

うるる

特集 「動き」を支える まなざし

科学的ケアで
「自立した生活」を支える
セラピストにお話をうかがいました



対談

共に支え合う社会のヒント [後編]

織田友理子 (一般社団法人 WheelLog 代表理事・潤生園評議員) × 時田佳代子 (潤生園理事長)

はじめに

一人ひとりがそれぞれ自立した生活を安心して過ごすために、よい介護とはなにか研究を深める、さらに在宅で過ごせるサービスを創造しなければならない。その方法の一つは、介護の質を高めるための具体的な研究と、検証結果を踏まえた実践。即ち、介護の科学化です。

潤生園初代理事長・時田純著「生病老死と介護を語る」所収

「超高齢社会に備える社会的インフラの創造」(医療企画、2018)より

潤生園が開設当初から続けてきた、

「高齢者の『自立した生活』に向けた挑戦は、高齢になった方々のQOLを目指すために積み重ねてきた

『科学的ケア』への実践の歴史でもあります。

今号では、介護の現場をつなぐ中核となる

セラピストにお話を伺ってきました。

QOL: Quality Of Life(質の高い暮らし)

うるる編集部



潤生園と人 工藤智美さん(理学療法士)

「動き」を支える
まなざし

「おはようございます」。デイサービス「やすらぎの家和河原別館」の玄関の引き戸を開けた。奥の居間から懐かしいメロディのBGMと談笑が聞こえてくる。スタッフの笑顔に迎えられたのはセラピスト(理学療法士・PT)の工藤智美さんだ。デイサービス、特養、在宅サービスご利用者の動作能力の確認と記録、そして事業所の相談に応えた機能訓練(ハビリ)と指導を担う。

専門的知見がケアに寄り添う

管理者の諏訪部美恵さんに手を引かれて、工藤さんのそばにご利用者のSさんがやってきた。今日はSさんの動作状況を確認する日。「一年ぶりですね。お変わりないですか?」。ふだん困っていることや、痛いところはないか、決して急かさずSさんの話に耳を傾ける。

「じゃあ、手を前に伸ばして、そのままバンザイ。うん、いいですね。今度は足を交互に持ち上げてみて。」

優しく声をかけながら、工藤さんはSさんの足の先を両手で包んだ。靴下を脱がしてよくよく見て、そっと靴下を履かせ直す。

「じゃあ、廊下を歩いてみましょうか」。床にテープでマークされた歩行ルートに沿って、Sさんがゆっくり歩きました。工藤さんがその傍らを付き添う。



「成果があったんですよ。体操を始め以降、骨折して入院された方はなんと0人です」。訪問の都度、その知見でご利用者の様子を見て評価してくれるセラピストの存在は、ほんとうに心強い、と管理者の諏訪部さんは語る。セラピストたちはあちこちの施設を移動しながら、ご利用者の「動き続けられる生活」を支えている。

自立支援のための「科学的ケア」

先ほど動作の確認中に、Sさんの足を時間をかけて観察していた、その訳を工藤さんに聞いてみた。「今日は暖かいのに足がとても冷たかったですよね。それで足の色と足背動脈を確認していたんです」。

血がきちんと巡っているか、チアノーゼがでていないか。セラピストの観察の中心は「身体と動作」。自宅で自立して生活を続けていたためになんといっても重要なのは「立って歩ける機能を維持すること」だからだ。何ができて何ができないのか、徹底的に観察する。たとえば立ち上がりの時、お尻は上がるけれど膝が伸びないのか、お尻は上がらないけど上がってしまえば膝は伸

「ロコモ予防の体操に参加しませんか？」

壁に掛けられたボードに貼り出された体操の案内。一年前、施設内で転倒から骨折されてそのまま入院というケースが続いたのだという。これはなかなかねばとあれこれ頭をひねり、毎日ご利用者全員で体操をしていただくことにした。

「ロコモ予防の体操に参加しませんか？」

のセラピストの仕事だと思っています」。潤生園の時間理事長が常々言っている「科学的ケア」とはこのことだ、と気づいた。

「ロコモ予防の体操に参加しませんか？」

午後からは訪問でのリハビリを希望されている方のお宅に伺う。外出が難しい方も多いため、困りごとを耳を傾けてくれるセラピストの訪問を心待ちにしている方も多い。一時間弱という滞在時間だが、ご利用者から聞かせてもらうおしゃべりや愚痴にも耳を澄ます。ストレスの原因は体調不良であることも多いからだ。

