『点』から『線』へ
そして『面』への話し

2018/2/13

困っているポイントはここ！！

日常生活に支障が生じる

これまでできていたことが
できたりできなかったりと
困難と思える状態へと向かう

2018/2/13

もっと具体的に
わかりやすく
皆さんの
身近な出来事を通して
考えてみます

2018/2/13

お茶を飲むまで

2018/2/13

～「お茶を飲むまで」の思考と認識と行為と感情の関係～

お茶が飲みたいと思う	台所へ歩く
正座の状態からテーブルに両手をつく	お湯を沸かそうと思う
左足は立てひざを保つ	やかんを手にする
右の足の裏を床につける	やかんのふたをとる
テーブルに置いた両手に体重をかける（この時点	やかんの水を入れる口を水道の蛇口に合わせる
で、よっこいしょ！と出る）	左手にやかんを持ち
左の足の裏を床につける	右手で蛇口をひねる
前傾姿勢を両手で支える	水の量を確認しながら適量を入れる
腰を伸ばしながら立ち上がる	やかんのふたを閉める
台所へ向きを変える	

2018/2/13

～「お茶を飲むまで」の思考と認識と行為と感情の関係

～

やかんをコンロに置く	お茶っ葉の入った筒のふたを開ける
コンロのダイヤルを回す	筒のふたを左手に持つ
火力を調節する	右手で筒を持ち
やかんの様子を気にかける	筒のふたに適量のお茶っ葉を入れる
お茶っ葉のある場所の見当をつける	急須のふたをとり
左手で食器棚の扉を開ける	急須にお茶っ葉を入れる
お茶っ葉の入った筒を探す	お湯が沸いたか気にかける
右手で食器棚からお茶っ葉が入った筒を取り	お湯の沸き具合を音でも確認する
出し置く	お湯が沸いたかどうか湯気の出具合で確認する
食器棚から急須を取り出し置く	お湯が沸いたことを認識する
食器棚から湯飲み茶碗を取り出し置く	コンロのダイヤルを回し火と止める
食器棚の扉を閉める	

2018/2/13

～「お茶を飲むまで」の思考と認識と行為と感情の関係～

やかんを持ち上げ
 沸いたお湯を適量急須に注ぎこむ
 急須のふたを閉める
 湯飲み茶碗にお湯を適量入れる（湯のみ茶碗を温めるため）
 やかんをコンロの上に戻す
 湯飲み茶碗のお湯を捨てる
 湯飲み茶碗に急須に入っているお茶を注ぎこむ
 湯飲み茶碗を持つ

居間へ歩く（慎重に歩く）
 居間のテーブルにお茶の入った湯のみ茶碗を置く
 両手をテーブルにつき座る（よっこらしょ！と口から出る）
 楽な体勢になる
 右手に湯飲み茶碗を持つ
 左手で底を支える持つ
 両手で丁寧に持ちゆっくりと火傷しないよう口元に近づける
 熱さを確認しながら口に注ぎ込み飲む

2018/2/13

『私たちの中で起こっている認知機能の理解』
 ～思考や認識や行為や感情の関係の繋がりによって達成される～

- 私達は、普段の生活において、このように細かい思考や認識や行為や感情の関係の連続であることまで考えたり、意識してお茶を淹れない。
- だから、いざ分析してみると多くの人は大雑把に分類することになる。
- しかし、ここで思い出したことは、「お茶を飲むまで」と言う行為は、このように様々な思考や認識や行為や感情の関係の集まりということ。
- その一つひとつが繋がりあって一連の生活動作として、若しくは生命活動として自然にやっつけている。

2018/2/13

『私たちの中で起こっている認知機能の理解』
 ～思考や認識や行為や感情の関係の繋がりによって達成される～

- 一つの思考や認識や行為や感情を「点」と考えるのであれば、その「点」の一つひとつが出来ると同時に、繋がってはじめて線となり、一つの目的を達成することで、面となり、生活に広がり潤いをもたせている。
- しかし、この「点」のどこかが、自然の変化である老化或いは、ある種の疾病や障害又は不自由であったり、更に「点」を阻害するような他の力が加わったとしたら果たしてどうなるであろうか。
- 間違いなく目的は達成されず、お茶を飲むことはできないであろう。目的が達成されるどころか、途中で戸惑い、混乱し、不安になるであろう。自分を責める人もあれば、他のせいにする人もいるであろう。

2018/2/13

『私たちの中で起こっている認知機能の理解』
 知る⇒経験する⇒感じる⇒気づく の繰り返し

- 認知機能の変化によって、生活に不自由を感じる。
- 記憶、見当、実行機能の不自由がその中枢にあるとすれば、「お茶を飲むまで」の一連の思考や認識や行為や感情の關係に不適應な状態をきたす事は言うまでもない。
- ましてや、今までできていたことが出来なくなってゆく様を経験するのは、耐え難い経験とを感じる人もいる。

