

# グループワーク

## ～Aさんの場合～

## 【ご注意】

本スライドは、「平成29年度 老人保健事業推進費等補助金老人保健健康増進等事業地域包括ケア推進に向けた総合的な自治体職員研修・支援体制に関する調査研究」（株）富士通総研）の成果品である研修資料の一部として作成されたものです。

利用にあたっては、同報告書で示している研修プログラム・研修、本スライドのノート部分を参考にお使いください。

報告書URL：<http://www.fujitsu.com/jp/group/fri/report/elderly-health/2017chiikihoukatsucare.html>

## グループワーク | Aさん（女性）の場合

この時間は、「Aさん」という女性の「これから」を皆さんに考えていただきます。

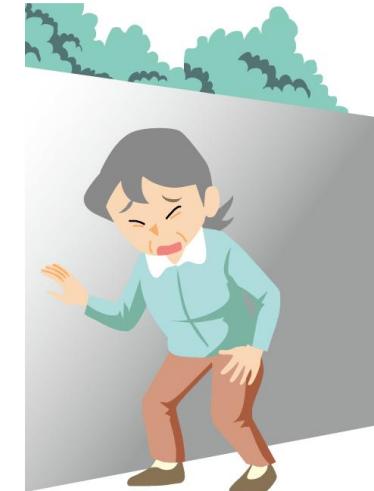
- これはケアマネジメントを考えるものではありません。そして正解もありません。
- 先ほど皆さんに考えていただいた、「尊厳の保持」、「有する能力に応じ自立した生活」というものが、どのようにすればAさんに実現するのか？を考えていただくものです。
- 今回のグループワークのメンバーは、それぞれ市町が違い、発言の中にはみなさんの所にはない支援もあるかもしれません。でも、今回はそこにとらわれず、「うちの市にはないけれど、こういうものを使えると良いのではないか」というアイディアで結構です。
- ぜひ、固まった考えにとらわれず、Aさんのこれからを、そしてAさんを通じて「尊厳の保持」、「有する能力に応じ自立した生活」を考えてください。

# グループワーク | Aさんの今まで・・・



この10年、病弱な夫と夫婦二人暮らしを続けてきましたが、夫は半年前に他界し、Aさんは気力・体力とも、すっかり落ち込んでしまいました。

- ・膝痛・腰痛が強い日には長い距離が歩けません。
- ・運動は嫌いではありませんが、誰が注意するわけではないので、Aさんはさらに身体を動かさなくなりました。
- ・ゆっくりなら身の周りのことは大体自分でできますし、Aさんも自分でやりたいと思っています。
- ・しかし、買い物や掃除・片付けを難しく感じる日も増えました。料理は好きですが、食べてくれる人がいないと作る氣にもならず、娘と孫娘が来る日以外はご飯とお漬物だけという日も増えました。
- ・洗い場で転倒してからは、お風呂場も怖くなり、入浴もおっくうになってきました。



