

戸山サンライズ

特集

グループホーム

2018年

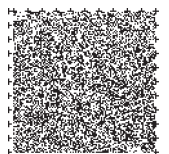
冬

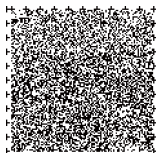


スポーツ 北国のグループホームにおける四季折々の運動ケア

お知らせ 平成30年度全国障害者総合福祉センター(戸山サンライズ)研修会概要

全国障害者総合福祉センター





←これは、SPコードです。
専用読み取り装置の使用により、誌面の内容の音声出力が可能です。

第32回障害者による書道・写真全国コンテスト

写真部門 金賞 「たくさんのコイ(植物園にて)」
広島市 福島 美津子

(作品PR)

エサに群がる鯉の群れ、迫力満点です。ピッタリと眼玉にピントが合っていて力強い極みです。



このコンテストは、障害者の文化活動等の推進を図ることで技術の向上、自立への促進並びに積極的な社会参加を目的として、(公財)日本障害者リハビリテーション協会(全国障害者総合福祉センター)の主催により毎年開催されているものです。第32回を迎えた今回のコンテストでも、全国各地より204点(写真部門)にのぼる素晴らしい作品がよせられました。

目次

2018年冬号

■特集：グループホーム

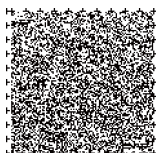
- グループホームの最新事情 ————— 荒井 隆一 1
- 社会福祉法人名張育成会の取り組み ————— 市川知恵子 4
- 地域で普通に暮らす
～訪問の家、グループホームの取り組み～ ————— 名里 晴美 7

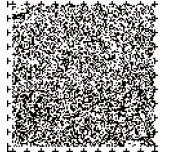
■スポーツ

- 北国のグループホームにおける四季折々の運動ケア — 大久保千賀子、山本美也子 10

■お知らせ

- 平成30年度 全国障害者総合福祉センター(戸山サンライズ)
研修会概要 日程案内 ————— 15





グループホームの最新事情

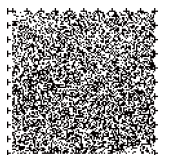
障害のある人と援助者でつくる日本グループホーム学会

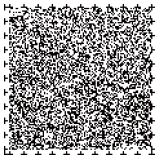
副代表 荒井 隆一

平成元年に全国100ヶ所で産声を上げたグループホーム制度ですが、30年が経ち現在では11万人を超える方々が暮らしています。制度開始時には、身辺自立要件や就労要件などがあり、すべての障害を持たれた方が利用できるようにはなっていませんでしたが、就労要件が通所でもかまわないというように変わったり、身辺自立要件も撤廃されるなど、年を重ねるごとに改定されていき、どのような障害を持たれた方でも利用できるようになってきました。当時は対象となっていない身体障害の方や難病の方も対象となりました。

ノーマライゼーションの理念のもとに集団や効率化からの脱却として始まったグループホーム制度。「あたり前の暮らし」という観点からも、既存の住宅の活用が推奨されていました。しかし、近年では認知症グループホームや障害者グループホームの建物火災による死亡事故なども起きて来たため、建物に対する取り扱い方が問われ始めました。そのような中で消防法の改正があり、スプリンクラーや自動火災通報装置などの消防設備が義務化になり、建築基準法上でも建物用途が問われ始め、既存住宅をそのまま活用することがなかなか難しくなってきました。そのような状況の中

で出てきたのが、新規建設をするグループホームです。しかも、建てる際の立地条件も、入所施設や通所施設、病院などの敷地内に建てることや、人数規模も、1つの建物に10人やそのような建物を複数棟まとめて建てるようなグループホームも出てきました。もともとのグループホームの趣旨というのは、先程も触れましたが「あたり前の暮らし」というような観点から既存の建物の活用が考えられ「地域社会の中にある住宅（アパート、マンション、一戸建て等）」と当時のマニュアルには書かれています。立地条件としても「原則として一般住宅地内に位置し、その外観は一般の住宅と異なることのないよう配慮されていなければなりません。」注釈として「立地条件としては、精神薄弱者援護施設や通勤寮と同じ敷地の住宅は望ましくありません。やむを得ず同一敷地内の住宅を使用せざるを得ない場合も、そこが一般住宅の中にあることは絶対の条件です。」と書かれています。そういった意味では、対象像や制度設計、建物のあり方などを含めて、平成元年に出来たグループホームと現在行われているグループホームというのは、同じ言葉が使われていますが、全く違うものになってきているよう



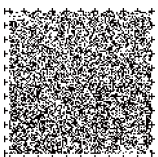


に感じます。

平成30年4月の報酬改定により、新たに「日中サービス支援型共同生活援助」というような物が出来ました。これは、元々は「重度対応型共同生活援助」の創設という議論を経て行き着いた物になります。その中身は、今までは任意になっていた夜間支援に関して、義務化したことと、日中にグループホームに残っている場合に職員配置をするような報酬が基本報酬としてまとめて出されるような仕組みになります。夜間の支援や日中利用者さんがホームに残っている場合にも報酬が出るのであれば一見良くなったように思えますが、出された報酬額を見てみると、制度設計として同じ建物に10人以上がいないと運営としては厳しくなるように設計されていることがわかります。また、昼間の職員配置にしても、10人に対して2人の職員配置すら厳しいような報酬額しか出されていません。確かに高齢化や重度化の問題はありますが、高齢化された方々や支援度が高い方々でも、集められて暮らすような制度設計ではなく、住み慣れた場所で暮らし続けられるような制度設計にするべきなのではないでしょうか？そうでないと、もともとのグループホーム制度が目指したノーマライゼーションの理念からは、かけ離れていくように感じます。

また今回、区分1・非該当の方々の報酬単価は6.6%も切り下げられました。それだけでなく区分2～区分6の方々も約1%程度下げられました。

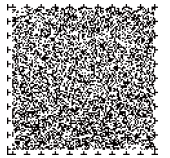
国の言い分としては、グループホームからひとり暮らしへの移行を



しやすくと言っていますが、果たして本当にそうなのでしょうか？

まず、区分1・非該当の方々の問題に関しては、実はからくりがあり、11万人利用されている方の中の2万人程度の方が該当しますが、非該当の殆どの方が認定調査を受けられていないということがわかっています。これは、現在のグループホーム制度が訓練等給付に位置づけられており、区分によらずに利用できることや、国が出してしまった「本人が介護を希望しなければ認定調査をしなくて構わない」というような通知を、変な解釈をされてしまって、認定調査を省略されてしまうような実態があります。一昨年行われた調査では、現在非該当とされている115名を対象に一次判定を行うと、98.3%の人は区分1～4に該当し、非該当と判定された人は1.7%しかいないという結果が出ました。まずは、区分がしっかりとした判断基準を基に出されているものではないことを整理しなければなりません。