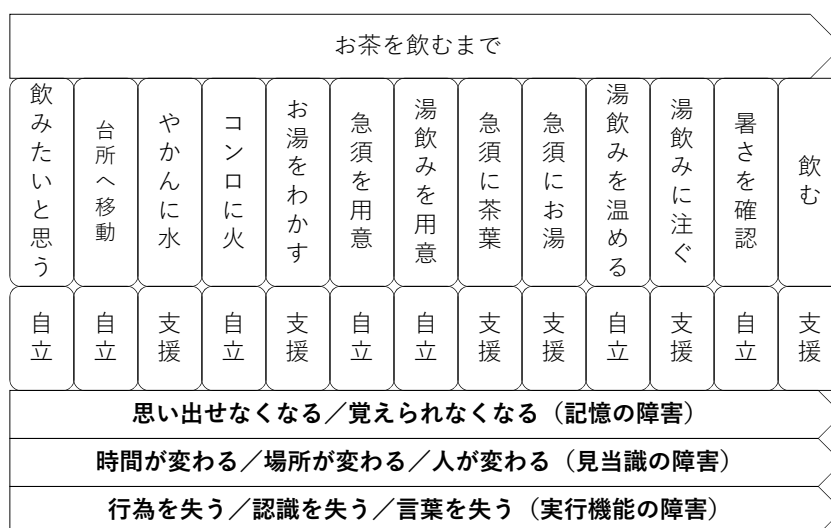
2018/2/13

『私たちの中で起こっている認知機能の理解』
知る⇒経験する⇒感じる⇒気づく の繰り返し

- 様々な不自由に照らし合わせれば、それぞれに違う支援がいる。彼らの不適応を知るということは、生活をベースとした、この一連の思考や認識や行為や感情の関係を分析できる力とそこから彼らの不適応に対する支援を届ける力を持つこと。
- 私たちの専門性とは、「ひとの生活の営みの中で起こる変化」を知り、経験し、感じ、気づくことであり、健全な生命活動の支援につなげてゆくこと。
- 確かに「認知症の理解」も大切だが、その前に「ひとの営みの理解」が先だろうと思う。