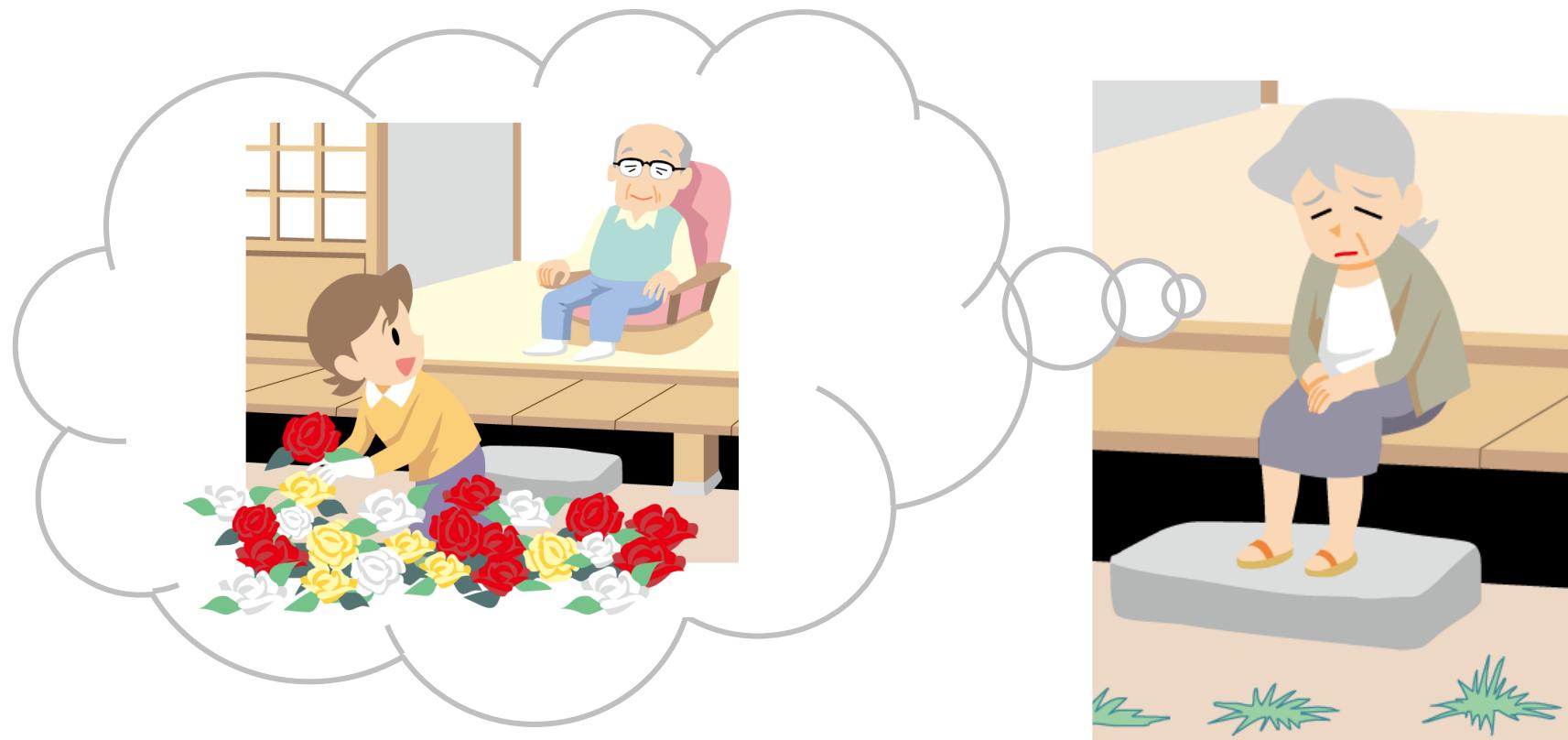
## ケース 1-2 Aさん (80歳・女性・独居・戸建住宅に居住)

- Aさんにとって、帰り道での仲間とのファミレスでの会話も大きな楽しみだったので、30年以上、ずっと隔週のコーラスサークルだけは通い続けてきました。
- コーラスの練習場所は不便な場所で、車で通うしかありません。でも、一度車庫入れに失敗してからは運転も怖くなり、休みがちになりました。
- 免許の返納も考えましたが、通えなくなるのは困るので躊躇しています。



## ケース 1-3 Aさん (80歳・女性・独居・戸建住宅に居住)

- ・庭いじりとバラの栽培は長年の趣味でもあり、近所からもきれいだと  
言われる自慢の庭でした。
- ・しかし、楽しみにしてくれていた夫もいなくなり、やる気が出ません。  
最近は庭も荒れ、みっともないとも思いますが、もう今の自分では  
どうしようもないとも思っています。



## ケース 1-4 Aさん（80歳・女性・独居・戸建住宅に居住）

- 遠方に住む娘は、2ヶ月に1回・1泊程度で孫娘と様子を見にやってきますが、「最近色々なことができなくなつた」、「楽しいことなんてない」、「私にはもう役割がないの」等の気弱な言葉をAさんは良く言うようになりました。
- いま、Aさんに笑顔が見られることは殆どなくなりました。



## まず、各自で考えてみましょう。

Aさんらしい生活が実現している姿（自立生活と尊厳の保持が実現している姿）とはどのような姿でしょうか。各自考え、付箋に書きだしてみましょう。  
(何枚でもOK、1人5枚以上は書いてください)