次に「ひとり暮らし」の概念に関してですが、軽度の人（非該当・区分1）はひとり暮らしへ、それ以外の人はグループホームを利用するというような設計で良いのでしょうか？本来の考え方は「本人が希望すれば誰もが自分の暮らす場所を選択できる」ということだと思います。今回の改定においては、その辺りの方向性があまり良く見えません。ノーマライゼーション理念が浸透する前の集約化や大規模化への誘導となりかねないような危惧すら覚えます。ひとり暮らしを支える仕組みも、今後は家事援助のようなヘルパー類型は無



くなっていくのでは?というような議論もありますし、今回できた「自立生活援助」というサービスも1年間というような期限が設けられてしまいました。社会保障費がどんどん膨らんできていて、どこを抑制するのか?というのはもちろんわかりませんが、国全体における障害福祉関係の割合はまだまだ微々たるものです。年単位での比較で見れば確かに10年前に比べて2倍以上に増えています。(平成19年度 5,380億円 → 平成29年度 12,656億円)しかし、それで支援が必要な人にしっかりとしたサービスが充足されたのかというとそんな事はありません。これは、元々が少なすぎたのだと言えます。そしてそれは予算が倍以上に増えた現在でも全く足りているわけではなく、今後はその辺りの、障害を持たれた人に対する社会保障のあり方も真剣に議論する必要を感じます。

終わりになりますが、グループホーム制度の創設に携わった方々は、後に当時の想いを次のように語ってくださっています。

「(前略)障害者が長く管理されてきた歴史に鈍感になってはいけません。ふつうの暮らしがしたいという本人の願いが基本です。福祉職員は、その専門性で理念を構築すべきです。

専門性で難しければ、もし自分が入居者ならどう感じるか、自分に当てはめて考えることは出来るでしょう。

(中略)福祉従事者に期待します。多くの本人の声を聞いて下さい。・・・福祉とはそもそも何だったのか、熱く論議して下さい。巻き込み語り合い、みんなで時代を創って欲しいのです。少人数と管

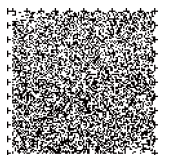
理性の排除はグループホームの“命”です。“命”は大切に守らねばなりません。

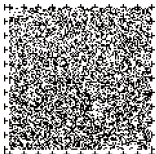
行政も現場も、この点を共通理解し、それぞれの役割を果たせば、後は時間をかけてその質を高める努力をすれば確かな道がたどれます。障害を持つという理由で願いが切り捨てられる理不尽を、決して許さないという覚悟が大切です(後略)。

また、こうも言っています。

「グループホームは当初、4~5人での暮らしへの支援という考え方でした。が、「当たり前の暮らし」という建前から考えると変です。人は縁もゆかりもない数人のグループで暮らすのが当たり前ではないからです。そこでゆき着いたのは「暮らしの基本は世帯もしくは個人」という当然のことでした。」

この制度を創られた方々の想いを私達はもう一度確認する時期なのかもしれません。何のためにグループホーム制度ができたのか?最後に目指さなければいけない場所はどこなのか?あくまでも「個人や世帯」の暮らしなのだということをお金がないから、人が足りないからと言い訳すること無く、どうしたらノーマライゼーションの社会が実現できるのか?それを福祉関係者だけではなく、国民全体で考えられる社会になることを願います。30年経ち、時計の針を戻してはならないと。





社会福祉法人名張育成会の取り組み

社会福祉法人名張育成会
理事長 市川 知恵子

名張育成会のグループホームは入所施設からの移行、家庭からの移行や精神科病院、地域定着支援センターを経た入居など多様な人たちの暮らしの場となっています。平成3年から26年を経過し16住居（サテライト1件を含むと17戸）入居者86名の事業を行っています。この経過を振り返り、グループホームの意義と課題を考えてみたいと思います。

1. 家族と地域への啓発と理解の促進

開始当初は、入所している人を「入所施設という安全な場所」から「地域という物騒な荒海」へ放り出すのかという家族の不安と同時に住居の周りの住民からは、障害への理解不十分さから「何が起こるかわからない」という不安と反対がありました。

① 家族の理解

家族には時間をかけながら、地域での生活が困難になった際には、法人が責任をもってフォローすることを伝えました。また、施設への安心の源が、大きな建物と集約されて可視化できる職員体制にあるのではと考え、事務所の設置、職員支援体制の可視化を図りました。入居後のトラブルへの対応が確実に行われることがわかると、ご家族の反対は徐々になくなりました。

② 住民への丁寧な説明と啓発

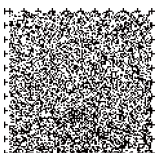
行政と連携して啓発ビデオを作成

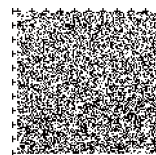
し、区長、民生委員への啓発をはかりました。また、開設時の住民説明会で行政の担当課長からグループホームの必要性を説明してもらいました。具体的な不安と、根拠のない不安がないまぜになった意見が出たこともありましたが、丁寧なプロセスと実際の入居後の状況を見て、現在はグループホーム設置への反対はなくなっています。『私たちの地区でもグループホームを運営してくださいよ』と声がありその地域に開設したこともありました。今年1月にスプリンクラー設置条件から、その住居から転居することになって挨拶に伺うと残念がられたというエピソードもあります。

2. 住居の立地と形態

住居については当初から街の中にと考え進めてきました。自己所有の土地に建てるという視点がなかったためすべて賃貸で確保してきました。当初は民家の賃貸でしたが、平成17年に新築物件提供の申し出があったことを契機にグループホーム用住居を建築するので借りてほしいとの申し出が増え、私たちの希望を入れ設計した新築物件を借りることが増えました。現在、建築基準法・消防法をクリアし建築した物件の賃貸数は8件です。その他、民家賃貸が2件、ビジネスホテルを日本財団の補助で改修し賃貸しているもの1件、マンションやアパートが5件です。

