

ケアマネの出会った 家族たち

6

木村晃子

居宅介護支援事業所 あったかプランとうべつ

予想外の人生の道のり

悲しみを乗り越え一歩踏み出す

私たちの歩む人生には、「こんなはずではなかった。」というような予想外の出来事があります。何かを失い深い悲しみにくれてしまうこともあるでしょう。そんな時、対人援助職としてどんなことが支援対象者にできるのでしょうか。ケアマネジャーであれば、介護の問題を抱えた人にあれこれと、サービスの情報提供や、サービス利用調整をスピーディに行うことでしょうか。それも間違いではないでしょう。けれども、私たちは予想もしなかった出来事に遭遇した時には、驚きや、不安や、悲しみや、苦しみ、そんな痛みを感じているのではないのでしょうか。その痛みや苦しみは誰が代わることもできません。当事者が乗り越えなければならないことです。けれども十分に悲しみくれ、その感情を自分自身で受け止められた時、悲しみの中から一歩足を踏み出すことができるようになると思うのです。 悲しみが癒えるプロ

セスを理解しておくことは対人援助職として大切なことだと思います。

悲しみの中にいる人の状況に寄り添う事にも力が要ります。黙って寄り添う、そして時には悲しみに打ちひしがれて何も見えなくなっているその世界に一筋の光をもたらすことができたなら、それは大きな支えになるだろうと思います。情報の提供、サービス調整を淡々と行っていだけでなく、悲しみにしっかりと寄り添う支援ができるようになりたいと思います。

予想外の出来事

広さん65歳は妻恵美子さん60歳との二人暮らしです。農業をしながら三人の子供を育てあげましたが、子供たちは家業を継ぐことなく都心へ出て働いています。三人とも家庭を持ち子供を育てながら幸せな暮らしをしています。

そんな子供たちの生活について、広さん夫婦は特別不満や心配もありません。「これからの農業は大変だから、勤め人の方が安心かもしれない。それぞれが元気にしていれば、後は自分たち

が二人で続けられるまで(農業を)続けるけれど、程よい頃に畑はやめるよ。まあ、70位までかな。その後は、母さんと二人でのんびり日本中を旅行して歩きたいな。」近所の人が来る度に広さんは笑顔で話をしていました。

米の収穫も終わり秋蒔き小麦も完了し北海道ではいよいよ冬を迎える11月初旬でした。畑の片づけも目途が立ち、本格的な冬を迎える前に、近くの温泉旅行の予定を立てていた広さんと恵美子さんでした。その日は広さんが「旅行前に用事を済ませて来る。」と言って作業用の軽トラックではなく、自家用車を運転して出かけました。

夕方になり広さんの帰宅を待っていた恵美子さんでした。11月の夕方はあつという間に真っ暗です。その日は雪が降ってくるような寒さでした。恵美子さんが夕飯の支度をしている時に救急車の音が遠くで聞こえていました。そして間もなく自宅の電話が鳴り響き、恵美子さんには嫌な予感が走りました。

介護という孤独との戦い

「温泉旅行に行こうなんて言わなければ良かった。父さんは旅行の前に、タイヤ交換や車の点検をしてもらってから、と出かけたのよ。そんな準備がなければ事故には合わなかったのに。」病院に駆けつけた子供たちの前で恵美子さんは泣き崩れました。広さんの運転する車は所用を終え自宅に向かう途中、やや凍った路面でスリップしてきた対向車が正面衝突してきたのでした。それから、一週間ほど広さんの容体は、危険な状態でした。峠を越えた広さんに恵美子さんも子供たちも一安心です。その後の経過は順調でした。体中の傷も徐々に回復し起き上がる事も、立って歩くこともできるようになったのです。

あの事故から一年がたちました。広さんはまだ入院していました。勿論、傷は全くありません。歩けます。見舞にやってくる恵美子さんとは普通に会話しているように見えるのです。「お元気そうですね。まだ退院はできないのですか。」そんな言

葉を、他の患者さんや家族の方からかけられることもありました。

恵美子さんはその度に心が重苦しくなりました。広さんの体の動きは全く問題ないのです。けれども事故の影響が脳に及んでいました。「高次脳機能障害です。」医師からはそう告げられました。広さんは、脳の極めて重要な部分が事故によって障害されました。日常生活を行うための様々な判断力や実行するための機能が失われてしまったのです。話すことはできていても、その話には妥当性がなく、衝動的に怒ったり泣いたり、突然立って歩き出し「仕事に行く」と言っただけで、静止の声も手も振り切ってどこかへ行こうとします。病院内でも目が離せない状況です。それでも、医療的な治療や処置が必要ない段階になりいつまでも入院していることはできないのです。病院のソーシャルワーカーからは退院の話がありました。恵美子さんはワーカーさんの説明も十分には理解できませんでしたが、その勧めに従ってまずは『介護認定』の申請をすることにしました。その結果広さんには『要介護4』という認定がありました。ソーシャルワーカーは介護保険サービスの利用によって自宅生活が可能になるのではと説明しました。そして、退院後、介護保険サービスの利用がすぐにつながるようにと、地元のケアマネジャーへと連絡が取られました。

