

特集 1
Special feature

在宅ケアの未来へ —「わが母の地域包括ケア」

“治すから支えるへ”を理念とする「地域包括ケア」は病院中心の医療モデルから「住み慣れた地域で自分らしい暮らしを続ける」ことをめざすビジョンでした。

大熊由紀子さんの「わが母の地域包括ケア」は、この施策の本質をふまえた“実践報告”として、また様々な課題が噴出している在宅ケアの現状に対しても、貴重な羅針盤となっています。



大熊由紀子

ジャーナリスト、国際医療福祉大学大学院教授
元朝日新聞論説委員

おおくま ゆきこ

東京生まれ。東京大学教養学科科学史・科学哲学分科卒業後、朝日新聞社入社。社会部、科学部記者・次長を経て、同社女性初の論説委員に。科学、技術、医療、福祉を担当。退社後、大阪大学大学院教授、厚生省介護対策検討会委員、医療審議会委員などをへて現職。現在、ホームページ「ゆきえにしネット」<http://www.yuki-enishi.com/>、個人メール「えにしメール」(18ヶ国 6,000通発信)、年1回開催「縁を結ぶ会」など大きなネットワークで情報の発信・共有を行っている。

誇り・味方・居場所に包まれて

まだらぼけで独り暮らしの母が「悪性リンパ腫・第4期」と診断されたのは、2010年7月。夏を越せるかどうか、と医師は告げました。

その10年前には、がんで片方の腎臓を失っていました。その上、昔から狭心症持ちです。

秋に予定されていた孫の室内楽リサイタルまではどうしても生きたい、どんなに怖い治療でも受ける、という本人の希望で、強い薬の点滴が始まりました。

わが家を片づけて看とろうとしたのですが、「それではご本人の家ではないからだめ」と、ケアマネジャーの小島操さんに叱られました。「ベッドは、寝室ではなく、みんなが集まり、ベランダが見える居間がいい」とも^①。



写真① 「ベッドは寝室ではなく、ベランダが見え、みんなが集まる居間に置きましょう」とケアマネさんが助言してくれました

こうして、「末期がん、要介護4」と診断された90歳の母を、「通い」でケアする日々が始まりました。

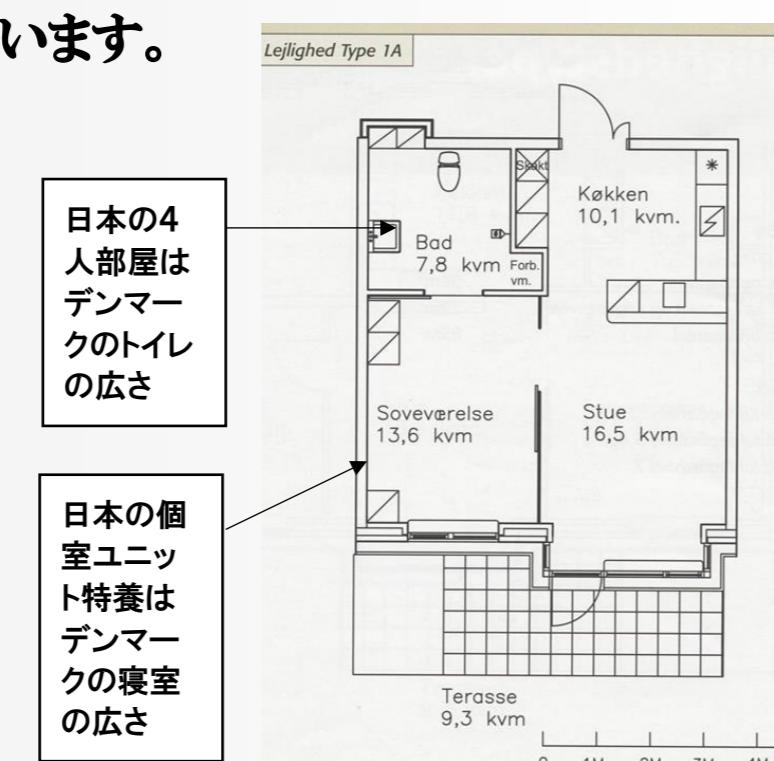


写真② むくんだ足を心配して、ヘルパーさんが足湯。はじめは抵抗を示していた母も嬉しそうにケアを受けるように

てしまふ「食わず嫌い」に似ています。

母のマンションは、偶然、デンマークのケア付き共同住居とよく似た間取りです^③。デンマークの特養ホームは、思い出の品を持ち込んだ個室でしたが「居間と寝室が別になつてない」「キッチンがない」と批判されて、

