

ケアマネの、システム視考

～自分で決める～

北海道で働くケアマネジャー

木村 晃子

路線変更の、ちょっとした事情

4月から配属先が変わり、この一年を通して、本連載の中で、自分とその周辺の成長を記録してみようと思ったのが、前回の29号。当然、今回はその続きを書こうと思っていた。けれども、思いの他、様々な事情が書く手を阻むことになった。連載そのものを休止しようかとも頭をよぎった。それも悔しい。長いものに巻かれるのも嫌だし、圧力に屈することも本意ではない。何とか、自分の居場所を自分の手で残しておきたいと思った。まさに、システムとはこういうことなのではないだろうか。個人が成している今は、個人の意思だけによらない。様々な事情があつての今なのだ。世の中は、こうして出来上がっているように思う。

読み手にとっては、何を言っているのか、意味不明な感はあると思うが、当初書こうと思った予定を変更した、ということだけ断っておくことにする。そして、個人ではどうしようもない状況だとしても、そこから現状打開の方策を探っていくこともできるのではないか、という淡い希望も信じていきたい。

当たり障りのない雑感

「超高齢社会」の言葉が浸透して久しい。私の関わる高齢者の領域では、ひたすら「介護予防」なる言葉が叫ばれている。私は、「介護予防」という言葉の強調には、抵抗感がある。余談であるが、私が中学生（今から30年以上も前）の頃使用していた辞書が手元にあるのだが、「かいご」のページを開くと、「悔悟」「改悟」だけが載っている。一方、現役高校生の娘の手持ち辞書では、「介護」「改悟」「悔悟」の順で載っている。時代を感じる。

話を元に戻すとして、「介護予防」という言葉は少々おかしいと思う。辞書では、「介護：病人や高齢者などの介抱や看護をすること。」と説明されている。また、「予防：悪い事態の起こらないように前もって防ぐこと。」と記されている。つまり、「介護予防」というのは、病人や高齢者の介抱や看護については、「悪い事態」と解釈し、それらを未然に防ぐこと、という意味なのか、とも考えてしまう。いわゆる介護をする側の言葉なのか、という疑問がある。ややひねくれた指摘であることは承知であるが……。本当は、「要介護予防」とい

うのが、意味合いなのだろう。つまり、要介護状態（他者からの介護を必要とする状態）を予防する、ということだ。しかし、更にひねくれた意見をすると、「他者の介護を必要とする状態」は、果たして「悪い事態」なのだろうか。人は、オギャッと生まれた時から、死ぬまでの間に、他者からの介護や看護を受けながら生きていたのではないだろうか。ましてや、生老病死の最終段階では、自分以外の誰かのお世話になりながら、生を終えるのだろうと思う。そのことは忌み嫌われることではない現実なのだ。

PPK(ピンピンコロリ)という言葉も世に流行った時があった。もちろん、死ぬ直前まで、ピンピンしていて、ある朝、生を終えていた、というのは本人にとっては苦痛のない最期かもしれない。けれど、ある日突然、なんの前触れもなく、大切な人との別れを受け入れなくてはならない周辺の人、果たして苦痛ではないのだろうか。少くくは、「別れの予感」や「心の準備」があってもよさそうなものだ。

「要介護予防」も「PPK」も、否定されるものではない。むしろ、人が生きている間、できるだけ、自分の意のままに活動や行動ができる方が、生活の質は高く保たれるのだと思う。

例えば、「食事介助」を挙げたとしても、他者の介護によって食べることをしなければならぬのは、非常にもどかしいと想像できる。自分で好きなものを好きな量で、好きなペースで食べられることと、他者がそれらを考えて口元に運んでくれることでは、食べることへの満足度に違いは出てくるだろう。だからこそ、自分自身で「要介護状態の予防」をしていくことは望ましいことではある。しかし、それが他者から強要されるものではないと思う。

冒頭、私は、「介護予防」なる言葉に抵抗感を覚えていることを記しているが、その言葉が、どのような文脈で強調されているかによって思っている。いわゆる、高齢者にかかる費用の抑制という文脈で語られる時、要介護状態の予防や改善は、相当推奨されている。要支援者や、要介護者が、利用していた介護サービスの利用を卒業できる状態になった際にインセンティブをつける、などという提案もされているほどだ。自分の生活や体を自己コントロールできることの意義は前述しているが、その一方で、他者の介護を受けることが、あたかも「悪い事態」と捉えかねない風潮を生みだしてはいけないと危機を覚える。

生老病死・・・人は老いて、病気になり、やがて死んでいく。この過程においては、誰かの介入は当然だ。それは、怠けがもたらす結果ではなく、人間の生命そのものの自然現象であるのだ。

日々の業務の中に寄せられる、介護関係の相談の中には、「手助けが必要な状態（要介護状態）であるにも関わらず、他者の介入を拒み、本人や周囲の生活の安寧が損なわれている。」というものも多い。介護を受けることを「悪い事態」と捉えると、容易に他者の介入を受けつけるわけにもいかないのだろう。

先日、「孤独のすすめ 人生後半の生き方」(五木寛之著 中公新書ラクレ)という題名に惹かれ、購入した本の中に、共感できることが書かれていた。それは、「前向きに」という呪縛を捨てるということ。人生の摂理では、青春、朱夏、白秋、玄冬という四つの季節が巡ってくる。玄冬なのに、青春のような生き方をするのは無理がある、というようなことが書

かれてあった。人によって、人生の玄冬期がいつやってくるのかは、差があるだろう。場合によっては、最後まで、青春のような生き方が採用される人もあるのだと思う。いずれにしても、世の中の風潮や、意図して語られる文脈の流れに巻き込まれ、他者から自分の生きている期や、その時々状態をコントロールされてしまわないことは大切だと思う。

世の中の風潮は、何か意図した力が働いている場合が多い。だからこそ、風潮に流されてしまわないことが大切だと感じる。生活や、人生の自己コントロールができ、意のままに生きていけるためには、「要介護状態の予防」は意義がある。しかし、人は一人では生きていないし、死んでもいけない。他者の介入がありつつ生きていくことも、悪ではない。私の関係する「介護」領域における「風潮」に注意していきたいと日々感じている。

*北海道でケアマネジャーの仕事をしています。