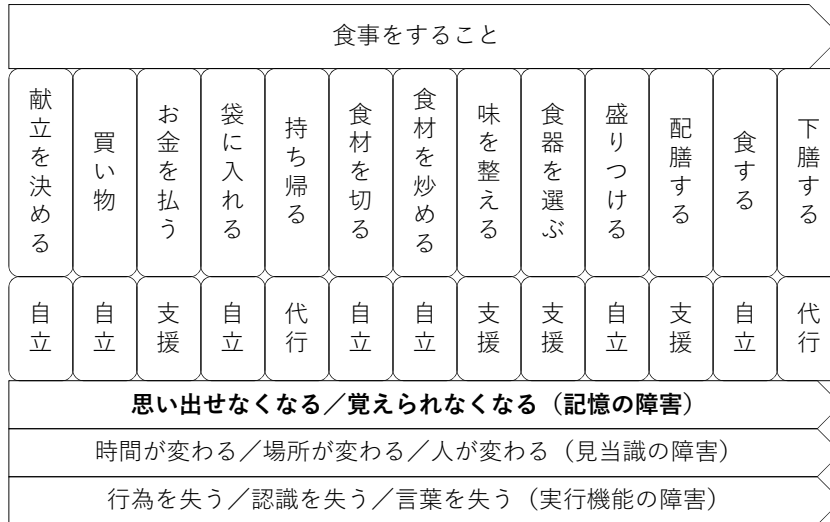
2018/2/13

生活の支援のポイント 『生活の点の見極めから線へ繋げる（生活の再構築）』
認知症の状態にある人の生活行為の困りごとと支援の仕組み



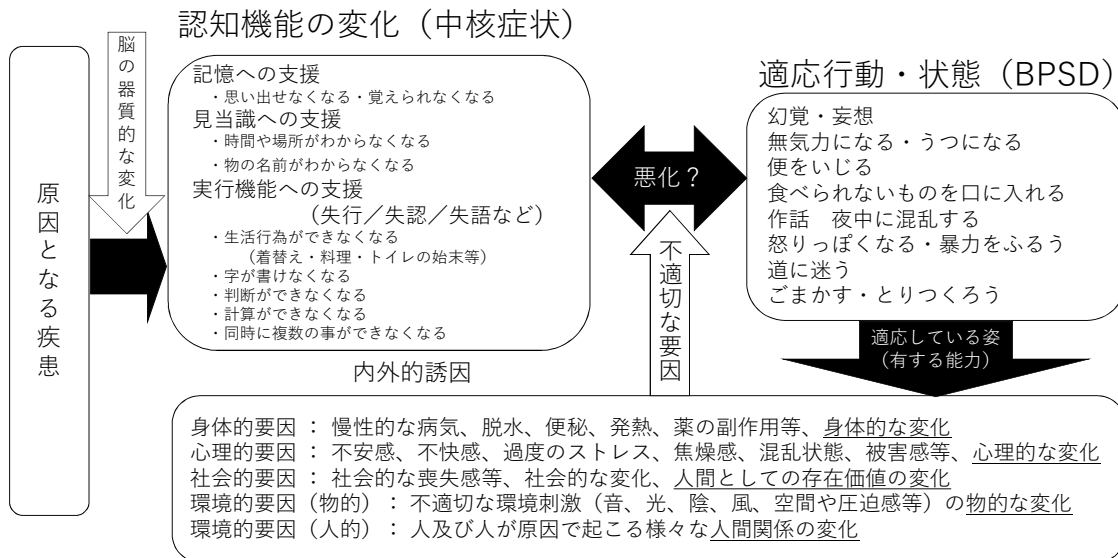
2018/2/13

生活の支援のポイント 『生活の点の見極めから線へ繋げる（生活の再構築）』
認知症の状態にある人の生活行為の困りごとと支援の仕組み



2018/2/13

『人』と『認知症』の繋がり図（全体像）



2018/2/13

人（宮崎さん）の過去・現在・未来・終末

認知症というのは

認知機能の障害が複雑に絡み合うことによって
生活がうまく具合にいかなくなってゆくことをいうのです

2018/2/13

その人の持つ
認知症をケアするということは

生活をベースに
どの機能等が複雑に絡み合っ
てうかかないのかを見極めながら
支援してゆくことである

2018/2/13

すべては
繋がっているということ
ですから
その繋がりを大切にすることなんです

2018/2/13

『人と認知症と向き合うということ』

2018/2/13

爺様からの手紙

朗読します

2018/2/13

『手紙』 ～ 願い ～

- 前略 専門職の皆さんへ
- 私、88歳、男、アウルで生活して5年が経つ。これは、私の叫びというか、世の中に言いたい願いでもある。私は、ゴミを集めるのが使命？というか、あんた方介護する人の間では「収集癖」と言うやっかいな事のようなのだが、私にとっては趣味というよりリサイクル活動のようなものなのである。そんな集めたゴミを勝手に捨てられてしまえば、誰だって嫌な気持ちになる。ちょっと怒ったら、あんた方は「暴言」だの、「暴力行為」だのと言う。今回は、そんな趣味が高じてもの作りに発展していった話を、家（うち）の社長を通してお伝えしてもらおうことにした。

2018/2/13

今この国で起っている介護現場の実態

- 一般的に世間では私のような年寄りを「ボケ」老人という。専門的には「認知症高齢者」って言うみたいだ。しかし、私は叫びたい。そんなボケ老人にしたのは、あんた方介護をする人ではないか。社長にもよく言う。私達にだって考える力はある。感じる力だって、行動力だってある。それを、全部あんた方、介護をする人がやってしまう。年寄りを大事にするということを、あんた方は履き違えている。大事にするということは、何でもかんでもやってあげることじゃない。人間楽を覚えるとそれに慣れてしまうものである。それは、私達の弱さでもある。それは認める。ましてや年寄りだ。そんな機会を奪わないで欲しい。

2018/2/13

どう生きてきたか／自分の身体に起っていること

- 私は、昔ブリキ職人として働いた。自転車屋もやった。自転車の修理の手際よさを気に入られて、国鉄でも働いた。退職して、町内会の仕事をした。在家の坊主もやってる。今でも葬式でお経も読む。なんでも自分にできることはしてきた。でも、年を取ってくると記憶が定まらなくなってしまうことが、度々起きるようになった。心臓もいいほうじゃない。フランドルテープって言うのを貼っている。目も片方はほとんど見えない。世間で言う、身体障害者だ。手帳もある。それが、ある日突然「ボケ」だと言われて見れ、びっくり仰天だ。それでも、自分でいたいという願望は今でもなくなるらない。

2018/2/13

主体性と選択性の実現

- 社長が、ブリキ職人だった頃の道具を持ってこいと言うので、部屋に持ち込ませてもらった。その道具を使って、あらゆる物を創作した。もちろん、ゴミでだ。今日は、その一例を紹介する。社長にはいつも言っている。全国に広めて欲しいと。こんなにできる年寄りも、日本には五万といることを。伝えて欲しい。私達にできることを奪わないで欲しい。伝えて欲しい。私達にも感じる力はあることを。伝えて欲しい。私達にも、行動力があることを。できれば、あなた方の専門性を、そのことに生かせるよう研究して欲しい。いつかあなた方もそこにたどり着くだろうから。