「ふとした会話から『数日前に転んだのよ』なんて伺うことも。そんな時は怪我の状態を確認して、看護師や介護スタッフはもちろん、心配な状況なら多職種と連携します」。職種ごとに細かく仕事を分担する病棟の営みとは違い、ケアマネージャー、PT（理学療法士）、OT（作業療法士）、看護師、介護士などの専門職が、それぞれの専門性を理解して協力し合いお一人の暮らしを支えるのが高齢者ケアの世界だ。その中でセラピストはご利用者の「動き」を支える情報の中心、ハブとなる。

最後まで主役はご利用者

理学療法士の資格をとり、セラピストとして働き始めて33年。気づけば定年まで10年を切った。工藤さんがこれから取り組みたいことは二つ。一つは、自分が持っている知識や技術を若い世代に伝えてい



くこと。もう一つは、ターミナル（終末期）ケアに自分の専門知識を生かしていくことだと聞かせてくれた。寝たきりの時間が増えてくると、圧迫された部分の皮膚トラブル（発赤や褥瘡など）、拘縮・関節の動きが悪くなる状態が起きてしまうことも多い。ご利用者の苦痛を減らす「ポジショニング」の工夫はもっと追求できる。

「体を動かしづらくなっても快適に過ごしていただきたい。それぞれの方が求めていることに耳を傾け、察知して、どんなふうにするのがいいのか一緒に考えたいんです。まだまだ勉強することはたくさんあります」。

最後まで主役はご利用者。潤生園で受け継がれ、積み重ねられてきた思いは、工藤さんのまなざしの奥にもしっかりと灯っている。



工藤 智美(くどうともみ)
潤生園 介護支援室 課長
理学療法士
病院、介護老人保健施設勤務を経て、潤生園に勤務して9年目。7匹の保護猫と共に暮らす。





小池正恵
やすらぎの家和田河原 管理者
勤続年数: 11年目
好きなこと: 庭いじり

諏訪部美恵
やすらぎの家和田河原別館 管理者
勤続年数: 15年
好きなこと: 読書

徳永孝典
介護支援室 作業療法士(OT)
勤続年数: 6年
好きなこと: バドミントン、合気道、古生物

平田紀子
介護支援室 作業療法士(OT)
勤続年数: 6年
好きなこと: ウサギをなでること

藤原元太
みんなの家南足柄特養3丁目 主任
勤続年数: 4年
好きなこと: 子ども達と一緒にサッカーをすること

古木 友
特別養護老人ホーム潤生園第2課 副主任
勤続年数: 5年
好きなこと: 筋トレ、ドライブ、映画鑑賞

「動き」に寄り添うケア

セラピストと現場スタッフの方々に
観察と対話からなる日々の日記を
書いていただきました。

2024年4月1日 - 5月20日



4月1日(月)

入居時、車いすを利用されていたTさんだが、様子を見てみると歩行ができそうなので、手引き歩行でユニット内を歩いてもらっている。今日は歩行時の姿勢がとても良かったため独歩を試みてもらったところ、歩行器があればできそうな様子。OT(作業療法士)のHさんにそのことを伝えると「私もできると思っていたんですよ」と共感してくれた。適している歩行器のタイプはなにか、と相談すると、すぐに試用できる歩行器がなかったため、ブレーキ付きの車いすを使って、ブレーキ操作ができるか、寄りかかりが強いかなど様子を見てみては、と提案された。早速試してもらおうとT様に声をかけると「今日はもう疲れたから嫌です」ときっぱり。【藤原】

4月9日(火)

先日OTにアドバイスもらった通り、T様の歩行を補助する用具を選定するために、ブレーキ付きの車いすでの手押しを試していた。T様からは「ちょっと怖いね」という感想。詳しく伺うと、車いすの前輪が浮いてしまいそうなのと、ブレーキがうまく使えないため車いすが先に行ってしまう、前に転びそうな気がするとのこと。そして「楽に歩きたい」という感想をもらう。OTのHさんに報告し、どんなアイテムがご本人に合うだろうかと、相談すると「みんなと一緒に考えていきましょう」という返事をもらう。「利用者と一緒に支えるセラピストの存在は、心強

