

じぶんできめる応援団 第7回

どんな人でもお互いに元気を送りあえる地域に

平子俊之さん／介護付有料老人ホーム セントレアライフ常滑 施設長

小代忠明さん／NPO 法人知多地域権利擁護支援センター

「夢を見た～夢を見た～ あなたと添うとこ夢を見た～♪」プロの歌手かと思紛うような伸びやかな歌声に軽やかな身のこなし。セントレアライフ常滑のリビングには、今日も施設長の平子俊之さんと入居者の皆さんとの賑やかな掛け合いの音が響きます。老人ホームに入居してからも「じぶんできめる」人生をあきらめない。そんな暮らしを実現する秘訣を、知多地域権利擁護支援センターの小代が平子さんにうかがいました。



「明日が楽しみ」と思える毎日を

平子：私の最初の職場は百貨店の中の魚屋でした。思えば、そこで一緒に働いていた、大ベテランの86歳の方の姿に憧れたことが、高齢者の方と関わる仕事に就く原体験だったのかもしれない。

その歳ですから身体が思うように動かないこともあったのですが、毎朝4時に起きて始発で出勤し、市場から届いたばかりの魚を捌いて刺身をつくる。開店すると「さあ、いらっしやい」と威勢良くお客様を迎える姿が本当に格好が良くて、憧れました。

お店が閉店することになって転職したのが、訪問入浴サービスの会社でした。ご高齢の方で、ひとりでは入浴が難しい方のご家庭に訪問して入浴のサポートをする仕事です。ここで、介護は人の役に立てるやりがいのある仕事だと感じました。

ところが次に入った介護老人保健施設では衝撃を受けました。まだ介護保険制度ができる前で、当時は家族で介護しきれなくなった人がやむを得ずデイケアに預けられる…という面も大きく、施設に来るなり「家に帰して…」と懇願されることもありました。厳しい現実を目の当たりにして、家族と離れたり、家族と関係が良くない状態にある方でも、もっと楽しく豊かな老後を過ごせないものかと考えさせられました。

その後「笑う介護士」として知られる袖山卓也さんが名古屋市で開設された、定員が1日100名という大規模デイサービスで働きました。昔の歌を覚えたり、人前で楽しく話せるようになったのはこの経験からです。「毎日、ライブみたいなレクリエーションですね」と言われますが（笑）、「脳」と「体」と「心」を全部動かすのがいきいきと暮らすコツ。みんなで歌ったり笑ったりすることはとても重要なんですよね。



小代：老人ホームのような施設の生活は「刺激がない」と思われがちですが、セントレアライフ常滑さんには全く当てはまりませんね。（笑）

平子：80年、90年と精一杯生きてきた方の人生のフィナーレが「預けられている」とか、「助けられてばかり」でいいのだろうか？と思うんです。セントレアライフ常滑は、「明日が楽しみ」と毎日感じられて、入居者同士も私たち職員ともお互いに笑顔で元気を送りあえる場所でありたいと考えています。

やりたいことにつながる一步を踏み出せるように

小代：センターが後見人になっている障害者の方がお世話になっている施設で職員の人数がどうしても足りなくなってしまう、年末年始の期間だけ別の施設で泊まらなければならないことになりました。

どうしようかと考えた時「平子さんのところをお願いしよう」とひらめいたんです。障害のある若い人を受け入れた実績はないし、こうした場合に自費で利用する料金体系もなかったと思うのですが、快く受け入れてくださって。

慣れない環境で落ち着いて暮らせるだろうかと心配もしたのですが、カラオケしたり焼き焼きを食べたり、初詣にも皆さんと一緒に出かけられて本当に楽しかったとおっしゃっていて、ほっとしました。

平子：もといた施設に戻られた後、お礼のお手紙までいただいてしまって。私たちの方が感激してしまいました。

小代：セントレアライフ常滑さんでは、食事のメニューも「何が食べたいですか？」と入居者の皆さんに聞いてみんなで話し合っただけで決まったりと、必ず一人ひとりの方の意見にしっかりと耳を傾けて運営されていますよね。それが高齢者の方だけではなく、障害者の方にも良

かったのではないのでしょうか。

私たちは認知症や障害があっても、住み慣れた地域で自分らしく生活するためのお手伝いをしたいと考えています。センターで受任させていただいている方が何名かセントレアライフ常滑に入居されていますが、どの方もその人らしい暮らしを実現されていると感じます。

