

認知症高齢者との関わりで大切なこと ～レクリエーションを通して変化した心の状態から～

16CC20 森あずみ

I. はじめに

介護実習Ⅲでは、認知症があり帰宅願望の強い A 様を受け持ち利用者様とし実習をさせていただいた。A 様は、不眠であることが多く、不眠の翌日は表情、話し方が違い元気がない様子がみられ、不眠が原因かは定かではないが体調を崩してしまった。そこで、夜に安眠できることを目標にレクリエーションに取り組んだ。レクリエーションを行っていく中で、受け持ち利用者様の心の状態の変化に気がついた。そこで認知症高齢者の関わりの中で大切にすべきことを学んだため、報告する。

II. 実習先種別・実習期間

介護老人福祉施設

2017年6月26日～7月28日（うち23日間）

III. 事例紹介

A 様 80 歳代 女性

1. 家族構成及び生活歴

4人兄弟の3番目としてB市に生まれた。両親が農家を営んでおり、小学生の頃から農家の手伝いをしており、それは今でもA様にとって大切な思い出となっている。学校を卒業してからは、姉と同じ、はた織りの仕事に就いた。20歳代後半で結婚をし、入所前は夫と子供2人と暮らしていた。夫と死別後に認知症状を発症した。

2. 入所に到った理由

2012年に認知症状を発症し、ショートステイを利用しながら在宅生活を送っていた。家族の負担が大きく、2017年施設に空きができたため、介護老人福祉施設に入所した。

3. 健康状態

主な疾患は脊柱管狭窄症、膝関節症、レビー小体型認知症、便秘症、高血圧である。2012年に認知症状を発症した。施設では膝、腰の痛みの訴えがあり、熱発することが多い。

4. 日常生活の状況

(1) 移動

車椅子を使用しているが、手引き歩行は可能である。トイレ希望時、帰宅願望時に立ち上がりがみられる。

(2) 睡眠

夜間、トイレの訴えが多く、多い時で1時間に3回程度あり、コールが頻回である。また、口の中に違和感があるという訴えもあり、不眠であることが多い。本人はよく眠れていると言い不眠の自覚はない。

(3) コミュニケーション

他の利用者と話しているところはみられないが、こちらから話しかけると楽しそうに話し、帰宅願望の症状はみられない。また、家族のことや、働いていた時の話が好きであり、よく話される。

5. 性格

本人は昔の自分の性格を甘えん坊と言っている。作業中によく「自分はやるが遅くてとろくさい」と言う。

6.1 日の過ごし方

施設で主に取り組んでいる軽作業は、タオル巻き、エプロンたたみ、空き箱ちぎり、新聞紙折りである。お昼の前の体操は一生懸命にやっており「たまには体を動かすのもいいね」という発言もあった。不眠の翌日には、体がしんどい、口の中に違和感があるなどの訴えがみられる。また、帰宅願望が強く、特に昼食後から夕方にかけて強く現れる。

IV. 介護の実際

1. 課題の発見と分析

軽作業を行っている時は帰宅願望がみられないことから、A様にとって作業をすることが落ち着いて過ごせることに繋がっているのではないかと推測をした。そのため、真剣にできる活動を見つけることで、帰宅願望を減らす必要があるという課題をあげ、ごみ箱作りに取り組んだ。しかし、上手く折ることができず落ち込んでしまい、認知症もあることから、新しいことを取り入れると混乱してしまうことが考えられたため、計画の修正を行った。

A様と関わっていく中で、不眠の翌日に表情や話し方が違い元気がない様子に気がついた。不眠が続いてしまうと、不穏の状態も続いてしまうのではないかと考え、体操や作業を一生懸命に取り組まれていることから、日中に活動を行うことで夜の安眠を促す必要があるという課題を新たにあげた。

2. 介護上の課題

体を動かす活動で難しい活動は認識ができない可能性が考えられる。また、以前にごみ箱を上手く折ることができず落ち込んでしまったことがあったため、自信をもって行えるような活動を考える必要がある。

3. 介護目標

長期目標：夜に安眠することができる

短期目標：日中に体を動かす活動や軽作業を実施することができる

V. 実施及び結果

7月23日

A様は実施前の数日間、具合が悪い様子だった。しかしこの日は、10時の水分補給が終わり、A様とお話していると、少し元気はなかったが、いつもより体調が良さそうだったため風船バレーにお誘いしてみた。A様は「できるかわかりませんが、やってみましょうかね」とおっしゃったため、風船バレーを実施した。軽くパスを出してみると、2、3回ラリーを続けることができた。A様は自分のところに風船がくると、元気よく打ち返していた。打ち返した後は、少し嬉しそうな表情をされていた。お昼前の体操の時間になってしまったため、10分程度で終了してしまっただけで、終了後、どうだったか聞いてみたところ「うまくできなかったけど楽しかったですね」と言い、実施前よりも表情が明るく元気になっていた。

VI. 考察

風船バレーを行っている時は笑顔で楽しんでいる様子だったため、日中の不安になる時間を取り除くものにもなったのではないかと考えられる。実施後は納涼祭があり、通常とは違う生活リズムだったため、風船バレーをしたことで安眠できたかの評価はしがたい。夜に安眠できるという長期目標は達成することはできなかったが、A様が風船バレーを楽しめたことで、実施前よりも気持ちが明るくなり、元気になった姿を見ることができたため、体調不良を少し改善できたのではないかと考えられる。

出口（2016）は「認知症とされる人々には、不安が強くて「今、ここを」十分に楽しむという体験がもてていない人が多い。そこで、「心から楽しむ」という場の雰囲気大切になっており、意識的にでも安心を贈り続けること、楽しむことを心がけている。¹⁾」と述べている。今回の実習で、レクリエーションを行い、楽しむという場を作ることができた。認知症高齢者が「今、ここを」十分に楽しむには、毎日の関わりを大切にし、認知症高齢者のその時の気分や状態に応じて一緒に楽しむことが大切だと考えた。

また、不穏は、やる気が起きなくなったりし、1日の過ごし方に関わってしまうため、ADLの低下にも関わってきてしまうと考えられる。レクリエーションをし、元気になったA様をみて、認知症高齢者の関わりは、身体に関する支援だけでなく、精神的なケアをすすめることで、不安な状態を解消する大切さを学ぶことができた。

VII. おわりに

今回、認知症の支援で精神的なケアをする大切さを学んだ。また、認知症の人は不安や寂しさを持って生活をしているということを再確認することができた。認知症の方の気持ちに寄り添い、理解し、不安や寂しさを取り除くことができるような関わりを今後していきたい。

参考・引用文献

1) 出口泰靖（2016）「あなたを「認知症」と呼ぶ前に」生活書院 p.264