2018/2/13

共有／共感の実現

- 今日は、ひとつ皆さんに私が創作した物を作ってもらおうよう社長にお願いした。それを是非お土産に持って帰って欲しい。全国にいる人たちに知らせたい。それが私の願いだ。こうやって頑張っている年寄りもいるということ。
お手紙読んでいただいて、ありがとうございました。皆さんも御身体ご自愛下さいませ。
- (この手紙はご本人と協同で考え執筆したものであり、内容及び発表することについては、本人の同意を得ているものであります)

2018/2/13

爺様の主張を実体験してみます？
～ある作品づくりからの主張！～

『こういうことをやっているとボケてる暇がないんですよ』

爺様曰く

**『これはボケに効くんです。
学会でも発表されているんです。
私はテレビで見たんですから間違いはない！』
確かに！効く！**

2018/2/13

爺様の遺言

- 『投げる物の中に宝はあるんだよ』
- 『空き缶で作っている時が一番楽しいね。頭で考えなくても手が動いちゃってるもんだから』
- 『何でも出来上がるまで努力してみる事だね。失敗したらどうして失敗したかを考えてみて、失敗してわかるんだから。頭で考えたんではダメなのよ。あなたもやってみなさい。やってみる事が大事だね』
- 『人に助けられればね、自分も何かしなきゃならないという考え方になるはずですよ。何でもいいから人に喜ばれる事をしたいなと』

2018/2/13

私たちのやりがいとは？

- 爺様で言えば
- 爺様の力（自治力）が十分に発揮されること
- そして爺様が最後まで生きぬくこと
- 爺様に対しどれだけの事をしたかではなく、彼の生き方にどれだけ心を込めたか

そのこと自体が爺様の喜びとなり、私たちの喜びとして感じられた時、本当の意味において相互に生きがいややりがいを感じることができる

2018/2/13

コミュニケーションは
するものではない

2018/2/13

コミュニケーションは
そこに在るものである

2018/2/13

存在そのものが支援である

By おれ

2018/2/13

『人と認知症と向き合う術』基本 六ヶ条

- その一 「繋がるきっかけを投げかけて観る」
- その二 「相手に応じる」
- その三 「相談事を持ちかける」
- その四 「とにかく賞賛、讃える、時に褒めるもあり」
- その五 「リアクションは大きく」
- その六 「付かず離れず、適度な距離感を作る」

2018/2/13

「目を開けて
もっと私を見て！」

イギリス ヨークシャー
アシュルディー病院の
老人病棟の奇跡

2018/2/13

『まとめ』

2018/2/13

2つの大きな柱

1. 病気にならないため

⇒自分を豊かに生きる

2. 病気になっても大丈夫

⇒懐の大きさ寛容さが自分を救う

2018/2/13

「帰りたい」

あなたはどうか対応しますか？

2018/2/13

「帰りたい」⇔帰宅願望・帰宅欲求なんかじゃない

「帰りたい」って言う人がいます。「帰りたい」のは山々だけど、「帰れない」ことも薄々感じています。本当は、「帰れない」けど「帰りたい」という気持ちをただわかって欲しいだけなのです。みんな「帰りたい」でも「帰れない」。人は本当の気持ちを言いません。本当は「私の気持ちをわかって」「帰りたい」気持ちをわかってもらえなくて悲しいのです。そう言っているだけ。一度その気持ちを受け止めて心から聴いてあげて下さい。「帰りたい」という気持ちと、「帰りたくなる」私の周りの私の扱いに気づいて下さい。洗濯物をたたむことで誤魔化さないで下さい。料理をつくることで誤魔化さないで下さい。レクや療法をして誤魔化さないで下さい。ドライブや買い物で誤魔化さないで下さい。「帰りたい」気持ちの裏に耳を傾けて欲しいだけです。「帰りたいですね、わかりました」と一言でいいから、気持ちを受け止めて下さい。まずは「はい、わかりました」と、ただそれだけでいい、わかって下さい。

2018/2/13

ひとは
どのような状態であっても
感情・感性は最期まで
そこに「在る」ものです

悲しみ・怒り・羨望・不安・愛

2018/2/13

3つの大切なこと

- ①『自分のことは自分ですること』
- ②『互いに助け合うこと』
- ③『社会と繋がっていること』

2018/2/13

皆さんお疲れ様でした。
ありがとうございました。

2018/2/13