グループホームは「入居者が協力しながら地域生活を営むところ」と考えた時期もありましたが、運営してみるとそれが如何に無理難題かがわかってきます。別々の人生を歩んできた人達には、そ





それぞれの暮らし方や特性があり、相性があるため、そこにストレスをためたり無用なトラブルが発生したりします。それに対応するために、現在のサテライト住居のように、少し離れたワンルームマンションで生活する形態を考えました。また、人との折り合いがうまくいきにくい人達のために、ワンルームマンションを5室と共同生活場所としてもう1室のワンルームを併せて一住居としているホームもあります。



住宅街にあるポピーホーム

3. 入居者の変化・・・エンパワメント・自分のペースでの生活

Mさんは学童期から30年以上の施設生活を経て地元工場に就職。今まで単独での外出経験は皆無の人でした。居宅介護事業を使って休日には買い物や当事者サークルに出かけました。何か月か後、ヘルパーが支援のためにグループホームに行くと機嫌が悪くなり怒り出すということが続きました。ヘルパーとの相性か、とヘルパーを変更してもらってもダメでした。ある日、職員が気付きます。『彼はひとりで出かけたのではないか』と。これは正解でした。彼は、私たちの先入観を見事に裏切り、経験により成長していました。こんな経験はその後も続きます。

何が彼らを強くするのでしょうか。それは環境ではないかと思います。入所施設には、時間の流れに決まり（日課）があり、大勢の職員がいます。一方、グループホームは自分の住まいであり、大きな（権威の象徴のような）職員室もありません。

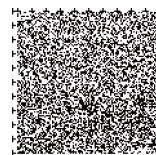
暮らしの場です。職員も市民感覚の豊かな普通のおじさんやおばさんの方が多いのです。日々の支援者はせいぜい2人くらいです。それは、「形」として強者にはなりにくいのではないのでしょうか。

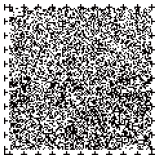
加えて、多様な支援者（通所事業所、ヘルパー、相談支援事業者等）との関係ができ、自分を取り巻く一律ではない関係性を体感します。単体の支援者（入所施設や家庭）といった時と異なり、相談や苦情先の選択肢が増えます。支援者の質やスキル以前の、地域生活の前提である『組み合わせされた複合体による支援』には絶対者ではない揺らぎのようなものがあります。単体で支援するモデルはすでにそれ自体に、他の情報や視点が入りづらい支援の権威化が内在するおそれがあると私自身は考えています。

Mさんは最重度の知的障害とてんかん、睡眠の不安定さがある女性です。少しの刺激で爆発的なパニック状態になり、いきなり他への噛みつき行為のある人で家庭から入居しました。様々な刺激への過敏さがあり落ち着いた状態を保つのが家庭でも難しい状況でしたが、グループホーム生活12年目。少人数の暮らしの場で、支援者が彼女の状態を配慮することのできる生活範囲を生かして穏やかな生活をほぼ保つことができています。思春期から青年期後半まで続いた疾風怒濤のような時間と噛みつきによる痣が手にも足にも消えることのない母を思うと、この暮らし方に感謝する思いがあります。

4. 地域も変わる・・・彼らの存在が変えていくこと

地域で暮らしている彼らは、地域を変えていきます。名張市内のK地区では、グループホームが複数あります。20年前に民生委員からの申し入れで交流会が始まりました。民生委員は順次メンバーが入れ替わりますので、地域のたくさんの人達と時間をともにしてきたこととなります。また職員の多





くは、地域の市民です。入職時には専門性はありません。しかし、生活のスキルと優しさがあればいい支援ができます。一人の市民として障害のある人達を自分も支援している、という経験を重ね周囲にそれを広げていってくれます。「障害者の支援は専門家でないとできない」という時代はすでに終わっています。「私たちにも支援ができる」という経験が誰もが共生できる奥行き深い地域をつくっていくのだと、私たちも市民の方たちも気づき始めています。



地区の運動会に参加

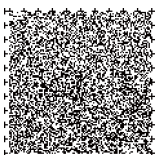
5. 山積みの課題

①入居者の高齢化への対応

現在最も高齢の方は82歳です。60歳以上の方が36%。知的障害の人達は比較的早期から加齢に伴う機能低下が起こる傾向があります。入居している人の多くは、このままグループホームでの生活を願っていますが入所施設機能と比較して、グループホームは制度的に障害の脆弱性や高齢化に対応する機能が低いと言わざるを得ません。制度面での貧しさを独自の工夫で補うまでには至っていないのが現状です。今後、重介護型の設置も視野に入れた受け皿作りが必要です。

②職員の確保と支援体制

現実の支援体制は職員不足のため、サビ管が支援員を兼ねる状況が続い



ています。個別支援計画を中心として支援の提供プロセスがうまく回っていません。これでは、職員の中に「自己判断による支援」や「困難な支援に対する拒否感」や不安が日常化していきます。現在フルタイム職員が38%、パートタイマーが62%で、82人の職員体制です。解決のためには、まず職員の確保。労働力不足社会の中で最も難渋していることです。様々な工夫を凝らして職員確保に邁進中！です。

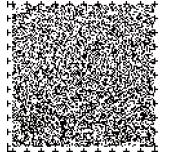
6. 行動障害のある人こそグループホームへという願い

15年前には確信していました。『障害の重い人、行動障害の人こそグループホームの暮らしがふさわしい』。自分の不安や苦しさを言葉で伝えることができない人達こそ、この生活の場が必要だと。こんな重度の人を施設から出すのか、と行政に言われたこともありました。それから15年、たった今現在の私たちはグループホーム運営の様々な困難さの壁の前に、息が切れたマラソンランナーのように立ち止まってしまっていました。

しかし、入所施設にいる行動障害のある人、そして支援に苦渋している職員を思うにつけ、やはり、行動障害のある人の特性に個別に対応できる暮らしの場はグループホームではないのかとあらためて思い始めています。いつか近い将来、支援の専門性を高め支援体制の体力をつけて、入所施設環境の刺激の多さ等で生きづらさを感じている人達に「グループホームに移っておいでよ」ということができるように、地域や関係の方々と共に、力を尽くしていかなければと思います。この原稿を書く機会を与えられ考え続けるうちに、そう決意することができました。