### アイスブレイク (1/2)

- 今までの話をもとに考えてみましょう。

「…尊厳を保持し、その有する能力に応じ自立した日常生活を営むことができる」（介護保険法 第一条1項）

…「尊厳の保持」と「自立支援」は、高齢者支援の基本理念

「尊厳の保持」………自らの意思に基づいた生活の継続・本人の自己決定の尊重

「自立した日常生活」…それが有する能力に応じて自立した生活を営むための支援

もし、介護が必要になっても、その人が持っている力を活用し、自立して生活することを支援する「自立支援」を目指す。

→【支援の考え方】

その人なりの生活の仕方や潜在する力を周囲が大切にし、その人の人格を尊重し、  
その人らしさを支える

たとえば…

好きなコース  
に通っている

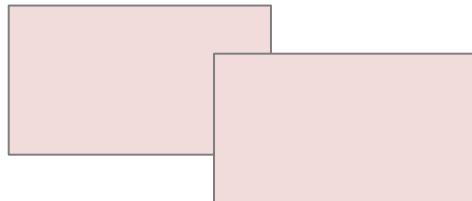
自分で歩いて  
出かけられる

人に料理を  
作ってふるまう

## ワーク 1-2 Aさんの「自立生活」と「尊厳の保持」が実現された姿とは？

各自考えて発表してみましょう。似たような内容は、グループにしましょう。

好きなコース  
に通っている



自分で料理が  
できる

人に料理を  
作ってふるまう

近所でも評判  
のきれいな庭

自分で歩いて  
出かけられる

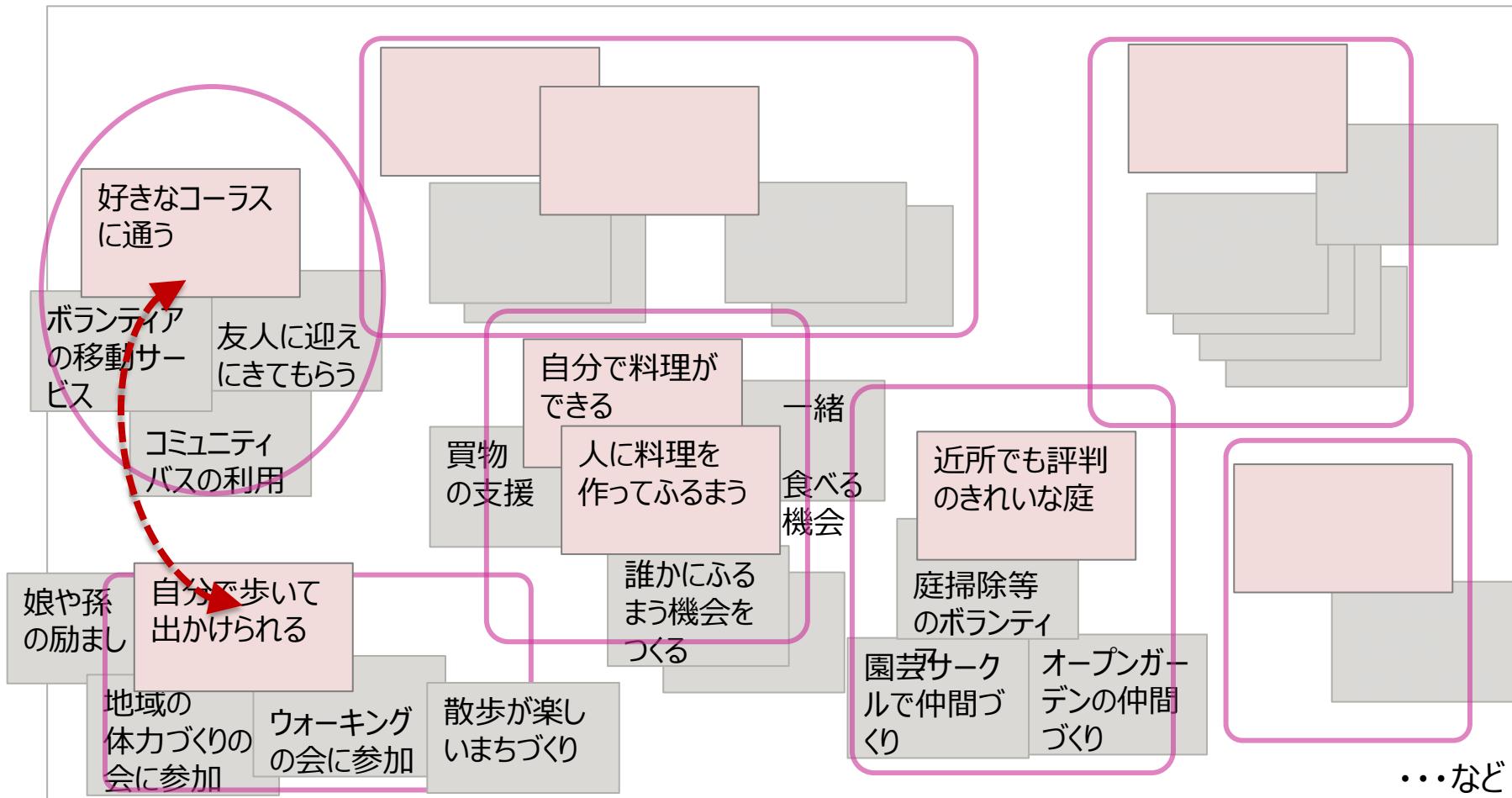


…など

Aさんらしい生活が実現している姿とはどのような姿でしょうか。  
発表の途中で新たに作成して追加しても結構です。

## ワーク 1-3 それを実現するため、Aさんにはどのような支援が必要でしょうか？

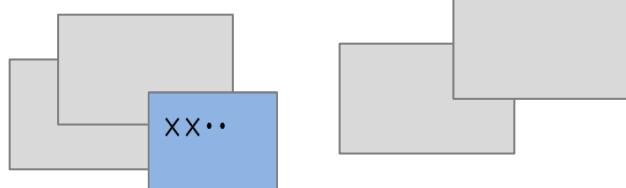
皆で考えてみましょう。似たような支援等があれば、グループにしてみましょう。



その姿が実現するにはどのような支援等が必要でしょうか。  
皆さんで話しながら考えて、違う色の付箋に書きだしてみましょう。

### その支援等は、4助のどこにあたるでしょうか。

好きなコー  
ラスに通う



その支援は、自助・互助・  