連絡を受けたケアマネジャーは、退院前に広さんの状況を確認する為に病院へやってきました。そして、恵美子さんへ介護保険サービスの説明を始めました。

「弘さんは、事故の影響で判断や理解力が障害されたようですね。奥さんが一人で介護されるのは大変だと思います。デイサービスや、ショートステイサービスもあるので、そのようなサービスを組み合わせて自宅で生活できるようにしましょう。」ケアマネジャーは、広さんや恵美子さんの意向を確認する前に、介護保険サービスについてスラスラと説明を並べました。これには、広さんも恵美子さんも訳がわかりません。それでも、1年前とは

全く状況が変わっています。どんな生活が始まるのかも予想がつかない中では、何やら詳しいこのケアマネジャーに頼るしかないのです。言われるがまま聞いていました。そして、ケアマネジャーは「自宅での介護は大変なこともあるでしょうが、頑張ってください。」そう言って病院を後にしました。恵美子さんには「頑張ってください。」という言葉がとても重く心の中に残りました。これからの自宅での生活は、大変だけれど、頑張らなくてはならないのか、そう思うと気持ちが重たくなったのです。

恵美子さんの心の準備が整う前に退院日が決まりました。病院のスタッフに見送られ、広さんと恵美子さんは仕事を休んで迎えにきてくれた長男の車に乗り一年ぶりの自宅へ帰りました。

自宅に入り居間のソファに座ると「父さん、懐かしいでしょ。」長男の一雄さんが弘さんに声をかけます。広さんは奇妙な表情をしています。そして急に立ち上がると玄関の方へ歩き出しました。

「父さん、どこへ行くの。」一雄さんが、広さんの腕を掴むと、それを強く振り払い険しい顔つきになりました。「うるさい。」そう言って外へ駆け出しました。広さんを追ってその手を掴まえると、広さんの口調は一段と強くなって「仕事だよ。仕事。」と言います。一雄さんが、なだめるよりは半ば、力づくで、広さんを家の中に連れて戻ります。一雄さんは自分の父親の様子にショックを受けてしまいました。この日から、広さんは自宅にいるという事が理解できない戸惑いに、昼夜を問わず家から出ていこうとしては、恵美子さんに止められ、すったもんだの挙句に家に連れ戻されるという状況です。恵美子さんは夜もゆっくり休めません。冬の北海道、外へ出て行って、家に戻れなくなればどこかで倒れ凍死することだってあり得ます。そんな心配に恵美子さんは心も体も休まる暇がありません。そんな中、初めて利用するショートステイの日がやってきました。ある程度恵美子さんに休養を、というケアマネジャーの計らいもあって、ショートステイの利用は1週間で生まれ

ていました。最初の2日間は恵美子さんも、疲れが出たのか、日中も夜もひたすら体を横にして休んでいました。3日目の事でした。利用中の施設から連絡が入りました。「広さんがすぐにどこかへ行ってしまおうとするので、施設でも安全に過ごしていただくのは難しい状況です。今回は初めての施設利用でもありますし、あまりご本人にも無理をかけるのもどうかと思うので、予定を切り上げお家で過ごしていただきたいと思うのです。」という内容でした。恵美子さんは、すぐにタクシーを呼び施設に行きました。

施設内では、広さんは車イスに座っていました。歩くことができる広さんが、何故車イスなのか、恵美子さんはしばらく不思議でした。施設の説明によると、広さんは昼も夜もどこかへ行こうとして歩きだす。本人の安全のためには車イスを利用していただく以外、方法はない、とのことでした。恵美子さんは、介護する人の疲労感は痛いほど理解できました。施設職員の説明には反論できません。一方で、しっかりと歩くことができる広さんのことを思うと、車イスに座っている姿を見ていることは恵美子さんにとっては耐えがたいものでした。恵美子さんは、再び広さんと一緒にタクシーで自宅に戻りました。