ありがとうございました。





地域で普通に暮らす ～訪問の家、グループホームの取り組み～

社会福祉法人訪問の家
理事長 名里 晴美

はじめに

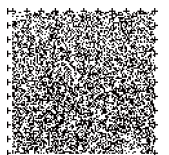
社会福祉法人訪問の家のグループホームについて記述するにあたり、まず法人の成り立ちと理念を述べます。訪問の家は、1985年に社会福祉法人を設立し、翌1986年（昭和61年）、重症心身障害児者といわれる重い障害のある人の通所施設『朋』を開設しました。横浜市では、1972年（昭和47年）に、どんなに重い障害がある子ども学籍を持つ全員就学制が開始されています。子どもたちは、学校教育の中で仲間を得、人の中で生きる力をつけていきましたが、卒業後に通える場はありませんでした。これに対し、卒業後も通い、集える場をつくろうと、母親たちと法人創設者である日浦美智江氏らの願いと運動の結実として、『朋』は誕生しました。当時、重症心身障害児者の通所施設は法律になく、施設種別は知的障害者通所更生施設としましたが、実際に通所する人に対応するために、横浜市単独の補助をいただいでスタートとなりました。前例や制度のあるなしにかかわらず、目の前の人が望んでいるものを生み出そうという理念は、その後のグループホームの開設、運営につながっていきます。

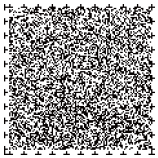
訪問の家の根幹を成す、もう一つの考え方として、「文化施設としての社会福祉施設」があります。これは、社会福祉施設がそこを利用する一部の人のためだけでなく、広くその地域の方々にとって、

命や人間が生きるということ、人と人が関わり合うということなどを感じ、考え合える場であるという、法人設立ときに創設者日浦氏が唱えたものです。この考え方もまた、その後に開設する法人内すべての事業所における基本理念となっています。

訪問の家のグループホーム

訪問の家では、現在、横浜市内に13カ所のグループホームを運営しています。1カ所目のグループホーム『きゃんばす』（栄区）の開所は1994年（平成6年）、『朋』開設から8年後のことでした。聞き取るのが難しい『朋』メンバーの、「お父さん、お母さん、（私の介助で）たいへん」と、もう一人が文字盤で指した「一人暮らししたい」という“本人の言葉”から始まりました。身の回りのほぼすべての介助を受けながらも、パン作りとその販売等の活動をし、地域にも知り合いが増えていく一方、生活全般の介護を担う家族の高齢化という不安がふくらむ中、本人たちはどうしたいと思っているのか、その思いに耳を傾けたいと考えました。数か月の入所施設経験のある彼女らは、入浴や消灯時間などが決められている自由の利かない施設ではなく、朋への通所も続けられるグループホームでの暮らしを希望しました。当時のグループホーム制度は、全面的な

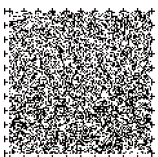




身体介助を必要とする人を想定したものではありません。それでも、彼女らの声を聞き取ったスタッフは、「できるよ！」と答えていました。この時も、横浜市へ、家族の実情、本人たちの希望、具体的な要望等を伝え、当時のグループホーム制度に「介護型」という市単の上乗せの仕組みが創設されました。これにより、介護を要する重い障害のある人のグループホームが実現できたのです。家は、『朋』開設当初よりご理解いただいていた朋近隣の方が、持っていた家を貸してくださり、入居する4人中3人が車いすを使用しているため、玄関の段差解消機、階段昇降機、浴室と居室3部屋へのリフト設置等の改修工事をしました。こうして、本人、家族、スタッフの誰もがはじめての経験となる新しい暮らしが始まったのです。

『きゃんばす』の入居者は、男性2人、女性2人。コミュニケーションの方法は4人4様。慣れた人がなんとか聞き取れる言葉で、文字盤で、イエス・ノーを足を振って、文字に○×をつけて、それぞれ意思表示をされます。それでも、ちょっとした体調の変化はもちろんのこと、気持ちの浮き沈みや普段と違う表情など、まわりの人が常にアンテナを張り、受けとめ、確認することが必要です。しかも、介助者は数名がローテーションを組み、昨日と今日では違う人が対応します（夜間は男性1人、女性1人）。生活上のあらゆることが、あ・うんの呼吸で進んでいた家族との暮らしとは、大きく異なるものだったろうと思われま。慣れないスタッフの介助が嫌だったことや、どうしても思いが伝わらない悔しさもあっただろうと思ひます。「本当に大丈夫なのか」、家族の不安の声も

しばらく続きました。新たな暮らしが出来上がっていくのには、ある程度の時間が必要でしたが、今では、

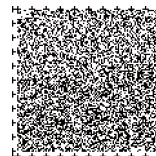


通所先から戻った自分の部屋で、リビングで、それぞれ好きなように過ごされ、コンサートや旅行など個人の楽しみも、ホームのスタッフと一緒に計画します。一緒に暮らす仲間のこともお互い気にかけてながら、それぞれにその人らしい暮らしが築かれています。いつの間にか、何人かの親の方が亡くなり、ほとんどの人は泊りがけで実家に帰ることはなくなりました。

こうした『きゃんばす』メンバーの暮らしぶりを目の当たりにし、以後、グループホームでの暮らしを希望する人は増えていきます。現在の訪問の家のグループホームには、『きゃんばす』の4人よりも意思表示の確認の難しい人、さらに、経管栄養や気管切開といった医療的ケアを必要とする人についても、日頃の本人の様子などから、グループホームを望んでいるだろうと捉えられ、グループホームで暮らされています。

晃子さんの暮らし

晃子さんは、25年程前に朋メンバーとなりました。14年前、母の病気のため市内の入所施設に長期入所となります。直後に母は亡くなりますが、約1年の施設生活を経て、訪問の家が新設したグループホームへ、いわゆる地域移行をされました。この時に大きな決断をなされた父もその後亡くなり、時折ホームを訪ねる兄弟に見守られつつも、今、晃子さんは、365日をホームで暮らしています。晃子さんは、車いすで、身の回りのほぼすべてに介助が必要です。本人からの言葉やイエス・ノーなどを明確に表現することは難しいのですが、視線や目の輝き具合、嬉しそうだったり嫌そうだったりする表情等で、気持ちを伝えてくれます。お肉やスイーツなどおいしいものを食べるのが大好き。おしゃれも好きで、素敵な装いをして「晃子さん、ステキ！」と言われると、本当にうれしそ



