

## 自分らしく暮らしたい ～私たちが出来ることとは何か～

社会福祉法人 大須賀苑  
特別養護老人ホーム おおすか苑  
溝口めぐみ・水野克俊

## 社会福祉法人 大須賀苑 特別養護老人ホーム おおすか苑

<法人基本理念>

『利用者一人一人がその人らしく自立した生活を  
営むことができるように支えることを目指す』

<事業内容>

- ・従来型(多床室):定員50床 (4人×12部屋+個室2部屋)
- ・ユニット型 : 定員30床(10名×3ユニット)
- ・ショートステイ:20床
- ・デイサービス ほほえみ:(月～金)30名(土)20名
- ・山崎デイサービス:25名/日
- ・おおすか苑居宅介護支援事業所・(委託)地域包括支援センター事業
- ・小規模多機能型居宅介護よりみち:登録定員25名
- ・グループホーム 野楽里:定員18床(9名×2ユニット)

## 取り組んだ課題

Aさんは、夫が亡くなり、以後10年ほど独り暮らしをしていた。

入所され施設での暮らし、他の入居者さんとの共同生活など環境の変化に不安・葛藤があった。Aさんとの関わりを通して考えたこと、気づいたことを発表します。

## Aさんの紹介

性別:女性 要介護度:1

病歴:高血圧、骨粗しょう症

ADL:ほぼ自立

性格:温厚で遠慮がちにみえるが、内心はプライドも高く、利己的な面もある

入所前は独り暮らしで食事、入浴、洗濯、近所へ外出など、自分でされていた。

家族は高齢で一人で暮らすAさんを心配され、Aさんも家族の思いを汲み、入所を決める

## 1年程が経ち..

- ・入所から1年ほどが経ち、Aさんの心境に変化がでてくる
- ・多床室のためプライベートの空間が限られている。同室の方のいびきや寝言等が気になる、眠れないとの訴えが増え、徐々に不満をもらすようになった
- ・「子供たちが独りで暮らす私のことを心配していたことも理解している」「でもこんなはずじゃなかった」

『憤り』 『不満』 『葛藤』

## Aさんの思い

- ・「Bさんが部屋に入ってきて怖い。Cさんも部屋のカーテンを勝手に開ける。個室に行きたい」
- ・「自分で出来ることは自分でやらなくちゃ」
- ・「いつまでも自分の足で歩いていたい。あんなっちゃん(車イスでの生活)いけない。」
- ・「新聞は毎日読んでいたよ」
- ・「最年長だから1番最初にお風呂に入りたい」

Aさんなりのプライドもうかがえた。少しでもここでの暮らしに居場所を見つけ、今までの暮らしに近づけられるよう関わる

## 具体的な取り組み

- ① Aさんの今までの生活をAさんや家族から伺い、生活リズムを知る
- ② Aさんのこだわり、大切にしていることを聞いたり、仕草や言動から探る
- ③ 身仕度や洗濯物干しなど、今までの暮らしが出来るよう、居室やフロアの生活環境を見直す
- ④ 入居者間のトラブルに配慮し、居室の変更などを行う
- ⑤ 自分で出来る事、何でも1番にしたい、して欲しいなどの“自尊心”を尊重して関わる

## Aさんの生活

- 朝起きたら今日着る服を選ぶ
- 洗濯物を出し、自ら洗濯物を干す
- フロアに出向き、先に起きている入居者さんに挨拶をして回る
- 新聞を読みながら足の運動を行う
- ご飯を食べたい量を自分で盛り付ける
- 朝食後は居室で横になりながらTVを観る
- 決まった曜日に1番にお風呂に入る etc...

## 洗濯物を干している様子



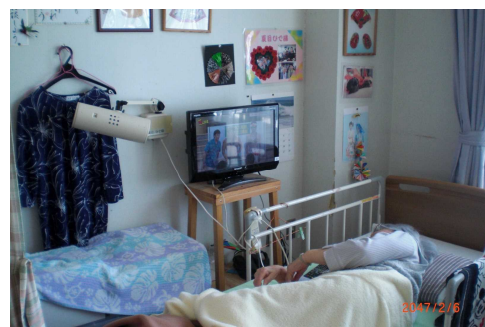
## 毎朝新聞を読んでいます



## 運動



## 居室で休憩



## 活動の成果・発見

- Aさんの思いに寄り添いながら、ここで出来ることと出来ないことをその都度話し合い、サポートをしていくことで、気持ちや生活が落ち着いてきた
- 従来型(多床室)というユニット型とのハード面での差はあっても、対話を重ね、あきらめるのではなく、工夫をしたり、時には折り合いをつけ、Aさんなりの暮らしが見えた

『個別ケア・自分らしく暮らす』

## 今後の課題

利用者一人一人がその人らしい自立した生活を営むことができるよう支援することを目指す

ご清聴ありがとうございました。