

ケアマネ あの目 この目
ゴミ問題 ～ICFで考えるゴミ問題の解決方法と、そもそも論～
指定居宅介護支援事業所 あったかプランとうべつ
ケアマネジャー 木村 晃子

私の仕事の領域である、高齢者支援の現場では、「ゴミ問題」が身近にあります。世間を賑わす「ゴミ屋敷」などという大それた問題だけではなく、誰にでも起こりそうな、日常に潜むゴミにまつわる問題です。

介護サービスで解決できる「ゴミ問題」と、解決できそうにない「ゴミ問題」があります。今回は、いくつかの「ゴミ問題」の解決を、ICFで考えてみようと思います。



雪が多い地方では、ゴミステーションの除雪が大変です。また、雪道を歩いて、ゴミを捨てに行くことも、大変になることがあります。



1、「ゴミをなげる（捨てる）までのプロセス」

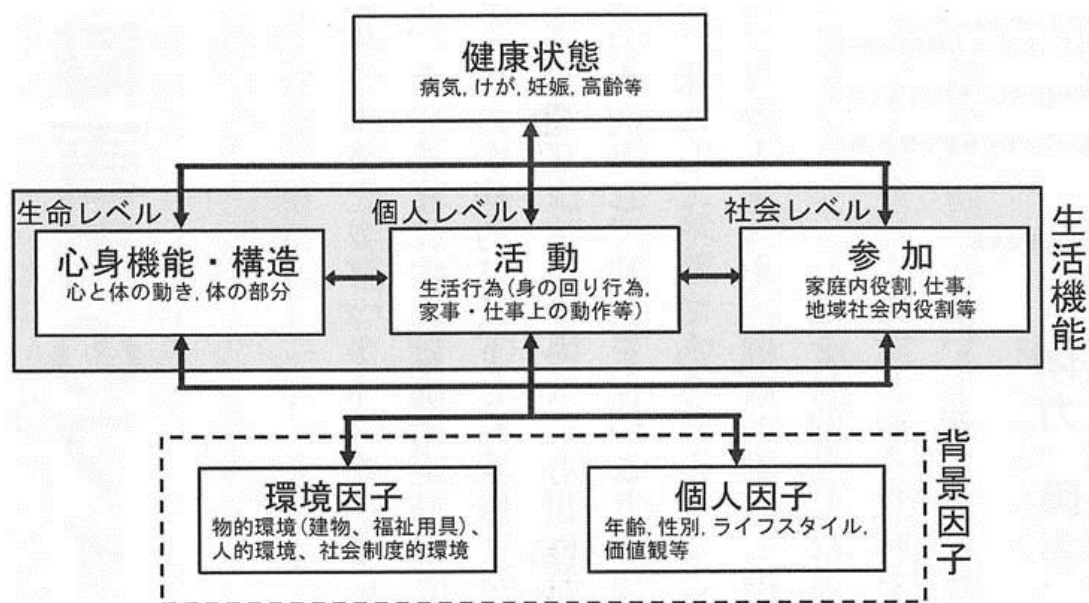
北海道では、ゴミを捨てることを、「ゴミ ナゲル」という言い方をします。よその地域の人が聞いたら、ゴミを野球ボールのように放り投げることをイメージしてしまうかもしれませんが、道産子は、ゴミを捨てることを言っています。

さて、家庭から出るゴミが、ゴミ捨て場まで運ばれ、ゴミ収集車が来て回収していくまでには、いくつかのプロセスを経なければなりません。

- ① ゴミと認識する。(要るもの、要らないものの区別がつく。)・・・認知機能
- ② 自治体の指示に従って分別ができる。・・・認知機能、運動機能
- ③ 所定の曜日に、所定の時間までにゴミを捨てに行く。・・・認知機能、運動機能

大きく分けると、以上のような3つのプロセスを経てゴミは家庭の外へ持ち出され、結果として、すっきりした暮らしとなります。

2、「ICF」と、「ゴミ ナゲル」



*生活機能モデル

上記の、生活機能モデルにおいて、「ゴミを捨てる」という行為は、【活動】にあたります。「ゴミを捨てることに、なんらかの問題を抱えている」という状態は、【活動】部分の「制限」にあたります。【活動】に制限を与える影響は、他のどの項目になっているのか、そこをアセスメントしていくことで、解決策も変化していきます。以下、いくつかの事例で考えてみます。(※事例は、個人情報に配慮して、事実情報から加工をしています。)