うな、自慢げな顔をされます。ホームには、世話人、生活支援員の他、14、5人のヘルパーが入っています（「介護サービス包括型」だが、経過措置により個人がヘルパーを利用）。ヘルパーさんたちは、晃子さんの表情を、とても丁寧に受けとめてくれます。晃子さんが何かに気持ちを向け、うれしくなったり、興味津々だったり・・・、そうした晃子さんの表情の変化を見つけ、確かめられた時「やっぱりそうだよね」と感じられることが、ヘルパーさん自身の喜び、やりがいになっているのだろうと感じます。

昨年、晃子さんは誤嚥性肺炎による入退院を繰り返した後、胃ろう造設の処置を受けました。ホームでの生活に戻るため、新たに必要となった胃ろうからの注入については、数か月の入院中に、ホームのスタッフとヘルパー数名がレクチャーを受けました。退院後、本人を囲んで、ホームのスタッフ、ヘルパー、通所先のスタッフ、弟さんも参加され、「ただいまの会」が開かれました。花束や手作りの桜ゼリーでみんなから祝われ、その中心で終始ニコニコ顔の晃子さん。弟さんは、「家族では暮らせなくなりましたが、晃子は、グループホームで家族以上のことをしてもらっています。」とあいさつされました。その言葉に、スタッフやヘルパーさんたちみんな、泣いてしまいました。

生活の中の一つ一つのことに、最大限、晃子さ



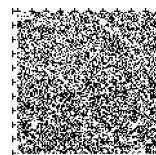
晃子さんとヘルパーさんたち

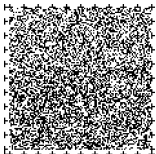
んの希望が汲み取られています。そして何より、「ここにいて欲しい」と思う人たちに囲まれて、晃子さんの今の暮らしがあります。

地域で普通に暮らすということ

訪問の家の13カ所のグループホームには、現在、約150名のヘルパーが関わっています。近隣に住む方も多く、おそらくヘルパーさんにとって、ホームもそこに住むメンバーのことも、たいへん近い、愛着のある場であり、関係なのだろうと思います。また、ホーム所在の自治会主催のお祭りに出店したり、サロンや防災訓練にも参加します。地域住民の一員として、気にかけていただく関係も少しずつできています。重い障害があり、言葉での表現は難しくても、お一人お一人が様々なことを感じ、表現されています。そうして表現されるその人の希望から、その人の人生がかたちづくられ、彩られていきます。それらを、地域の方々など関わった人たちと感じ合いながら暮らしていくこと、“地域で普通に暮らす”とは、そういうことなのだろうと感じます。

障害福祉施策の現状、全国的な状況では、残念ながら、まだまだ重い障害がある人の暮らしの場は、自宅か入所施設以外の選択肢がほぼないと言わざるを得ません。訪問の家も、13カ所のグループホームを運営しながら、多くの課題にぶつかっています。それでも、地域の中でたくさんの人と気持ちを行き交わしながら、いきいきと暮らす姿からは、こうした暮らしが絶対に守られなければならないと感じさせられます。そして、人生のいい時もそうでない時も、様々な節目を近い人の輪の中で生き続けることを大事に、これからもあきらめず、みんなと一緒に歩いていきたいと思っています。





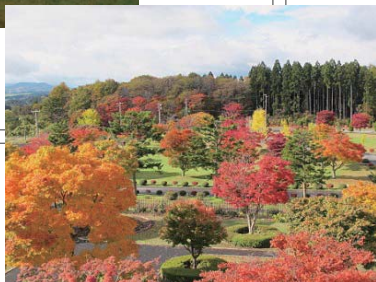
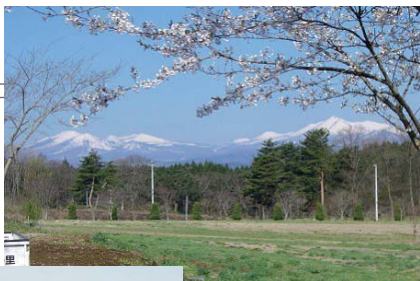
北国のグループホームにおける 四季折々の運動ケア

グループホームふるさと
管理者 **大久保 千賀子**
介護老人保健施設みのり苑
理学療法士 **山本 美也子**

1. はじめに

グループホームふるさと十和田は、青森県十和田市にある介護老人保健施設みのり苑に併設する形で青森県初となる認知症グループホームとして、介護保険が始まる以前の1999年12月に誕生しました。

みのり苑はもともと牧場を整地し、開設していることから敷地面積は約1,000,000㎡あり、ホームからは八甲田連峰を望み、近くには奥入瀬川が流れている静かでゆったり暮らしていける環境となっております。



青森県は特に四季がはっきりしており、春には冬枯れした木々が一斉に芽吹き、4月後半からゴールデンウィークにかけては敷地内に約200本の桜が一気に咲き始めます。

この恵まれた環境を生かし、私たちが運動ケアとして意識しているのが、歩行を中心とした「散歩」です。

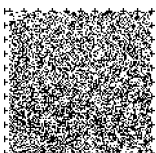
青々と茂った草花やそよ風、スズメの鳴き声、川のせせらぎなど、青空の下に身を置くことは五感の最高の御馳走になり、心身に開放感を与えてくれています。

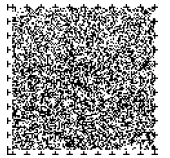
また“移動”（歩行）は「食事」「排泄」「入浴」「着替え」「整容」など生活全般に必要不可欠であり、歩行ができなくなることは、（介護的意味において）自立を遠ざけてしまう事ではないかと考え、日常生活の基盤である「歩行」を運動ケアの一つとして取り組んでいます。

2. 春

十和田市の春はまだ気温も上がらず、冷たい風が吹く季節ですが、春の訪れを感じさせる桜の木の姿は、入居者の活動意欲に変化をもたらし、散歩を積極的に取り入れる事が出来ています。・・・が、そうはいつでも相手はやはり認知症の高齢者、毎日が同じではありません。

