

国内研修報告書

私が行った国内研修はエスプリ鹿児島あいらということで住宅型有料老人ホームです。実習期間は8月1日～8月8日の8日間でした。

住宅型老人ホームといえば施設の機能と住宅的機能を併せ持つ施設です。私は住宅型老人ホームという言葉聞いたことはありますがいまひとつよく分かっていませんでした。事前に調べていく上で、施設で暮らす利用者の意志と希望がどのように反映されているのか、ストレスが少ない状況で生活しているのか、1人1人の生活実態に則した援助がどれくらいなされているのか、ということ念頭において今回の研修に望みました。

エスプリ鹿児島あいらは平成30年3月にオープンした住宅型有料老人ホームです。対象は要介護1～5の方が入居できます。全室個室で食堂・談話コーナー、デイサービス、ラウンジがあります。中庭もあるので気軽に外に出られます。この老人ホームの基本理念はご高齢者に尊敬の念をもつ、人が生きる喜びを感じることでできる「自分の居場所」を大切にす環境の提供、日々心豊かに笑顔のある暮らしをお手伝い、です。

まず訪れてみて感じたことは利用者さんがある程度自立できるといってもやはり支えがないと移動が難しいのだなと感じたことです。ソファに座ったり、いすに座ったりベッドに横になっている人もいて、立って移動している人はなかなかいなかったです。みなさんが集まってくる場所はデイサービスで170畳の広さがあります。そこで思い思いに過ごされていました。ただ気になったのが、机に顔を伏せて寝ている人がいたことです。一見して見たら具合でも悪いのかなと心配になりました。もうひとつは、人数は多いのですがあまり話されている人がいなかったことです。高齢で体が自分の思う通りには動かなくなってきているとは思いますが、何もしたくない人もいるとは思いますが、全体的にはあんまりのびのびして過ごしているようには思えませんでした。しかし、職員さんに話を聞くと、普段はこんなに多くはデイサービスには来ない、ということが分かりました。学生達が訪ねてくるというのでみなさん顔を見せているそうでした。女性の方も化粧をしており、はりきっているのかなとも少し感じました。僕も利用者さんに声をかけた時はうれしそうにほほえんでくれました。話をしていく中で、みなさんはもっと動いて活動したような雰囲気が伝わってきました。車イスを使用している方はそんなに多くなかったです。手押し車を使用している方が多く、中には、しゃきしゃき歩いている方もいました。年齢的に75～90歳の方が多いので歩き方が不安定でおぼつかない感じがしました。利用者さんはイスやソファに座るとデイの時間はほとんど動かずにじっとしていますが話している時はしっかりとしていて僕よりもしゃべる印象を受けました。ある利用者さんは身を乗り出していっぱい話されるので、聞いている僕が圧倒された場面もありました。中には認知症の方もいました。僕の予想では話をしてもあまりかみ合わないのではないかと考えていましたが、普通にお話ができ楽しかったです。逆に他の利用者さんよりしっかりとしており本当に認知症なのかなと疑問に思ったりもしました。デイサービスの時はみんなで同じ作業、例えば漢字の練習をしたり、紙にデザインをしてもらったり、折り紙で箱を作ってもらったりしました。お昼ご飯もそこでとり、その際には口腔ケアといって口を動かして顔の筋肉も動かしました。僕たちも一緒に行きました。初めてしたのであまり慣れませんでした。将来大切になると考えました。高齢者にとっては食べ物を飲み込む力が衰えてくるので毎日行うことは予防になると思いました。授業で習ったことがあります。実際にやってみるとけっこう口を動かす印象を受けました。夕方になると

体操の時間が始まります。体操は大きなテレビの前でビデオを見ながらリズムに合わせて体を動かしていきます。ビデオはゆったりとした体操なので、車イスに乗られている方も比較的動きやすいと思いました。個人的にはラジオ体操よりもこちらの方が体に良いのではないかと考えました。また、時おりマラカスも使ってリズムに乗り動くのにぎやかでした。曲は短いかなとする前は想像していましたがじっくり体を動かせるような曲なので飽きませんでした。歌付きだったので口ずさみながら体操する利用者さんもいました。多い時は4曲続けて流れたのでけっこう動くこともありました。体操が終わるとおやつの時間になります。しかし、利用者さんはあまり食べずに終わることが多い印象を受けました。デイサービスで最も驚いたことはカラオケがあることです。カラオケは若者がすることが多いと思っていたのでけっこう予想外でした。さらに、普段は眠っていることが多い利用者さんもこの時は、しっかり起きて立って歌うのでびっくりしてしまいました。カラオケの時はみなさんがくぎつけになっていました。話している時はたまに聞こえないことがありましたが、歌うときははっきりしているので歌の力は大きいなと感じました。時々僕も歌わせてもらいましたが、恥ずかしかったです。しかし、利用者さんの表情は生き生きとして楽しんでいる様子でした。こういう時間を増やすと同時に楽しみが増えていくのではないかと思います。

住宅型老人ホームで特徴的なのが、以上のデイサービスでした。その他にも全室個室やラウンジ、食堂があります。各部屋は個室になっており、トイレやエアコンが設置してありました。個人的には住宅という感じはあまりしなかったのですが、暮らすには十分なかなと感じました。しかし、問題点があり、外からカギがかけられないことです。これは危ないなと感じました。中からカギはかけられるのですが、外に出るときには無防備に近い状態なので不安に思う利用者さんもいるかと思いました。住宅型であれば、1つ1つの部屋にカギがないと住宅とは言い難いと感じました。ラウンジは、机とイスが置いてあり、洋風な感じのスペースで気持ちが良さそうでした。利用者さんはあまりそこにおらず、閑散としていたので少し残念でした。ラウンジからは中庭を眺めることができるため良い空間だと感じました。食堂は各部屋から近いスペースにあり、そこで朝食と夕食をとります。足の悪い利用者さんも少し歩けば着くので良い工夫だと思いました。

今回訪問した住宅型老人ホームは、あまり複雑ではなくシンプルな造りで良いなと感じました。利用者さんもあまり苦しんで移動しているようではなくスムーズに動いていました。生活としてのストレスはあまりないように感じました。1人1人の希望に沿った暮らしは生活相談員と話し合っただけで決めており満足しているのではないかと考えました。