い。【藤原】

編集部注: この利用者様は現在はご家族が購入されたシルバーカーを使用して歩行されているとのこと。

4月12日(金)

入職3年目のIくん。K様のカンファレンス後、「K様はベッドから起きて過ごしていただけではないでしょうか。ほかのご利用者と一緒に食事をしていただきたい」とK様と一緒にご意見を伺った。K様は「離床への熱意を見せる。『移乗方法を教えてください』と積極的なリクエストを受けた。その熱意に応えるため、数名の職員にフレックスポード(移乗補助具)を使った移乗方法を伝え、週2回の昼食からK様の離床をスタートした。現在は安定して週3回に。今日はK様の調子が良く、自力で食事を取るお姿がみられた。Iくん、ナイスな判断だった。やったね!【徳永】

4月15日(月)

OT(作業療法士)のデイサービスへの訪問日。今日見ていただくA様は認知症があり、骨折の既往があるが、施設利用日には転倒予防の体操に参加していただいている。体操の成果や認知症の進行状況について、OTがどうみているか、評価を尋ねると「認知症がある方でも体操を継続することで、身体状態が維持できているのではないかと思う」と回答があり、安心した。「ご利用者の今の様子を見てもらえると、私たち介護スタッフは、自分たちのケアが適切だったのかを確認でき、注意点も明確に知ることができる。セラピスト

の来所日は大切な時間だ。【諏訪部】

4月18日(木)

いすに座っている際、左右のどちらかに傾いてしまうS様。どうすれば良い姿勢で座っていただけるのか、OTのTさんに質問すると、見に来て一緒に考えてくれた。「腰の位置が片側に寄っていると姿勢が崩れるんですよ」とのこと。良い姿勢を保つていただくための方法としてクッションで腰を支えて安定させるとよいとアドバイスしてもらった。普段から気軽に雑談も交わし合い、いざという時にはすぐ相談できるセラピストの存在が、ご利用者の日々の問題や課題の解決に直結することを実感する。【古木】

4月25日(木)

数日前にOTが提案してくれた工夫により良い姿勢で過ごすことができていたS様。心なしか笑顔が増えたような印象。私たち現場職員もその姿を見て笑顔になれる。【古木】

4月26日(金)

元農家のO様。病院で寝たきりだったとのことだが、特養では元気いっぱい。ミニトマトの苗植えに誘うと、意気揚々と活動を開始。車いすから立ち上がり、手際よく穴を掘る。水!との声に水を入れたコップをお渡しすると、ポットの苗に水をかけて土を固め溢れないように。支柱を立てて8の字結びもささっと完成。さすがプロ!頼もしい限りです!【徳永】

5月2日(木)

訪問看護ステーションから看護師と共にN様のお宅に訪問しリハビリを行う。今日は3ヶ月に一度の看護師による訪問アセスメントの日。長年にわたるN様の「ご自宅での生活を、お母様が体の不調を抱えながらも支えていらっしゃる。母娘で、お互いをとても大切に想っているのを訪問する度に感じる。看護師からは、繰り返ししていた皮膚トラブルについて薬の助言をしていただいた。ご本人もご家族も少しでも痛みや困り事が解消されて、笑顔で在宅生活を送っていただきたい。平田

5月9日(木)

N様の歩行状態と足首のむくみが気になっていたため、来所したPTのKさんに相談。歩行状態を見た後、入浴時に足のむくみを見ていただいた。「膝のサポーターがきつすぎるようなので、緩いものにして様子を見て

ください」とのこと。早速ご家族に連絡帳を通してお知らせしたところ、「ご家族も気になっていたようで、すぐに対応してください。すると、まあ不思議! 足首のむくみがとれたではないですか。職員も「サポーターが柔らかくなってる!」と感激。相談してよかった!【小池】

5月11日(土)

特養入所からリハビリを経て、なんと退所につながったU様。毎日の自主トレで車いすから歩行器へと大進歩。トレーニング回数は日々増えていき、「今日は100回やりましたよ!」との報告に驚くこともあった。今日、退所されるU様に声をかけると「お世話になった人たちに回復した姿を見せたい。カラオケにも行きたい」と計画を語られた。退所は一つのゴールだが、U様にはこれから多くの達成すべき目標がある。その報告が楽しみです!【徳永】