外への一歩がなかなか出せない入居者に四苦八苦することもしばしば。また、突発的な動きから何が起るかわからない状況もあり、決して穏や





かな散歩とは言えない事もあります。しかし面白いのは不意に見せる入居者の清々しい笑顔や、突拍子もない言動。

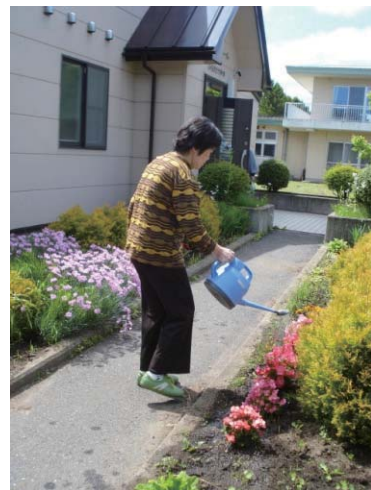
先日こんな事がありました。いつもと変わらない散歩の時間、散歩には消極的でホームの中では歩きたがらないAさん(要介護2)に「車椅子使ってもいいですよ」と職員が声をかけると「歩きたい！」と急に強く訴えたのです。

普段口数が少ないAさんから「～したい」と希望が聞かれる事はなかったので、職員は驚くと同時に嬉しくなり、さっそく外へ連れ出しました。

するとさらに驚いたのは、玄関から出るとAさんは「ああ。いいなあ」「やっぱり外がいいなあ」と小さな声で言ったのです。

その時のAさんの笑顔は今でも鮮明に覚えています。

また、春は園芸活動としてホーム専用の畑を耕し、近所の農家さんから頂いた野菜の苗と一緒に植えることで地域住民との交流を図りながら、自分たちの居場所を確立させています。

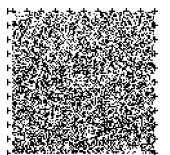


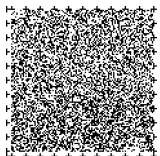
3. 夏

夏は青森特有の短い夏(暑いのは7月終わりから8月のお盆過ぎまで)を謳歌するため、ねぶた祭りや八戸三社大祭をはじめ、近隣の市町村で夏祭りが盛大に行われます。これらのイベントへ参加する為に、外出する(運動)機会を作り、心身の活性化を図ります。昨年は散歩コースの中庭でバーベキューにも挑戦しました。

4. 秋

秋には春に植えた野菜の収穫時期を迎え、家族交流会を開催し、ご家

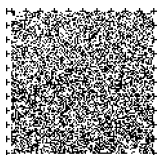




族を交えて収穫、調理、試食会を行います。

栽培に伴う農耕・園芸の作業行為は、単に収穫物を食べるというだけでなく、身体面や精神面・社会面の向上など、人間の生活そのものに関わる側面があると言われています。以前、入居者のBさん（要介護4）が苗を植えようとしたところ、正しいやり方を教えようと同じ入居者であるCさん（要介護2）が参加し、そこに能動的な共同作業が生まれました。また、活動性が低く、伝い歩きがやっとであったDさん（要介護3）は、いつのまにか支えなしで立位を保つどころか、しゃがんで土をいじる行為も見られ、職員皆驚かされたこともありました。

職員からするとヒヤヒヤする場面も数多くありますが、結果として日常生活動作の自主的な向上に繋がれば、この園芸活動も日々の散歩も無意味ではないと思い、とてもやりがいを感じる瞬間もあります。



5. 冬

秋が終わると、長く厳しい冬を迎えます。職員共々、正直活動的になれない時期ですが、工夫を凝らして冬も運動ケアを行っています。

とは言っても、最近では最も寒い1月の平均気温が -2°C 、積雪は多い時で50cm以上もある豪雪地帯のため、さすがに屋外の散歩はしばらくお休みで、屋内での活動が中心となります。

玉入れゲーム、風船バレー、ラジオ体操や音楽に合わせて自由に踊ることも。

どうしても活動空間が限られるため、出来るだけ足腰を使う運動を選択し、毎日のレクリエーションとして運動を取り入れています。

難しいことは、入居者9名全員が参加すること。認知機能や身体能力はバラバラ、実に個性的で自由な入居者様達。

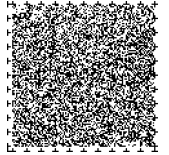
日勤帯の職員3名で対応するのは簡単な事ではありません。

ルールが理解できず、手取り足取りの対応が必要な方、急に歩き出してしまう方、途中で眠ってしまう方など様々です。

「どうしたらいいのだろう・・・」

私たちは、ゲームのルールを出来るだけシンプルにし、難しすぎず、かつ易しすぎないオリジナルのゲームを考えるようになりました。具体的には、風船バレーでは2チームに分かれますが、ネットを高く張ってしまうと、相手が見えづらいのか入居者が混乱を招いた経験から、ネットの位置を極端に低くし、お互いの顔が見えるように工夫しました。また、1回の活動時間を15分～20分程度とし、時間にもメリハリをつけることで入居者の精神的負担を減らしました。

また、“集団”にこだわる事をやめ、好みや個性を生かし、趣味や会話を楽しむなどの個別レクリエーションも行うようにしました。結果、それぞれのペースに合わせて毎日活動を行う事ができ、職員の負担も軽減しています。



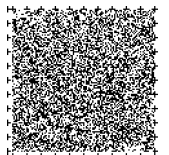
レクリエーション以外では、やはり“歩く”事は冬でも継続しています。内容は併設するみのり苑の広い施設内を訪問がてら歩くこと。

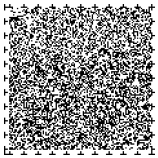
現在はまだ歩くだけに留まっていますが、みのり苑にはリハビリに使用するためのトレーニングマシンや道具が充実しているため、今後はこれらを利用した運動ケアに取り組んでいけたらと考えています。



また、地域の学生ボランティア、家族交流会、慰問団体などと一緒に、出来るだけ多くの人と活動することも積極的に実践しました。

毎日行う事はできませんが、定期的に外から人を招き、充実した人数で活動を行うことで、9名全員で行う運動ケアが可能な事も増えてきています。





また毎年お正月には近くの神社を自分の足でお参りし、一年の無病を願うのもホームの恒例となっています。この時期にはもちろん積雪があるので足場は最悪です。ですが、そこはやはり北国育ちの先輩方、普通に歩いたら危険な事は体が覚えています。自然と重心を低くし、足の裏全体を地面につけ、滑らないよう、そして歩行が不安定な方は、言われなくとも職員にがちりとしがみつ、慎重に一步一步と歩きます。関東地方で雪が降ると、道端で滑って転ぶ人の姿が決まって全国ニュースで流れますが、ここの入居者たちの方が雪道の歩き方はうまいようです。



