

# ほがらか

ほなみだより

第90号

令和2年2月13日

[発行元] 酒田市本楯字前田 127-2  
[発行者] 医療法人 宏友会  
グループホームほなみ  
[問合せ] (0234) 91-7123

## 人生会議

を考えてみた

自らが望む人生の最終段階における医療・ケア

命の危険が迫った状態になると、約70%の方が医療・ケアなどを自分で決めたり、望みを人に伝えたりすることが出来なくなると言われています。

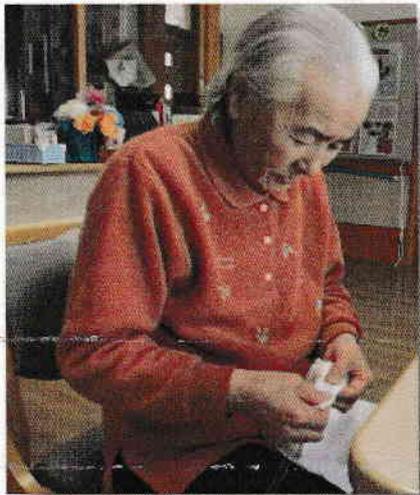
自らが希望する医療・ケアを受けるために、大切に行っていることや望んでいること、どこで、どのような医療・ケアを望むかを自分自身で前もって考え、周囲の信頼する人たちと話し合い、共有することが重要です。

医療・ケアチーム等と前もって繰り返し話し合い共有する取組を「人生会議」と呼びます。

厚生労働省HPより抜粋

ほなみでの取り組み

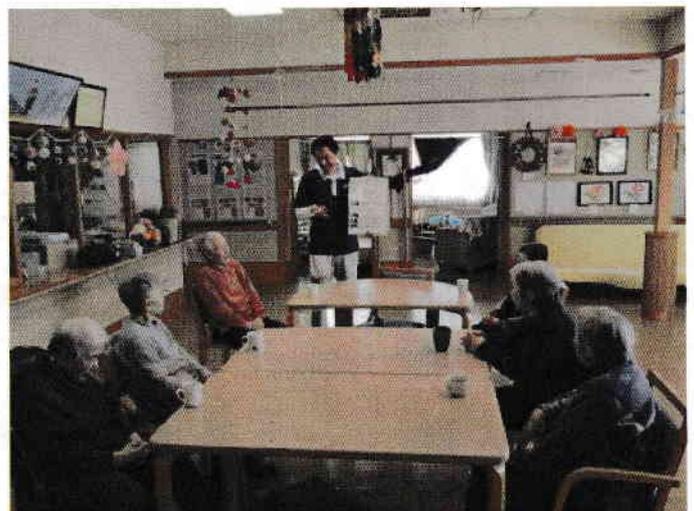
ほなみでは看取りを視野に入れたケアを実施してきました。居場所を替える事で充実した医療やケアを受けられる方法があるのにもかかわらず、ほなみで生活を継続してもいいのか葛藤がありました。そこでご家族と職員で利用者ももしその時になったらどうするか話し合ったり、利用者の方々にも普段の生活の中で、具体的な例をあげて意思を確認したり、どう考えているのかを聞いています。



筆者の所感

その日の体験や環境で、体調で気持ちが変わっていきます。確定していない事の数十年先の事を今のうちに考えておくのはおっくうになります。人生会議もしながら、毎日の体験や出来事の際にどんな気持ちだったか話したり、日記にしてみたりする事の積み重ねがその時に受けたケアや医療につながる気がしました。

(岸高之)



# 75歳で認知症と診断されたらどんな生活を送りたいですか

「認知症に詳しい方はどんな生活を想像しているか聞いてみました」



一般に75歳を過ぎると認知症と診断される方が増えてきています。認知症になっても意思が尊重され、自分らしく生活していくために、認知症に詳しい方はより具体的にどんな生活を想像しているか、5人の方に聞いてみました。また、この文を読んで認知症介護に携わる新人の方はどう思うのか、コメントしています。

## 70歳代男性

私はできれば生涯医師として勤めあげたいと考えているので、もし認知症と診断されても、受け入れることが出来ないかもしれません。医師の仕事が出来ない事で、家族や周囲の人に迷惑をかけるでしょう。その際は私の行う事を優しく見守ってください。今から頼んでおきます。



## 50歳代男性

たぶん活動的な認知症になりそうです。人間関係では怒りっぽく、暴力を振るうような症状があるかもしれません。

私は常々依頼された講話で、「自分が認知症になったら認知症のグループホームに入りたい」と言っています。発症初期の間は、グループホームに入って、穏やかにになったら、家に戻ってデイサービスに毎日行くようにしたいと思います。