5月13日(月)

穴部でご利用者をお誘いし、カルタを行った。ふだん遠慮深く、歩行介助時にも「遅くてごめんなさいね」と優しく微笑んでくださるO様。本日のカルタでは立ち上がり過ぎて遠くの札まで手を伸ばす競争心を見せられた。移動も長い距離を歩いていたが、疲れた、ではなく、「よくお正月に集まってやったのよ」と頬をわずかに紅潮させてお話しされた。次の活動も楽しみにしててくださいね。【平田】

5月20日(月)

歩行が不安定で転倒が多いY様について、OTのHさん来所日に相談。丁寧にY様の状態を見て、筋力の様子や両手首の様子を手で触れて確かめ、右手の握力を維持するためのリハビリを提案してくれた。ケアマネージャーからは「ご自宅でもリハビリを、と言われているが、Y様はあまり乗り気ではない。OTからは「ご利用者、ご本人の気持ちに尊重してね」とのアドバイスを受ける。Y様に「ご自宅でもやりたくない理由を尋ねてみると「デイに来た時にリハビリすれば、話をじっくり聞いてもらえるから家じゃなくデイでやりたい」とのこと。ご利用者には「リハを頑張ろう」という気持ちを動かしたのだと気づく。私たちも見習わなくては!【小池】



織田友理子

一般社団法人Wheelog代表理事
潤生園評議員

時田佳代子

潤生園理事長

共に支え合う

社会のヒント【後編】

車いすユーザーの社会参加を応援するバリアフリーマップ

「Wheelog」(ウィーログ)を運営する

一般社団法人Wheelog代表理事の織田友理子さんと、

さまざまな人たちが共に支え合う社会について考えます。



世の中そんなに悪いものじゃない

時田 ご自身が遠位型ミオパチーという難病を患われながら、同じように車いすで生活をされる方の社会参加を応援されている織田さんですが、これまで人生でさまざまな選択の帰路がありだっただけだと思います。どのような思いで選択をされたのか、信念のようなものがありましたら、聞かせていただけますか。

織田 「自分の選択は社会にとってどのような意味をもつか」そして「どのような社会になってほしいのか」を、その都度、考えて選択をしてきたように思います。

す。私には障害者の知り合いがたくさんいますので、自分としてどうかよりも「周りの人たち」がどう捉えるかを想像しながら選択してきたと言ってもいいかもしれません。

たとえば海外に行くと、タクシーを使うか、公共交通を使うかで迷うのですが、できる限り公共交通を使ってその国の公政策やまちづくりを体感するようにしています。大変ではあるのですが、その経験が日本の公政策やまちづくりを考えていくときに比較情報として役立つと思うからです。

私と同じ病気をもつ友人や知人から相談を受けるときも、その話から社会の課



題を見つけられる自分の立場をしつかり受け止めたい。辛い気持ちになることもあるのですが、自身の経験もバネにして、なんらかの支援に結び付けていかなければと思っています。つらい話もそのために聞かせていただいているのだから、と。

時田 悲しい気持ちに引つ張られない織田さんのその強さは、どこから来ているのでしょうか。

織田 高校の卒業式のときに、担任の先生が「二つの道があったら困難な道を選びなさい」と仰ったんです。当時はピンときませんでした。「目の前の課題に向き合って乗り越えなさい」ということなのだとはわかってからは、ことあるごとに思い出しています。

この病気を診断されるまで、私は障害や福祉の世界とはすごく遠い場所について、障害者の暮らしに興味や関心もなく、積極的に関わろうなんて思ってもいませんでした。自分自身がそうでしたから、障害に対する関心を持っていない人が多くいることはよくわかっています。ですが、〈Wheelog〉の活動を通してわかったのは、知るきっかけさえあれば理解して積極的に関わってくれる人がたくさんいること。世の中そんなに悪いものじゃない