施設の中で車イスに座ったままの広さんの姿を見ているのは辛かった恵美子さんですが、自宅に戻ると再び出歩く広さんを止めることには一日と身が持たない恵美子さんです。時には夜中に外へ出ていこうとする広さんを力いっぱい引っ張りベッドに連れ戻している途中に「何故わかってくれないの」という叫び声と共に手が挙がってしまうこともありました。妻に手を挙げられた広さんは肩を落とし泣き出すのです。そんな姿を見て恵美子さんも涙が出てきます。広さんに優しくできない自己嫌悪と、長く連れ添った広さんのこれまでとは違う姿に対する悲しみで押しつぶされそうになります。広さんがベッドに戻り再び眠りにつく朝方、恵美子さんは枕に顔をつけて声を押し殺して泣いていました。

朝は、ディサービスに送り出します。どんなに寝不足の朝でも恵美子さんは笑顔です。ディサービスの職員が「奥さん、大丈夫ですか。」と声をかけても「大丈夫です」と元気に答えます。ケアマネジャーが月に一度の訪問に来て「大丈夫です。計画通りをお願いします。」そう言って、ケアマネジャーの立てる計画に同意をします。不満は全く表出されませんでした。けれども、恵美子さんには誰にも言えない深い悲しみが心の奥で溜まっていきます。ケアマネジャーに病院で言われた「自宅での介護を頑張ってください。」という言葉は恵美子さんが弱音を吐くことを許さなかったのです。介護という孤独との戦い。一人で過ごす時間には、涙が止めどなく流れてくることもありました。

恵美子さんが介護と戦っているある日のことでした。古くからの付き合いのある友人が恵美子さんのところにやってきて「自宅で介護をしている人が集まって、日頃の想いを自由に話し合える場所があるのだけれど、一緒に行ってみない」と誘ってくれたのです。恵美子さんは、その集まりがどんなところかよく理解できていませんでした。けれども、広さんとこの二人の生活について誰かに話を聞いてもらいたい、という思いがありました。それは、ケアマネジャーや介護サービスを担当する人には言えない悩みでした。介護のことや、サービスに対する多少の愚痴めいたことを言ってしまうのは、関わるスタッフに嫌われてしまうのではないかと、という不安があったのです。恵美子さんは友人と一緒に介護者の集うサロンに参加しました。

あなたの夢はなんですか。

その日、サロンに集まったのは6名の介護者でした。その中の一人が話を始めました。「ご家族の介護で日々頑張っておられる介護者の皆様、お疲れ様です。普段の想いを今日はここで思う存分、気がねなく話し合っただけで明日が今日よりも身軽な日になりますように、限られた時間を大切にしましょう。」という言葉のあと、この集いのルールが説

明されました。恵美子さんはやや緊張しつつも、耳を傾けました。ルールは3つあります。一つ目は誰かが話を始めたら最後まで遮らずに聴く。二つ目は、発言者がアドバイスを求めた時以外はアドバイスをしない。三つ目は、この会で話したことは、今日この場限りのことであり他の場所や他の人に言いふらさない、という内容です。そして、説明していた人が自己紹介をしました。「私は、ケアマネジャーの〇〇です。皆様の日頃の想いを聴かせていただきたいと思いますのでよろしくお願いします。ケアマネジャーの立場ですので、もしも、介護保険サービスに対する疑問や質問は勿論、日頃お悩みになっていることがあれば一緒に考えさせていただきたいと思います。」恵美子さんは、ケアマネジャーというその女性の顔をしみじみと眺めていました。「この人なら話をしても大丈夫かもしれない。」そんな気持ちになっていました。集いは、そのケアマネジャーの進行によって、参加している介護者が日頃の想いを話始めました。一人が話し終わると、誰が指図するわけでもなく話しが次の人へとつながれます。初めて参加した恵美子さんが話を始める時がきました。恵美子さんは、広さんが事故にあった話、一年間の入院生活の後、どんな生活がスタートするかもわからず、介護のサービスがどんなものかもわからず、ケアマネジャーが何をしてくれる人なのかもわからず、必死の介護を続けてようやく一年がたったと言います。まだまだ毎日が戦いです。ディサービスやショートステイに行ってくれると唯一自分の休息時間になります。毎日、外へ出ようとする広さんを止めでは悲しくもなりイライラもするけれど、ショートステイでは、歩ける夫が車イスに座ったままでじっとしている姿を見ているとせつなくて仕方ない。それでも、介護のお世話にならなければ、自分一人では生活は続けられない。毎日が、悲しみの中です。仕方無いですけど。そう話終わると、恵美子さんの目からは涙が溢れました。聴いていたその他の参加者も沈黙です。誰もが、恵美子さんの気持ちが自分のことのように理解できるから