共助・公助のいずれにあた  
るのでしょうか。

新しい模造紙の四助の枠  
に対し、当てはまると思わ  
れるところに付箋を移動し  
て貼り付けてみましょう。

その時には、支援者が誰か  
ということも考えましょう。  
(別の付箋に書き出して  
みてください)

## その後 - 1 Aさん（80歳・女性・独居・戸建住宅に居住）

- 休みがちになったAさんを心配し、コーラス仲間が何人かで訪ねてきました。事情を聴いた一人が、「私と一緒に息子に送ってもらえばいい」と言い、またコーラスに通いだしました。Aさんは安心して免許を返納、車を処分しました。
- つまづきがちのAさんを見たコーラス仲間に勧められ、市の保健福祉センターで基本チェックリストを受けたところ、「総合事業の対象者」という結果が出ました。
- 一人暮らしだし、歩けなくなると困るから・・と、短期間集中の運動プログラムにがんばって通ったところ、状態は改善されました。



- 地域の団体が買い物や掃除をしてくれる支援があると知り、時々利用するようになりました。ゴミ出しは近所の人が引き受けてくれたので、それをきっかけに近所の人と会話することが増えました。

誰かの支援を得て・・ではあるけれど、Aさんは自分の生活を立て直すことが少しづつできるようになりました。



- ・買い物等をしてくれる団体の人へ  
「料理は好きだけど、食べる人がいないと作る張り合いがない」と話したら、  
「体調の良い時、うちの配食のお弁当の献立を考えててくれませんか」と言われ、  
献立を考え、時々は団体の集まりにも顔を出すようになりました。
- ・病弱な夫を支えた献立は家庭的な優しい味で、とても喜ばれました。  
Aさんも嬉しくなりました。



## その後 - 4 Aさん（80歳・女性・独居・戸建住宅に居住）

- ・植木屋を呼び、きれいになった庭で、再びAさんはバラを育てだしました。
- ・近所の人が「写真を撮りたい」と声をかけてきたので、庭を案内しました。SNSに投稿した写真が話題となり、市のオープンガーデンにも登録しました。
- ・バラの時期には大勢の人が訪れ、同じ趣味の人たちと交流が生まれました。