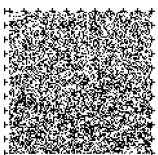
そして厳しい冬を乗り越えると待ちに待った春がやってきます。

閉めきっていることが多い窓を全開にし、少しだけ鈍った五感を呼び覚ますため、今年もまた中庭に散歩に出かけます。

6. 終わりに

認知症ケアというと、精神面に対するアプローチばかりに目が向きがちですが、生活の基本を整える事で、認知症の症状を軽減することに繋がる事を私たちは今とても実感しています。

グループホームでは入居者の意思を尊重し、入居者のペースに職員が合わせ、自立を支援するケアが求め



られています。

家庭的な雰囲気の中で普通の生活をし、「自分のことは自分でしたい」という入居者の意思を介護職員は引き出していく必要があります。

「必要最小限だけ手を貸して見守るケア」

これはある意味で大変忍耐が必要な仕事です。それでも決まった入居者とずっと一緒にいて、喜怒哀楽を含めて生活すべてをともにする仕事への魅力、私達はグループホームをもっと世間に知ってもらい、認知症は怖くないと思える日本になってもらいたい、そう強く思っています。

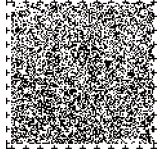
年々重度化し、超高齢化社会を目前にしている今、本来の目的である在宅復帰が実現するケースは稀になっていますが、その背景には一緒に生きていく家族のサポートが得られにくい環境になっている事が原因の一つだと感じています。

認知症があっても安心して暮らせる家『グループホームふるさと十和田』は、これからもずっとこの街で認知症と向き合っていきます。

参考文献

- 1) 小平 めぐみ・他：介護の生理学
- 2) 山井 和則：グループホームの基礎知識
- 3) 竹内 孝仁：認知症ケア



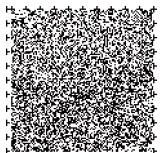


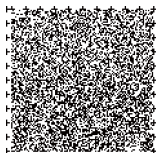
平成30年度 全国障害者総合福祉センター(戸山サンライズ)

研修会概要

※下記の日程は都合により変更することがあります。最新の情報は当センターHPにてご確認ください。

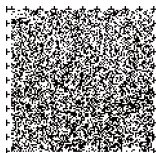
研修会名	目的	受講対象等	研修期間	日数	定員	資格認定等
<p><新規> 『共生社会をめざして』 地域づくりのための研修 会</p>	<p>共生社会の実現に向けて、行政職員、障害児・者福祉従事者をはじめ、障害当事者、地域住民、その他が一丸となり地域づくりを推進していくことが重要である。 各自自治体、事業所等が地域づくりのための重要な資源であるという意識を持つことができよう、地域づくりの基礎・応用を学び、共生社会の実現をめざすことを目的とする。</p>	<p>市町村(障害福祉担当者)、障害者福祉センター、障害者団体、各障害福祉サービス事業所の職員、その他障害者福祉に関わる者。</p>	<p>3月6日(水) ～3月8日(金)</p>	<p>3日</p>	<p>70名</p>	
<p><新規> 『共生社会をめざして』 自立支援協議会担当者 (関係者)のための研修 会</p>	<p>共生社会の実現に向けて、行政職員、障害児・者福祉従事者をはじめ、障害当事者、地域住民、その他が一丸となり地域づくりを推進していくことが重要である。 その一翼を担う自立支援協議会について、活発な運営を行うことにより、地域の各機関が連携し、共生社会の実現に寄与することを目的とする。</p>	<p><自治体職員対象> 市町村(障害福祉担当者)</p> <p><事業所職員対象> 障害者福祉センター、障害者団体、各障害福祉サービス事業所の職員、その他障害者福祉に関わる者。</p>	<p><自治体職員対象> 1月23日(水) ～1月25日(金)</p> <p><事業所職員対象> 3月20日(水) ～3月22日(金)</p>	<p>3日 3日</p>	<p>70名 70名</p>	
<p><新規> 意思決定支援と虐待防止に 関する研修会</p>	<p>各都道府県において、「権利擁護・障害者虐待防止研修」が実施されているが、虐待の発生は後を絶たない。 また、「意思決定ガイドライン」が平成29年3月に示されたが、それを職場内で共有し、常に意識しながら支援している事業所は少なく、ガイドラインが浸透しているとは言い難い。 本研修では、意思決定支援と虐待防止について基礎から学び、障害のある人たちが地域において安心して暮らせる共生社会の実現に寄与することを目的とする。</p>	<p>市町村(障害福祉担当者)、障害者福祉センター、障害者団体、各障害福祉サービス事業所の職員、その他障害者福祉に関わる者。</p>	<p>10月3日(水) ～10月5日(金)</p>	<p>3日</p>	<p>70名</p>	
<p>障害のある人を支援する 防災研修会</p>	<p>大規模な災害により障害者の生活が著しく制限される状況に置かれたとき、当事者はどのような支援を求めたのか、支援者はどのように行動すべきかを学び、今後起こり得る災害に備えることが重要である。 本人が自立した地域生活を営む上で災害時においてても支援を滞ることなく続けることを目的とする。 ※内閣府、日本障害フオーラム(JDFF)の協力により実施予定</p>	<p>市町村(障害福祉担当者、防災担当)、障害者福祉センター、障害者団体、各障害福祉サービス事業所の職員、その他障害者福祉に関わる者。</p>	<p>12月15日(土) ～12月16日(日)</p>	<p>2日</p>	<p>70名</p>	