多くの高齢者同様、母は「よその人気が家に入ってくるなんてとんでもない」と言いはりました。ところが、実際にホームヘルパーの娘さん^②たちが来ると、すっかり気に入ってしまいました。食べたことのない、おいしいお菓子を拒否



写真③ デンマークのケア付き住宅なみだった母のマンション。キッチンという名の「福祉用具」の威力も知ることに。

1985年にケアつき共同住居に政策変更されていました。

「認知症の人にキッチンが必要なのかしら」とデンマークで思ったのですが、母の様子を見て、理由がわかりました。

病院では患者そのものだった母が、おぼつかない足どりで台所に行き、お皿を洗い始めました。そして、入歯洗浄剤をコップに入れたら茶渋がきれいになるという“発見”をして、みんなにほめられて大満足でした。

よろよろしながらもトイレに行けるようになったのは、福祉用具専門相談員が、様々な仕掛けを付けてくれたからです。危ないドアは取りはずしてしまい、写真④のように手すりをとりつけて高さを調節すると、病院でオムツをつけていたときと違って、トイレを使えるようになり、みるみる誇りを取り戻しました。

外国の家のように広々としてないので、車椅子は使えない



写真④ 手すりの高さを調節したら、自分でトイレができるように

のですが、プラスもありました。椅子を写真^⑤のように配置。ベッドもケアマネジャーの助言でフットボードを手でつかめるようなものにしたので、これを伝わってトイレに行けるようになり、家で歩行の訓練をしているようでした。



写真⑤ ベッドのフットボードを手すり代わりに

かつて樋口恵子さんは「母ねたきり娘ぼけるや長寿国」という川柳をつくれました。『「寝たきり老人」のいる国ない国』という本を書いた手前、母を寝たきりにはできません。ただ、私自身のボケが進んだのか薬を忘れそうになることがしばしば。幸い、かかりつけ薬局の人が来て、「お薬カレンダー」に2週間分の薬をセットしてくださいました。かかりつけ医は、血を採って、そのデータを大学の血液内科医に送りメールで情報を交換。「あと1

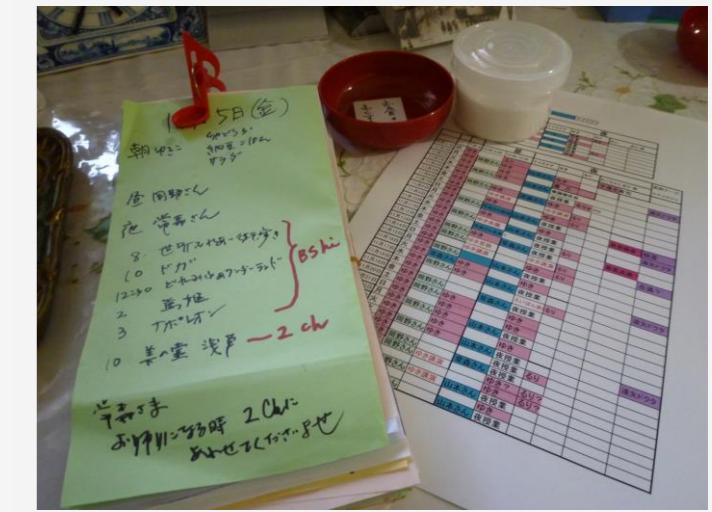
カ月の命」といわれたのに在宅生活が4年を超えたのは、「魂の器」と外山義さんが名付けた「なじんだ家」の力もありそうです。

私は、何を食べたか写真^⑥のように記録しました。そうしておかないと、「由紀子はご飯も食べさせてくれない」と言ったりするので、これは自衛策でもあるのです。

その日のテレビ番組から母の趣味や人生にあったものを選んで、封筒を裏返した紙に書きつけます^⑥。普通のテレビは、コマーシャルが入ったりして混乱をきたすのですが、NHKのBSテレビ「世界ふれあい街歩き」や

「英雄たちの選択」だと、母は、私に威厳をもって講釈します。とても認知症とは思えない、超博識の文学少女に変身します。自分ではチャンネルを変えないので、夜に来るヘルパーさんに総合テレビに変えていただくことも。

朝は私がケアを担当しましたが、これを、もしヘルパーさんに頼んだとしても、「要介護4」の介護保険の費用の中ができるそ



写真⑥ 私の毎朝の仕事。「何を食べたか」の記録と「母の趣味や人生にあったテレビ番組」のメモ

うでした。

気が付いたのは、訪問歯科医と歯科衛生士が介護保険で来てくださるありがたさです。母親の入れ歯は、生涯で最高の調子となり、口から美味しそうにたべられるようになりました。