Aさんには、新たな人とのつながりが生まれ、少しだけ新しい自分の役割も見つけました。  
「齢はとったし、体も万全ではないけれど、こういう生活も悪くないわ」とAさんは思いました。  
Aさんは、少し体調も、気力も取り戻しました。

- Aさんは1年前に近くの病院で直腸がんと診断され、手術でストーマ※（排泄口）をつくりました。退院後の状態は安定していますが、リンパ節への転移があることもわかり、体力も落ちてきました。好きなコーラスに行けず、庭いじりもできない日も増えました。
- しかし「この生活を続けたい」、「できる限り自分のことは自分でやる」と決め、変わらず一人暮らし・人との交流を続けています。
- 簡単な支援は受けていますが、まだ要介護認定は受けていません。

※ストーマとは、手術によっておなかに新しく作られた、便や尿の排泄の出口のこと。

## ケース 2-2 4年後のAさん（84歳・女性・独居・戸建住宅に居住）

- ・体の動きも悪くなり、つまずくことが多くなりました。  
買い物支援等を受けて自分でしていた食事の支度、  
簡単な掃除も困難な日が増えました。
- ・自分でストーマを管理することも、だんだん難しくなりました。  
病院の看護師から訪問看護の利用を紹介され、  
Aさんも「お願いしてみようかしら」と考えるようになりました。



## ケース 2-3 4年後のAさん（84歳・女性・独居・戸建住宅に居住）

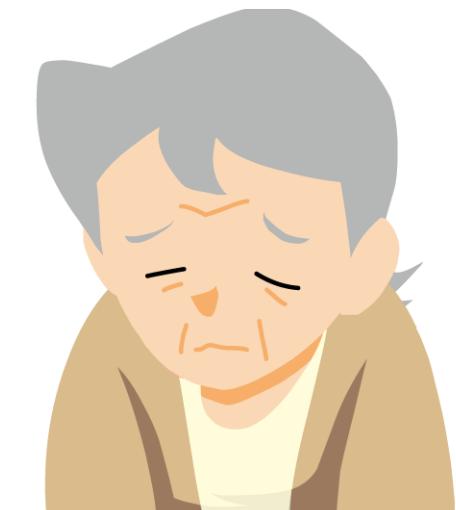
- 娘は心配し、訪問は1ヶ月に1回に増えました。  
生活の中にできなきことが増えてきた老いた母の姿を見て、  
娘はAさんの「このままここで暮らしたい」という気持ちや  
願いを受け止めることができません。
- 先日、Aさんがガスコンロを消  
し忘れたことを知った娘は激し  
く動搖しました。  
「一人暮らしなどとんでもない、  
私たちと一緒に暮らそう、  
もしくは病院を探そう」  
と猛反対を始めました。



## ケース 2-4 4年後のAさん（84歳・女性・独居・戸建住宅に居住）

- ・Aさんは、馴染んだ家や大事な庭、コーラスやバラの仲間と離れるのが嫌です。迷惑はかけたくないし、体調が悪い日も増えたけれど、今すぐに入院が必要とも思えず、気にかけて様子を見に来てくれるご近所や仲間もいます。
- ・自分でもショックだったので、ガスコンロは電気コンロに変える等して、本当に難しくなるまで、この家、せめてこの町には居たい、と思っています。
- ・娘とは、万が一も含む本音の話をしたいのですが、すぐに「縁起でもない」、「わがままだ」と、最近は言い合いばかりになり、とても悲しく思っています。

「確かに不安な日もあるし、心配してくれる娘の気持ちも分かるけど、ここで暮らしたいと思うのはそんなにいけないことなのかしら」  
…と思っています。



## ワーク 2-1 Aさんの「自立生活」と「尊厳の保持」が実現された姿とは？

まず、各自で考えてみましょう。

4年後のAさんについて、Aさんらしい生活が実現している姿（自立生活と尊厳の保持が実現している姿）とはどのような姿でしょうか。各自考え、付箋に書きだしてみましょう。（何枚でもOK、但し1人5枚以上は書いてください）