事例1 85才。独居。自宅玄関前から、50メートル先にある、ゴミステーションまで、ゴミを運ぶことが困難になった。隣の家も同じく50メートル離れている。

アセスメントでは、この男性は、①消化器疾患があり、食事摂取量が少なく、やや栄養状態が低下しており、体力も落ちていました。そのため、②自宅でじっとしている時間が多くなり、

歩く機会がほとんどなく、下肢の筋力が落ちていました。もともと、腰椎のヘルニアがあり、痛みのある方を、かばうように歩いており、今では、③歩行時にはバランスが非常に悪くなっ
ていました。認知機能には支障はありません。

① に対しては、栄養状態の改善のために、訪問介護による調理の支援を導入しました。食べたいものを考え、買い物を頼み、ヘルパーと一緒に、消化吸収の良い食事の調理をする、というプランにより栄養改善を目指しました。

② と③ に対しては、運動機会を増やし、歩行機能の改善を図る為に、リハビリでの室内外での歩行練習、バランス動作などを行いました。また、ゴミステーションまで歩いて、ゴミを捨てに行けるように、福祉用具の利用を導入しました。物を載せて運べるタイプの歩行器をレンタルし、歩行器の操作の練習もリハビリで実施しました。

このケースでは、「ゴミ捨てができない」という【活動制限】に対しては、心身機能回復へのアプローチと、環境因子として、リハビリ（制度サービス）と福祉用具の導入で、解決しました。

補足ですが、隣の家が離れていることで、回覧板を届けることも大変ではありましたが、歩行器を利用し、回覧板を届ける前に隣の家へ電話すると、隣の人も、途中までこちらに向かって歩いてきてくれる、という約束ができたようです。「回覧板を隣に回す。」というのは、町内会（地域コミュニティ）の活動への【参加】ということになります。

事例2 80才独居。ゴミステーションが、道路を渡った向こう側にある。信号のない道路を横切るのは危険が多すぎる。なんとかしたい。

アセスメントでは、心身機能・構造には問題はみられませんでしたが、環境因子として、①横断歩道のない道路の向こう側にゴミステーションが設置されている、というマイナスがありました。個人因子としては、80才という高齢です。この地域では、町内会の中の、班という単位の中で、数軒毎にゴミを捨てる場所を決めています。ゴミステーションの設置場所変更は、自治体に届け出ることで可能になります。その段階としては、班の人の合意と町内会の合意によります。ケアマネとしては、本人の希望により、本人の抱える課題を町内会長へ伝え、ゴミステーション設置場所の変更の検討をしてもらうように依頼しました。その後、ゴミステーションの設置場所は変更され、本人が安全にゴミを捨てられるようになりました。環境因子へのアプローチを行うことで介護サービスを使わなくても解決しました。その他に、この方がお元気な頃、町内会等において地域貢献の活動をしてきたことは、個人因子としての強みであり、

町内会の理解に繋がりがやすかったのかもしれません。町内会で、ゴミステーションの設置場所変更について検討してもらい、というアプローチは、ゴミ問題以外にも、元気に暮らしている高齢者でも、いつか日常生活に支障が出てくるという当たり前でありながら、見落としがちな課題を地域で意識するきっかけになりました。

事例3 60才。慢性疾患（筋・骨格系疾患）により、歩行困難。屋外への外出は一人ではできない。配偶者が、病気のため療養することになり、ゴミ捨てができなくなった。自宅内のことはなんとか自分でしているが、ゴミ捨てだけは外出を伴うためできない。

筋・骨格系の疾患があり、**心身機能・構造にマイナスの因子**があります。けれども、訓練して改善が見込める状態ではありません。このケースにおける心身機能の目標は、現状を維持することであり、転倒や骨折などのリスクを避けることでした。ゴミ捨て以外の日常生活動作や家事動作などは、不十分さもありませんが、自分で管理できています。ゴミ捨てだけに、何らかのサービス導入とはならないのです。本人と話合った結果、週1回程度のごみ捨てを近所の人へお願いしてみる、ということになりました。自分で外出できず、相手先の電話番号もわからないため、一旦はケアマネが近所の人へ状況を伝えることになりました。なかなかタイミングが合わずにいたところ、本人からケアマネのもとへ連絡があり、近所の人への依頼は取り下げるとのことでした。解決策としては、子どもが月のうち、何度か訪問してくれることになり、その時にゴミ捨ての協力をしてもらえることになったということです。**本人の環境因子（人的環境）がプラスに作用し、介護サービスを利用せずに解決しました。**ゴミ捨てだけではなく、子どもの来訪があることは、本人にとっても心強いことであり、また、ゴミ以外の生活課題への相談対応もできる可能性が広がりました。ケアマネのアプローチとは別に、本人が自分の課題を子どもに相談することが解決へのきっかけとなりました。