という自分の中にある確信が、悲しみに引つ張られない理由として大きいと思います。

時田 誰かのために働きたい、そういう気持ちがある原動力になる「場」を〈Wheelog〉が生み出した、とも言えますよね。

助けられるだけではない場をつくりたい

織田 以前、エレベーター製造メーカー

BOOK & MOVIE



『この歌をあなたへ』

家族が人殺しでも、あなたは僕を愛してくれますか——？
 小学校の養護教諭、宮坂蒼衣の住む街で19年前、クリスマスイベントで盛り上がる公園に刃物を持った男が乱入し、8人の尊い命が奪われた。
 ある日、蒼衣の勤める小学校に臨時の事務職員として一人の男が配属される。人との関わりを避ける彼には、誰にも言えない秘密が——。加害者家族の苦悩と救いを描く感動の物語。泣けます！

著者:大門剛明、祥伝社、2021年刊行



『朝が来る』

子どもを持つことを諦めた夫婦が「特別養子縁組」という制度を知り男の子を迎え入れる。それから6年、夫婦は息子と共に幸せな日々を送っていた。ところがある日突然、産みの母親を名乗る女性から電話がかかってくる。彼女は何者なのか、何が目的なのか——？
 家族とは？ 親とは？ 特別養子縁組のことはもちろん、支援者としても考えさせられる心を抉られる数々のシーン。エンドロールが始まって...

監督:河瀬直美、製作:2020年、日本

推薦者・文:神矢孝之(理事・サポートセンター長・障害福祉事業部長、主任介護支援専門員・介護福祉士)
 趣味:読書、美術・映画鑑賞
 好きなもの:海老、蕎麦、米焼酎、代わり映えない日常、新刊の紙の匂い、切れ味鋭い言説
 苦手なもの:スピーチ、推しの強いもの、振りかざされる正義、勝手に入れられたお茶

潤生園の台所

冷やし中華

【材料】4人分	
中華麺	4玉
もやし	100g
きゅうり	80g
ロースハム	40g
トマト	1/2個
乾燥わかめ	2.5g
卵	2個
たれ	
砂糖	大さじ2
酢	大さじ4
醤油	大さじ4
ごま油	大さじ2
水	大さじ4
鶏がらスープの素	小さじ1

- 1 たれを作ります。酢とごま油以外の材料を混ぜ合わせ加熱し、粗熱をとってから酢とごま油を加える。
- 2 卵は割りほぐし、薄焼き卵を作り、千切りにし粗熱をとっておく。
- 3 きゅうり、ロースハムは千切りにする。
- 4 もやしは茹でて、食べやすい長さに切り、粗熱をとる。
- 5 乾燥わかめは柔らかくなるまで茹でて、食べやすい大きさに切っておく。
- 6 トマトは薄切りにする。
- 7 鍋にお湯を沸かし、中華麺を表示の時間通りに茹でて、水にさらし、水気を切る。
- 8 器に麺を盛り、具材をトッピングし、1のたれをかけて完成。

紅ショウガを添えるとアクセントになり、より一層さっぱりと頂けます。



古谷光子
 穴部の厨房で調理師として働いています。還暦を過ぎましたが、日頃、犬の散歩で体力をつけて頑張っています。

NEWS

「介護職員の働きやすい職場環境づくり」内閣総理大臣及び厚生労働大臣表彰において県より採択を受けました

小田原福祉会は、国による「介護職員の待遇改善、人材育成及び介護現場の生産性向上への取組が優れた介護事業者」に対する表彰制度の公募で神奈川県より採択を受けました。取組が実効性と持続性を兼ね備え、他の事業所での導入が期待されること、などが評価項目とされ、現場の努力が公に評されたことを喜びたいと思います。

織田 そうなんです。「双方向性」を仕組みとして取り入れることは、私たちの活動で常に意識しているところです。障害のある人が誰かをサポートする、という場面やタイミングは必ずある。助けられるだけではない場をつくりたいという思いはいつもあります。

時田 利用者の嬉しさを知ること、メーカーの方の努力が報われるというのはとてもよくわかります。提供する側とされる側、その関係性は固定しないですよ。ね。

そうしたら全く知らなかったのですが、そのドバイのそのエレベーター、フジテックさんがつくったものだったんです(笑)。「エレベーターなんて動いてあたりまえ、ありがとぅなんて言われたことなかった」って社員さんがうるうるしている姿に私まで感激してしまいました。