### アイスブレイク（1/2）

- 今までの話をもとに考えてみましょう。

「…尊厳を保持し、その有する能力に応じ自立した日常生活を営むことができる」（介護保険法 第一条1項）

…「尊厳の保持」と「自立支援」は、高齢者支援の基本理念

「尊厳の保持」………自らの意思に基づいた生活の継続・本人の自己決定の尊重

「自立した日常生活」…それが有する能力に応じて自立した生活を営むための支援

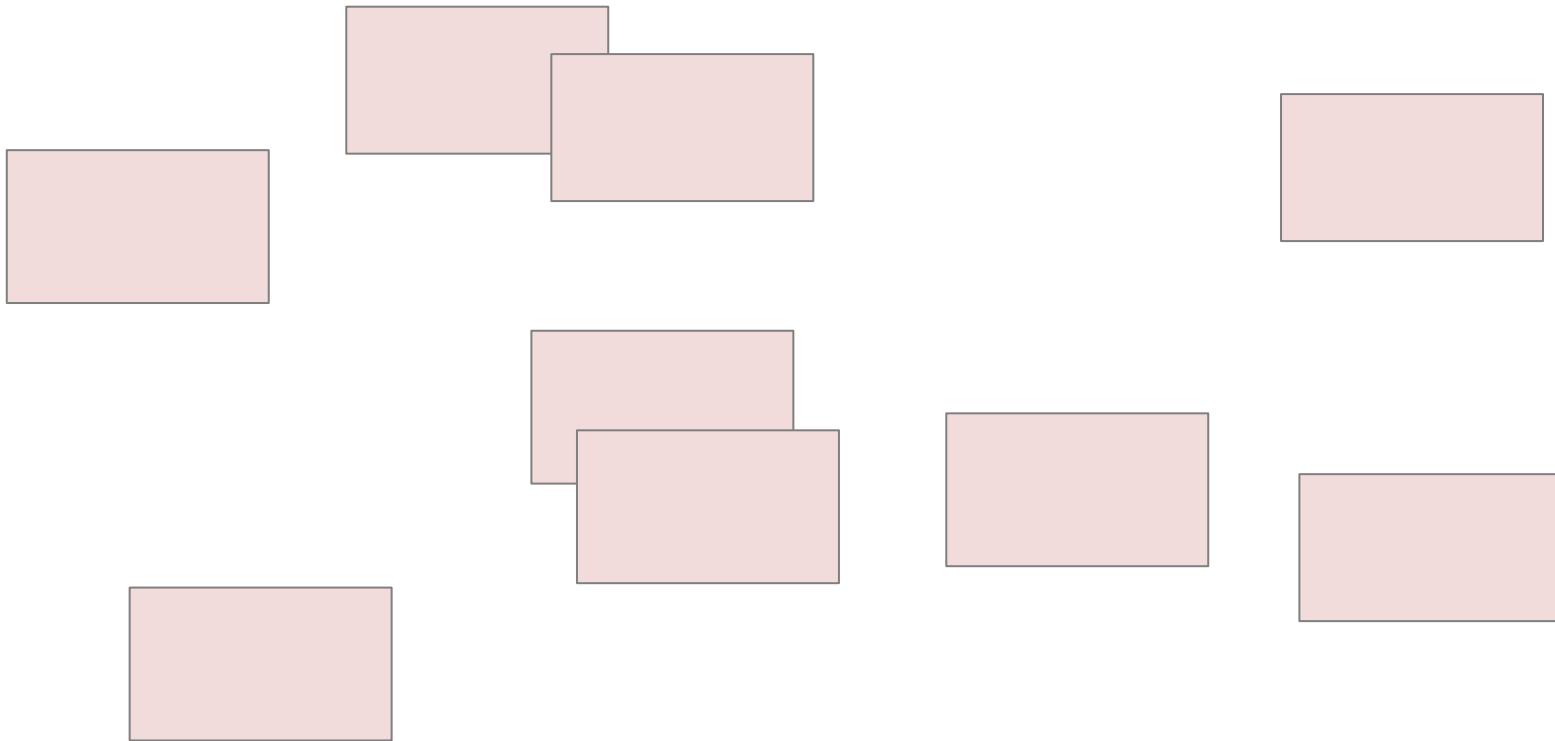
もし、介護が必要になっても、その人が持っている力を活用し、自立して生活することを支援する「自立支援」を目指す。