## 60歳代女性

自然豊かな環境と住み慣れた家で過ごす時間を多く持たたいと言うのが基本にあります。気心が知れた人達とシェアハウスで過ごすことで、自分の生活リズムを維持したいというのが実現できればと思っています。それも実現性が薄い時は、定期的に家に訪問してくれて、出来ない事を補ってもらい、通所サービスはしっかりと運動できる事業所に行って、体力維持はしていきたいと思えます。認知症が進まないようにはしたいので、医療とは繋がってほしい。負担にならない程度にコントロールできれば出来る役割は続けたいと思います。



## 60歳代女性

ビスは嫌いです。今のうちから、こんなことを連れ合いにも頼んでおきたいと思います。75歳まで生きたので、あまり大げさな医療は要りません。ひなたぼっこしながらゆっくり眠るように逝きたいです。



#### 40歳代 男性

認知症や病気等で、妻や子供にお世話になる事もあるのかと今からですが少し不安な気持ちになる事があります。誰もが安心して生活できる様に様々な世代の方々と介護の現状を共有していけたら認知症や介護の理解度も上がり社会全体の住みやすさも良くなっていくのではないかと思います。

#### 20歳代 女性

将来の両親が認知症になっているかもしれないので、今からどんな老後の生活を送りたいのか、葬式はどうしたいのか聞いておきたいと思いました。老後の生活をしっかりと自身で考えていても介護者側は知らないでいると理想とする老後の生活は難しいので今からしっかりと把握させてほしいです。



当たるようになるそして、一人になると不安感が強く何をすることも億劫で、家族は過度のストレスや疲労を感じようになるでしょう。家族だけの介護にならないようにデイサービスを利用し認知症について理解がある職員に話を聞いてもらいたい。またこれまで私を知っている近隣の仲間に説明して「お互いさま」と見守ってくれることが理想です。認知症になっても安心して暮らせるように仲間との繋がりを深めていきたいです。

# ご利用者の 思いと対応

認知症の方と関わる際は、ご本人の意思を尊重した関わりが大切です。

ゆき子さん(仮名)は足の筋力が低下し、歩行器を使用しなければ、一人で歩くには転倒の危険があります。ゆきさんはいつも歩行器なしで歩こうとして、「これなくても歩いている」と話します。認知症の方は、自分の健康状態や置かれている状況が理解できないことがあります。そのため、歩行器の必要性を理解できず、また歩行器があることを忘れてしまっていると思われるます。

対応として、「ゆき子さん歩行器を使わないとダメじゃないですか、転んだらどうするんですか」などと、ご本人の行動を否定したり、歩くことを制限することは良くありません。良い対応は、「これを使うと安心ですよ」などと、さりげなく歩行器をご本人の側に置くと使うことがあります。またご本人が自力で歩けるようなら、側で付き添いながら歩いてもらい、必要な時にすぐ使えるよう歩行器を準備しておきます。歩く筋力や意欲があることはとても良いことなので、ご本人の気持ちを大切にしたいですね。

また日頃から、歩く導線につまづき転倒の危険がある物を置かないなどの配慮も必要です。(土田結佳)



雪だるま作り♪  
可愛くできました。

大物忌神社へ初詣に  
行きました。

福は  
うち!

書き初めをしました。

## ほなみ写真館

節分★



## ほなみ3月の行事

- 12日 童謡を歌う会
- 13日 民謡を歌う会
- 27日 踊り教室

時間はいずれも、午後2時〜3時頃まで  
一緒に楽しみませんか♪地域の皆さんの「  
参加をお待ちしています。TEL 91-7123

## 編集後記

現在、世界的にコロナウイルス感染者が増加してきています。首相官邸のサイトによると、手洗いやマスクの着用を含む咳エチケットなど通常の感染症対策が重要との事。普段の健康管理にも気を付け、免疫力を高めて病気に負けない体づくりを心がけましょう!

(佐藤真奈)

## ある日のほなみ

1月12日に新年をお祝いして家族と一緒に杵と臼を使って餅つきを行いました。昔ながらの方法でついた餅は、弾力があり格別の美味しさがあります。希望があった甘いあん餅と肉餅、正月らしく大根と人参の紅白なますを食べました。  
最後に今年の抱負を一言、「みんなと仲良く生活したい」今年もお互い助け合いながら楽しく生活をしましょうね。(川崎節子)