事例4 90才独居。認知症あり。ゴミの分別ができない、捨てる曜日の認識ができない。

心身機能に、認知症による、理解や判断能力の低下があります。**環境因子**としても独居であるのは、マイナス要因です。この方が、ゴミの分別ができないまま、指定される曜日とは違う日にゴミを捨てるため、近所の人や異変に気がつきました。幸い、昔から親しい付き合いをしてくれている人だったため、それからは、こまめに訪問してくれるようになり、ゴミの分別や、指定の曜日にゴミを捨てるに来てくれるようになりました。これは、**環境因子（近所に親しい付き合いのある人がいる。）**がプラスに作用した結果です。ゴミ捨ての支援は、近所の方が担うこ

とになりましたが、その他の生活にも支援が必要な状態だったため、他の部分に関しては、介護保険のサービスを計画することになりました。近所の目配りと、認知症ケアについては専門職の介入がありました。

「ゴミ捨て」にニーズがあった時に対応するのは、ゴミ捨てボランティア？でいいの？！

紹介した4事例では、結論として、ゴミ捨ては、自分で行う、システム変更（ゴミステーションの変更）、家族が代行、近所の人の支援などで解決し、介護サービスの利用にはなりませんでした。

ケアマネは、利用者に困り事が生じると、簡単にサービスを当てはめ対応している節はないでしょうか？ケアマネは、介護保険サービスのマッチングメーカーか？と揶揄したくなるようなケアマネジメントを展開しているケースも見受けられます。

また、「新しい総合事業」の名の基に、制度ではない地域資源の構築を検討している最中でもあります。（既に新しい総合事業を展開し、要支援1・2の認定者に対する保険給付外の資源をマネジメントしている自治体もあることでしょう。）地域の中に、困り事に対応するサービス資源を生み出すことはもちろん必要なことですが、困り事の背景をしっかりと理解した上で、アプローチしていくことが大切です。本人自身の持っている力（内的資源も含む）を活用していくことを忘れてはいけないと思います。

「ゴミを捨てることができない。」という課題は同じでも、解決方法はひとりひとり違うのです。その違いを蓄積した上で、共通する地域の課題を集め、地域全体で取り組むことが【環境因子】としての環境整備なのだと思います。

ゴミの処理について 蛇足・・・分別は必要か？

燃えるゴミ、燃やせないゴミ、燃えないゴミ、資源ゴミ、危険ゴミ、私の暮らす町のゴミの分別方法です。燃やせないゴミ、というのは、ナイロン系のゴミです。お惣菜などがいれてあるパックなどはこれに該当します。燃えないゴミは、金属類など、燃えきらず残ってしまう質のものです。ダンボールや新聞紙、ペットボトル、空き瓶や缶などが資源ゴミです。危険ゴミは、傾向管や電池などです。生ゴミは燃えるゴミです。もう数年前から、この方式になっています。これが「エコ」だと信じていたので、何の疑いも持ったことはありませんでした。けれども、今回ゴミの分別について書かれた本を読みました。すると、地域によってゴミの分別や処理に違



いがあることは知ってはいましたが、これほどまでの差があるとは知りませんでした。分別が多いところでは、34種類もの分別、ゴミ収集車が来ない地域、などもあるようです。その善し悪しについては、やはり地域の特徴などもあります。そして、私自身が暗黙のうちに信じていた、「環境とコスト」について、分別が必ずしも、環境にとって良い結果、コストを減らす結果にはなっていないということでした。

そもそも、消費に偏る暮らしでは、ゴミは増える一方です。物を大切にすることすら忘れてしまっていないでしょうか。消費と浪費を繰り返し、私たちには何が残るのでしょうか？ゴミをどのように処理していくか、ということも大切かもしれませんが、ゴミを出さないような暮らし方を身に付けることが大切だと感じます。

ゴミを捨てるために、また新たなサービスがそこに生まれる懸念。サービスがあれば使う社会。もし、そのサービスがなかったら出てきたであろう手だても、結局光を見ずになくなっていきます。

生きることは、生産と消費だけなのでしょうか？

紡いだり、残したりしていくことも、考えないといけないと思いつつ、これは、蛇足・・・

*参考文献：ゴミ分別の異常な世界 リサイクル社会の幻想 杉本裕明 服部美佐子 幻冬舎新書