現在の私自身、患者会の代表などに立つ場面が多く見えるので「サポートをする側」に見られがちなのですが、実際はご覧の通り、彼(ご主人の洋一さん)にサポートしてもらってばかりです。彼が熱を出しても、コンビニにさえ行ってあげられない。本当は人を裏方からサポートするほうが好きなのでとても歯がゆい。昔の夢は「内助の功」でした(笑)。

洋一 いやいや、僕は彼女と一緒にできなかったら、こんなふうに世界中でいろいろな方と出会い、日々対話をするのもなかったはず。彼女をサポートする中で自分自身の中にある考えも深まっていきます。今の自分がこうしてあるのは、やはり彼女がいるからなんです。

関係は変わり続け、循環している。だからみんなで一体になって補い合い、助け合って未来に進んでいこうと、そういうことが意識される社会になったとき、本当の意味で「社会がよくなった」と

言えるのでしょね。

時田 可能性を引き出し合うおふたりの関係から学ぶことはとても多いです。仏法の世界では、夫婦つて親子よりも絆が深いそうですよ。
 どうぞ引き続き、福祉を社会に広げる仲間として、いろいろなことを教えていただけることを期待しています。よろしくお願いたしますね。



織田友理子 (おだ・ゆりこ)

潤生園評議員、NPO法人PADM (遠位型ミオパチー患者会)代表、一般社団法人WheelLog代表理事
 2002年、22歳の時に進行性の筋疾患「遠位型ミオパチー」と診断を受ける。2005年に結婚し、翌2006年に出産。その年から車いすでの生活をスタート。中途障害者としての視点や車いすでの生活経験を生かし、アプリ(WheelLog!)を発案。福祉社会の構築に向けて講演など多彩な活動を行う。著書に「LOVE&SDGs 車いすでもあきらめない世界をつくる」(風書院、2022)がある。

織田洋一 (おだ・よういち)

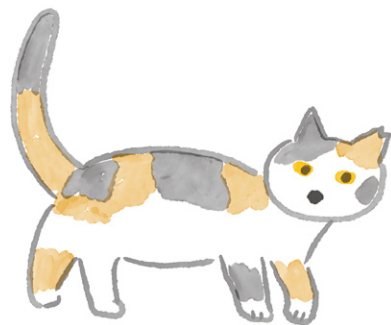
一般社団法人WheelLog事務局長
 法務博士。大学院在籍中の2005年に織田友理子と結婚。卒業後から現在まで妻と共にPADMや(WheelLog!)の活動を行う。
 WheelLog! <https://wheelog.com/>
 WheelLog! (ウィーログ)は、スマホやパソコンで使えるバリアフリーマップのアプリ。車いすで通れる道や、利用できる施設を見ることができる。ユーザー投稿型のアプリで、自分の体験した情報を投稿することもできる。



時田佳代子 (ときた・かよこ)

潤生園理事長
 神奈川県小田原市生まれ。地元小田原でイタリアンレストランの開業・経営を経て、2002年、社会福祉法人小田原福祉会に入職。平成2018年より社会福祉法人小田原福祉会理事長。誰もが安心して暮らし続けられる地域づくりに従事する。認知症ケア事業協同組合理事長、全国地域包括ケアシステム連絡会理事。

2024年3月26日、厚生労働大臣によって、「遠位型ミオパチー空泡型(GNEミオパチー)」の治療薬アセノベルが薬事承認されました。2008年に患者会を始めてから15年以上、織田さんが代表をしている患者会NPO法人PADMの活動が実を結んだ嬉しいニュースとなりました。



編集後記

今号の表紙では、ご利用者様とスタッフの皆様で丹精されていたデイサービスのお庭の景色をお届けします。芝生もお花も野菜も生き生きと輝いていました。裏面には通りがかった地域猫ちゃんの姿。見守る人がいる「さくら耳」です。

潤生園ニュースレター「うるる」vol.8

発行日 令和6年7月
デザイン TAICHI ABE DESIGN INC.
撮影 橋本貴雄(P2～5)、牛山恵子(P8～10)
イラスト 落合恵
編集 牛山恵子(合同会社スタジオバンダ)
大谷薫子
執筆 牛山恵子(合同会社スタジオバンダ)
酒井直子
発行者 社会福祉法人
小田原福祉会 うるる編集部
神奈川県小田原市穴部377
<https://junseien.jp>