調子がおかしくなったときは、母のかかりつけ医の遠矢純一郎ドクターに電話をすると、「とりあえず、薬箱のこの薬を飲んでいてください。これから行きますから」と言ってくださるので、安堵しつつそれを待ちます。肺炎を起こしたときも、クリーニング屋さんが持ってくる針金のハンガーを天井から吊るして点滴もでき、病院に行かずに回復しました。

ITの在宅ケアへの応用のパイオニアでもある遠矢さん、アイパッドを使って母の好きなイタリアの美術館訪問や、星座めぐりを実現してくださいました。

むくんだ足の治療に来てくださるリンパドレナージの先生は、大学ではドイツ文学を学んだ方、母の大好きなドイツ歌曲と一緒にドイツ語で歌ってくださいました。それぞれの人の人生の中の思い出深い歌を探り当てるのが、音楽療法の極意、とあとで知りました。

写真^⑦は、車いすに乗ってお気に入りの「なだ万」にでかけたときのものです。本人が嫌がるに違ないのでここに写真是載せませんが、家に戻って、ウイッグをはずし、ダテ眼鏡と入れ歯をはずしてベッドに横たわった姿は、療養型病棟や精神病棟で「患者さま」と呼ばれているご老人そっくりです。

ということは、そばには「味方」が誰もおらず、「心安らぐ居場所」とは到底いえない病室のベッドに放置され、ただただ誇りをはぎ取っていくご老人たちも、思い出のつまつた環境で「味方」に囲まれて、誇りをとりもどすことができれば、写真の母のような笑顔を取り戻せるのではないかでしょうか。



写真⑦ 「月1回はイベントを」と娘(母にとっては孫)と企画して料理屋へ





写真⑧ 救急車を呼ばずに、まずかかりつけ医へ電話機の上の壁に貼りました。

母は、「絶対に病院で死にたくない」が口癖でしたので、いざというときは、そこに誰がいてもかかりつけ医に電話し、自宅で亡くなることができるよう写真^⑨のような張り紙を電話機の上の壁に貼りました。

悪性リンパ腫・第4期との診断から4年 10 カ月たった5月ごろから、食べる量がだんだん減り始めました。好物のマンゴーやアボガドをつぶして口に運ぶようになると、自力で排便ができず、お腹が痛いと訴えるようになり、訪問看護師さん^⑨に週に2回、摘便をしていただこうようになりました。母は「テキベン」という言葉を覚え、大層感謝していました。