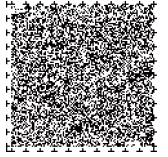




研修会名	目的	受講対象等	研修期間	日数	定員	資格認定等
共生社会を支えるための障害児・者とのコミュニケーション技術研修会	障害者が自らの意志により、望む生活をしていくためには、支援者等との円滑なコミュニケーションは欠かせない。「コミュニケーションのスキル」は、あらゆる支援場面において「利用者の意向に添った支援」を実現させるための根本を成すものである。そこで、障害者とのコミュニケーションに関する理論や技術を研修することにより、利用者との円滑なコミュニケーションの確立を目的とする。	各障害福祉サービス事業所の職員、その他障害者福祉に関わる者、特別支援学校、特別支援学級の教員。	11月3日(土) ～11月4日(日)	2日	70名	
『個別支援計画』作成および運用に関する研修会	個別支援計画に対する考え方、手法などを検討し、より利用者に寄り添った個別支援計画が作成され、利用者の個性に合わせた計画が作成されることにより、豊かな日常生活を送ることができるようになることを目的とする。	各事業所の個別支援計画作成担当者及びサービス管理責任者、また、現在個別支援計画の作成および運用に関わっている者。	<第1回> 9月15日(土) ～9月16日(日) <第2回> 2月23日(土) ～2月24日(日)	2日 2日	70名 70名	
障害者施設職員研修会 (新任職員コース)	障害者施設等の新任職員に対し、施設の一員として活躍できるよう必要な知識等について研修し、施設運営等の円滑化を図ることを目的とする。	障害者施設等に現に従事している新任職員(異動による新任を含む)。	6月6日(水) ～6月8日(金)	3日	70名	
障害者福祉センター等職員研修会	身体障害者福祉センター等の施設長及び幹部職員に対し、国の障害者福祉行政等新しい情報を提供するとともに地域の障害者生活支援および施設経営等の知識について研修し、施設運営の充実、強化を図ることを目的とする。	身体障害者福祉センター(A型、B型)及び従来障害者デイサービス事業を実施していた障害者総合支援法に基づく生活介護事業所、地域活動支援センター等の施設長等幹部職員及び中間管理職員。	<第1回> 9月27日(木) ～9月28日(金) ※開催地：青森市 <第2回> 2月14日(木) ～2月15日(金)	2日 2日	50名 50名	
障害者のためのレクリエーション支援者養成研修会 ～余暇活動の推進を支援する上でのレクリエーションの役割～	障害者の個々のニーズに対応したレクリエーション支援の理論と手法について研修し、障害者が潤いある豊かな生活を送れるように支援することのできる人材を養成することにより、障害者の自立と社会参加の推進に寄与することを目的とする。	障害者施設等において障害者のレクリエーション支援に携わる者。	1月12日(土) ～1月14日(月)	3日	50名	
障がい者スポーツ指導員養成研修会	障害者の適性に応じた運動競技種目及び身体運動の実施方法並びにリハビリテーションとの関連性等について研修を行い、障害者スポーツの指導に習熟した指導者の養成を図ることにより、障害者スポーツの推進に寄与することを目的とする。	日本ソーシャルワーク教育学校連盟加盟校及び教育学系・体育学系の学生で社会福祉を専攻している者、および障害福祉サービス事業所等に勤務する職員で障害者スポーツ・レクリエーション活動に興味があり、今後の障害者スポーツ活動の振興に貢献する意欲のある者。	8月21日(火) ～8月24日(金)	4日	50名	修了者は(公財)日本障がい者スポーツ協会公認「初級障がい者スポーツ指導員」の資格取得を申請することできる。

※ 上記の研修会概要は都合により変更することがあります。





平成30年度 全国障害者総合福祉センター（戸山サンライズ） 研修会日程表

※下記の日程は都合により変更することがあります。最新の情報は当センターHPにてご確認ください。

	平成30年				平成31年							
	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3
＜新規＞『共生社会をめざして』 地域づくりのための研修会												6～8 水 金
＜新規＞『共生社会をめざして』 自立支援協議会担当者（関係者） のための研修会										23～25 水 金 (自治体職員)		20～22 水 金 (事業所職員)
＜新規＞ 意思決定支援と虐待防止に関する 研修会							3～5 水～金					
障害のある人を支援する防災研修 会									15～16 土 日			
共生社会を支えるための障害児・ 者とのコミュニケーション技術研 修会								3～4 土 日				
『個別支援計画』作成および運用 に関する研修会												② 23～24 土 日
障害者施設職員研修会 (新任職員コース)			6～8 水 金									
障害者福祉センター等職員研修会 (幹部職員対象)												② 14～15 木 金
障害者のためのレクリエーション 支援者養成研修会												12～14 土 月
障がい者スポーツ指導員養成 研修会												21～24 火 金

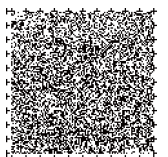
戸山サンライズ (通巻第277号)

発行 平成30年4月10日

発行人 公益財団法人 日本障害者リハビリテーション協会 会長 炭谷 茂

編集 全国障害者総合福祉センター

〒162-0052 東京都新宿区戸山1-22-1 TEL.03(3204)3611(代表) FAX.03(3232)3621
http://www.normanet.ne.jp/~ww100006/index.htm



ソウェルクラブ
Sowel
CLUB

会員数
25.8万人
(平成29年3月現在)

新規会員募集中

ソウェルクラブには、
職員が求めている
福利厚生があります。



ソウェルクラブの資料請求、
お問い合わせは、下記まで!

福利厚生センター(ソウェルクラブ)は…

社会福祉事業・介護保険事業に従事する方の福利厚生を全国一括で展開し、スケールメリットを活かすことにより、個々の法人では実現が難しい充実したサービスを提供しています。

1

加入のメリット

- ・職員のリフレッシュやストレス解消
 - ・職員の就労意欲の向上
 - ・職員のチームワークの構築 など
- 職場環境が改善することにより、さまざまな効果を実感していただけます。

2

充実したサービス

健診費用の助成、健康生活用品給付、各種お祝品、弔慰金をはじめとした基本サービスに加え、地域密着サービス、クラブオフなど幅広いサービスを展開しています。

3

掛金はわずか年1万円/人

会員1人当たり年1万円のご負担のみで、ソウェルクラブが提供する全てのサービスが利用できます。また、掛金が年5千円の非常勤職員向けコース(サービスは一部限定)もございます。

ソウェルクラブ
Sowel
CLUB

社会福祉法人 福利厚生センター

<http://www.sowel.or.jp> 詳しくは で または、お電話でお問い合わせください。
TEL ☎ 0120-292-711 〒101-0052 東京都千代田区神田小川町1-3-1 NBF小川町ビル10階