平子：食事は予め決めたメニュー通りにたんたんと作ってお出しの方が効率はいいかもしれませんが、私たちは介護の仕事を「やりたいことにつながる一步を踏み出せるようにすること」と考えています。だから「どうしたいですか？」と問いかけたり、話し合っって意見を出してもらって、どうすれば実現できるか一緒に考えることを大切にしています。

食事に生ものを出すことを避ける老人ホームが多いですが、うちは希望されれば安全には十分に配慮したうえでお刺身も出しています。施設だからといって「あれもダメ、これもダメ」とルールで縛ることはできるだけしたくない。

小代：たまにピザを取ったり、ハンバーガーを買ってきて皆さんで食べたりもされていますよね。(笑) 高齢者だから薄味のものがいいだろう、煮物がいいだろう、と決めつけず、皆さんが食べたいものや食べてみたい気持ちも重視されているのですね。

平子：夏は流しそうめんやバーベキュー、冬はお鍋が食べたいとなったら叶えたい。

ならば鍋に使う白菜を施設の横にある畑で作ってみようかとなる。白菜の育て方は職員よりも、長く畑をやってきた入居者さんのほうがずっと詳しいですから、教わりながら一緒に畑仕事をする。すると入居者さんも職員も楽しくなって「玉ねぎも作ろう、ジャガイモも植えよう」と、ますますできることが増えます。干し柿作りも教わりましたし、強く拘縮が出てしまっている方も一緒に椎茸の原木を叩いて菌を植えてくれたことも良い思い出です。とれた作物は毎日の食事にはもちろん、ご家族やお世話になっている病院などにもお渡ししています。とても喜ばれますし、入居者の皆さんの達成感にあふれた顔を見られるのもうれしいです。



高齢者だから、認知症だから私たちが何かを「してあげる」というよりは、その方の人生に「関わらせていただいている」という姿勢を忘れずにいたいですね。

一人ひとりの生を讃えたい

小代：「一人ひとりのやりたいことを叶える」は素晴らしいことですが、一方では大変な苦勞もあるのでは。以前は飼っていた犬と一緒に入居したいという方を受け入れたり、他の施設では断られてしまうような方も引き受けられていますよね。



平子：さすがに今はペットと一緒に入居は難しいですが…（笑）。認知症のせいもあって、ヘルパーさんなどまわりの人たちをすごく振り回してしまうタイプの方もいらっしゃいました。

そうした方ときちんとか関わっていけるか、私たちに支援できるのかという不安はありました。でも、身寄りがなくても認知症が進んでいても「ここなら安心して暮らせますよ」と言ってさしあげられる施設でありたい。

小代：たとえば、まわりの人をひどくなじってしまうような行動の背景には、その方の不安があることが多いですよね。自治会の役員を長く務めていらして、地域で頼られる存在だったのに、認知症になってからはできないことが増えて、人も離れていく…という寂しさを抱えておられたり。そのままならなさが、暴言という形でしか表せない状態になっているのかもしれない。

でも、セントレアライフ常滑に入居したらみなさん見違えるように落ち着いていらっしゃる。職員の皆さんが、どの入居者の方も心から大切にされている結果なのだなと分かります。

平子：そうですね、それは私たちが誇れることかもしれません。一人ひとりの方がこれまで生きてきたことを讃えたいという気持ちがあります。

そして私は小代さんや知多地域権利擁護支援センターの皆さんの熱い思いを強く感じますよ。いま目に見えていることだけではなく、その方の過去や、ご家族など関わってきた人たちの状況まで考えて「その人らしさ」や「その人にとっての幸せ」とは何かと常に考えておられますよね。

正直に言うと、私はこれからの日本の社会はどうなってしまうのかととても心配なんです。いよいよ団塊の世代が介護や老人ホームを必要とする時代になります。ますますそれぞれの人に合わせた多種・多様な支援が求められているのに、介護人材は慢性的に不足したままです。

私は介護の仕事の価値や魅力を伝えていくと同時に、地域の様々な人がそれぞれにできることや得意なことを持ち寄って、介護を必要とする人を支える「介護サポートプロジェクト みんなサポ」という活動にも力を入れていきたいと考えています。



「みんなサポ」では眼鏡店や洋品店、クレープショップといったお店の方にセントレアライフ常滑に来ていただいて買物ができるようにしたり、動物セラピーやワイヤーアート、鉛筆肖像画家さんやアロマディフューザーの会社さんなどが、入居者のみなさんの暮らしの幅を広げて豊かにするお手伝いをしてくれています。

誰もが楽しく、その人らしく生きてお互いに「元気を送りあえる」、そんな地域を入居者の皆さんや施設の外の皆さんと一緒に作り上げていきたいですね。