ただ、「私死ぬのかしら」「死にたくない」と怯えるようになると、私はベッドにもぐりこんで抱きしめるしかありません



写真⑨ 雨の日もかかさずに、訪問看護師さん

でした。

そして、7月 18 日、連休で私と娘(母から見れば孫)がそばにいる午前 11 時、息を引き取り、26 歳の時に死に別れた夫のもとに旅立ってしまいました。

その翌日、お気に入りの和食の店の大将が、ブログにこんな風に書いてくださっていました。

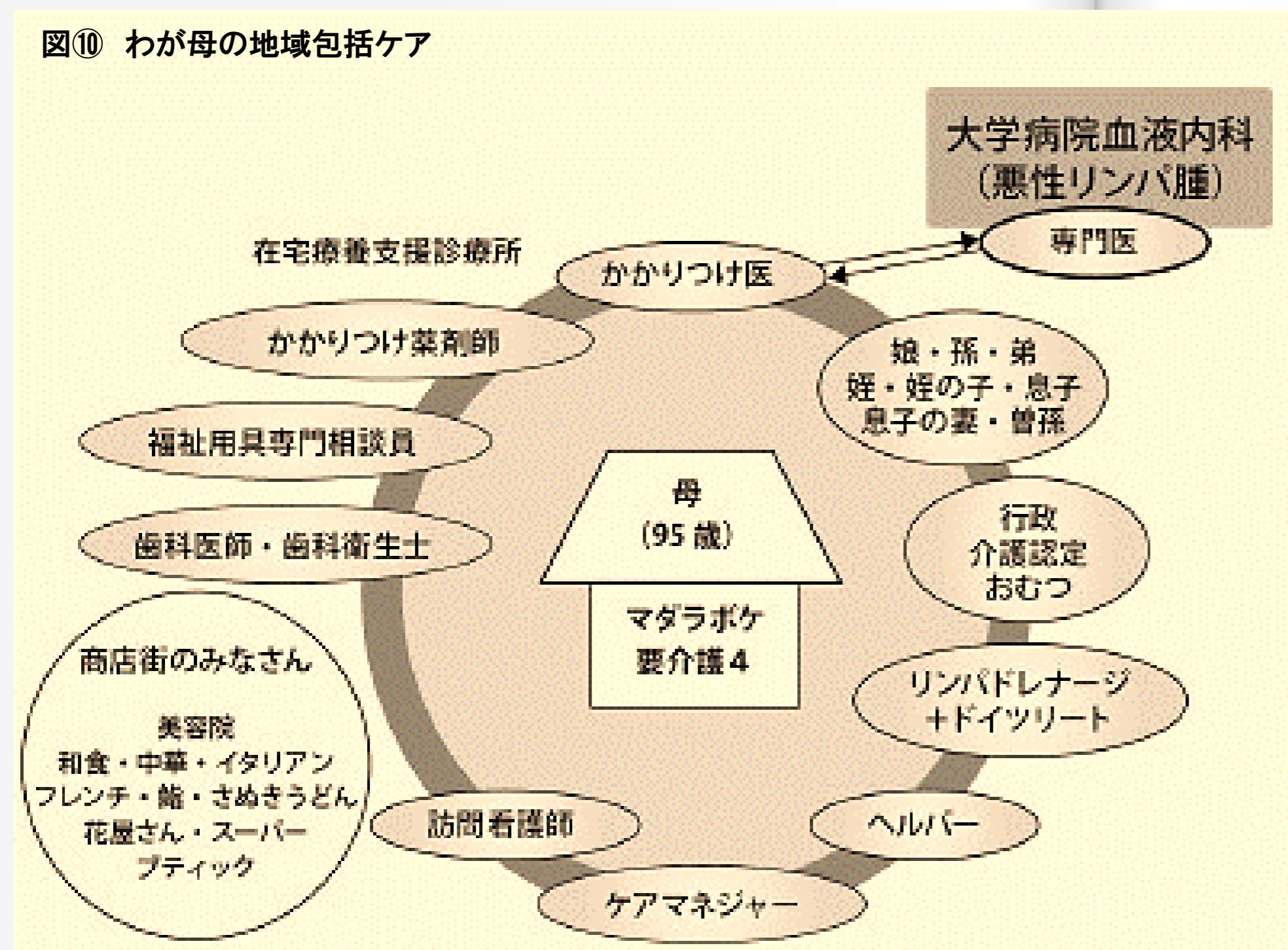
〈晴庵のご常連、女性最高齢の斎藤道子おばあちゃん 95 歳。時には一人でご来店の時もあり、カウンターに座り「今日はイケメンちゃんの前で嬉しいわあ～～」とお茶目なおばあちゃん(笑)。

またある時はサングラスをかけ一人でご来店。「ここら辺に出来物ができるお化粧出来ないの～今日は顔を見ないでね！」と素敵なおばあちゃん。

5年前、重症の癌が発覚した時に、ご家族から「たぶん今日が最後かも……」とお聞きした後、なんと、癌が消えてなくなった「スーパーおばあちゃん」。

歩く事が大変になると車椅子でのご来店。ある激しい雨の日。

図⑩ わが母の地域包括ケア



「どうしても行く」とカッパを着て車椅子で雨の中ご来店に。数週間前、お孫さんが、「祖母にお刺身を食べさせたいので、持ち帰りをお願いします」と言われ、お作りしました。「長く座っていられなくなって、連れてきたいのですが……」と。

そして昨夜、姪さんがおみえになり「最後は眠るようにな……」と話してくださいました。

お刺身と天ぷらとそして毎回ご注文のエビマヨ。

私達は愛情を込め“エビマヨばあちゃん”と呼んでいました。ありがとうございました。ご冥福をお祈りいたします。)

母は、図⑩のような方々に支えられて、在宅生活を満喫できました。

都会でも地域包括ケアが、しかも、介護保険の範囲で、デンマークなみに自宅で人生を全うすることが可能なことを、母は証明してくれたような気がします。

自己決定を貫いた母は、戒名も、お経も、お墓も「いや」と拒否。わが家の白いグランドピアノの上、生前に自分で選んだ壺の中で、いま眠っています^⑪。



写真⑪ 戒名、お経、お墓も拒し、ピアノの上の壺で眠る母

(『誇り・味方・居場所—私の社会保障論』p186-197より)