こそ、安易な言葉など出ないのです。

「少し、お話してもよろしいでしょうか。」ケアマネジャーというその女性が話を始めようとしてしました。皆がケアマネジャーの方を向きました。「私は、ケアマネジャーです。皆さんの所にも、担当のケアマネジャーさんがいると思います。私たちの役割は、介護を必要としている方や、そのご家族の方が暮らし続けるために、生活上の困りごと、介護に関する事を一緒に考えていく役割があります。困っている問題をどうやって乗り越えていくか、望む暮らしのためには何が必要か、一緒に考えていきます。介護が必要なご本人はもちろんのこと、その方を支えているご家族の方の悩みも一緒に考えていく役割があるのです。ケアマネジャーとして、皆さんがご自分たちの望む暮らしの実現のために、ご本人やご家族が最善の選択や決定ができるように、お役にたちたいと思っています。恵美子さん、ご主人が退院されてから、さまざまな戸惑いや苦しみの中これまで介護されて本当にお疲れ様でした。介護の大変さがわかるが故に施設での車イスに乗っているご主人のお姿を目にするのは苦しいことですね。そのお気持は、担当のケアマネジャーさんにお話したことはありますか。」恵美さんは、ケアマネジャーにはそのようなことは言えない。お世話になっている施設に何か気分を害しても、サービスを受けてもらえなくなると、自分も困るので今はまだ何も言いません。と答えました。そして「でも、今日はこうして今まで言えなかった想いを皆さんの前で話すことができるととても心がすっきりしました。また少し明日から頑張ろうと思います。皆さん、介護で毎日大変なのですね。私だけじゃない、と思えることができ安心しました。」そう話す恵美子さんの表情は集いが始まった時より幾分明るい表情です。参加者はそれぞれに「またこうやってお話しましょうね。」と言葉を交わしていました。予定されていた集いの終了時間が近づいてきた頃、進行をしていたケアマネジャーが言いました。「今日は、日頃の想いを色々聴かせていただきましてありがと

うございました。最後に、皆さんの夢をお聞かせいただきたいと思います。介護があるから叶わない、ではない、もし叶うとしたらこんなことができたらいいな、という夢です。誰のためでもなく皆さん自身の夢です。」そう声をかけると、少しの間それぞれは考え込むようにしていました。その中で最初に表情が変わったのは恵美子さんでした。その表情を捉え、「恵美子さんの夢はなんですか」とケアマネジャーが尋ねました。「私は、主人が事故にあって入院していた一年。そして退院して介護を始めて一年。この間、受け入れ難い現実を前にしての悲しみと、それでも続けなくてはならない介護に無我夢中でした。自分のことなど考えることすらなかった。でも、今、思い出しました。あの日、主人が事故に合わなければ温泉旅行に行く予定でした。もし、叶うのなら、主人と温泉旅行に行きたいです。」そう話す恵美子さんの表情は生き生きしています。聴いていた人たちからも拍手が沸き起こりました。「きっと、その夢は実現できますよ。そのために、どうぞご主人の夢をケアマネジャーに伝えてみてください。温泉旅行ができるようにきっと良い知恵があると思いますよ。」そう言って集いは終了しました。

さて、その後広さんの担当ケアマネジャーが交代しました。新しいケアマネジャーは、じっくりと広さんと恵美子さんの話に耳を傾けてくれます。「広さんと奥さんの夢はなんですか。」あの時の女性ケアマネジャーと同じ質問をされました。恵美子さんはにっこり笑って言いました。「温泉旅行に行きたいです。今年はずは日帰り、来年は一泊で温泉旅行に行きたいです。」ケアマネジャーは、温泉旅行が可能になるように、何が必要か恵美子さんと一緒に考えました。時折「仕事」と言っただどこかへ歩き出そうとしてしまうため、恵美子さん一人の付き添いでは不安があるとの事です。そこで、恵美子さんに協力者を探すことにしました。協力者がいれば日帰り温泉旅行はそれ程難題ではないと考えました。あれこれ、話しをしながら広さん恵美子さんと古くから付き合いのある方

が協力を申し出てくれ、あっという間に、日帰り温泉旅行は実現されました。次は宿泊も兼ねた旅行が目標になっています。そして、二人が新婚旅行で訪れた観光地へ行く計画を立てました。駅の階段昇降や、舗装されていない観光地でもしっかりと歩くことができるように、広さんと恵美子さんは駅まで歩いたり、階段を上り下りしたり、時には畑の中を歩くなどして、体力作りをしていました。それが、広さんのケアプランなのです。

そして、今年の温泉旅行は・・・無事に楽しむことができました。そう、40年前、お二人が新婚旅行へ出かけたあの土地へ・・・

あなたの夢は、何ですか？

*プライバシー保護の観点から事例は事実情報を加工しています。



*長い冬が終わり、雪解けの頃、夫婦が汗水流して働いていた田んぼには、白鳥が飛来します。白鳥たちが羽を休めて再び飛び立っていく頃、広さんと恵美子さんも二人の夢に向かって活動開始です。