→【支援の考え方】

その人なりの生活の仕方や潜在する力を周囲が大切にし、その人の人格を尊重し、  
その人らしさを支える

## ワーク 2-2 Aさんの「自立生活」と「尊厳の保持」が実現された姿とは？

各自考えて発表してみましょう。似たような内容は、グループにしましょう。

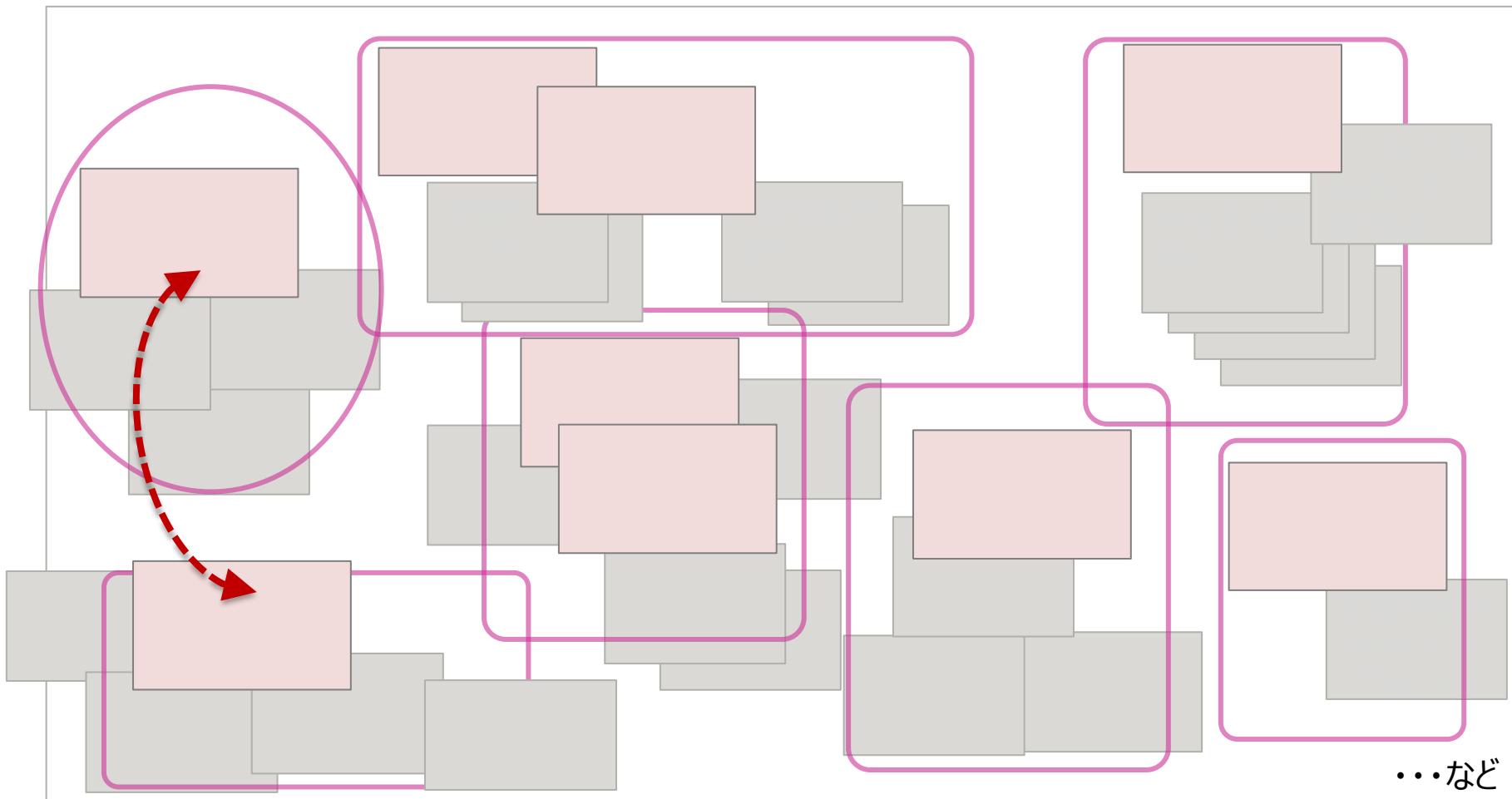


…など

Aさんらしい生活が実現している姿とはどのような姿でしょうか。  
発表の途中で新たに作成して追加しても結構です。

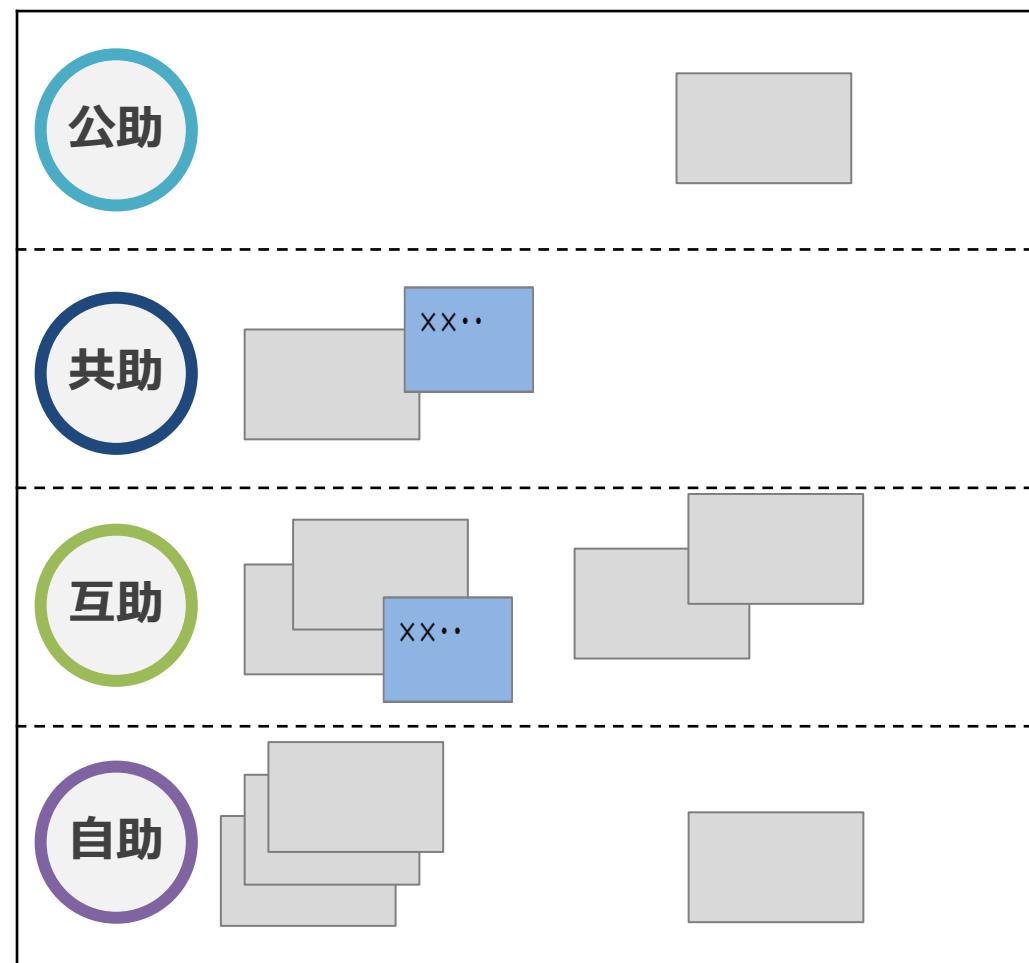
## ワーク 2-3 それを実現するため、Aさんにはどのような支援が必要でしょうか？

皆で考えてみましょう。似たような支援等があれば、グループにしてみましょう。



その姿が実現するにはどのような支援等が必要でしょうか。  
皆さんで話しながら考えて、違う色の付箋に書きだしてみましょう。

### その支援等は、4助のどこにあたるでしょうか。



その支援は、自助・互助・共助・公助のいずれにあたるのでしょうか。

新しい模造紙の四助の枠に対し、当てはまると思われるところに付箋を移動して貼り付けてみましょう。

その時には、支援者が誰かということも考えましょう。  
(別の付箋に書き出してみてください)

# おわりに



2018年 地域包括ケアシステム構築に係る自治体職員養成研修（初任者研修）

グループワーク ～Aさんの場合～

株式会社富士通総研（2018年5月改訂）