

今よりも
ワンステップ上へ!

臨床歯科衛生士のためのスキルアップジャーナル

歯科衛生士

THE JOURNAL OF DENTAL HYGIENIST

<http://www.quint-j.co.jp/>

2011年7月10日発行 毎月1回10日発行(通巻415号)
第三種郵便物認可1977年8月25日 ISSN 0911-9574

連載 ステージ別に学習できる!

新人ステージ

卒後間もない臨床経験が少ない人が
学ぶステージ

めざせベテラン歯科衛生士! 初心者マークつき歯科衛生士が伝授する
口腔内写真必撮マニュアル

コトバの重みを知ってほしいから
学生コトバから社会人コトバへ

初級ステージ

診療室でグローバルスタンダードを
身につけるステージ

For beginners

インプラント手術準備のための
基本の器具・器材

ワールドワイドな歯科衛生士を目指して
中條さやかの DH ライセンス取得物語 in America

中級ステージ

歯科の枠を超えた知識を身につけ
対応していくステージ

歯科金属アレルギー治療における
歯科衛生士の役割

私たちが守ろう!
子どもの健康 子どもの生活

後輩のモチベーションを上げる
魔法のテクニック

上級ステージ

診療所にこだわらない視点で
動くステージ

健康な高齢者の生活を知る

介護&医療現場のデビュー前に
キーワードで理解する多職種協働のツボ

新人&復帰歯科衛生士応援企画

よく使う略語& 臨床用語60

～言葉を理解してスムーズなアシストを～

2011
Vol.35

7



健康な高齢者の 生活を知る

第3回：高齢者の住むところ

伊里みゆき

総合相談グループ リーダー
社会福祉士・主任ケアマネジャー

相談に訪れた 孤独な婦人

私の好きな新緑の季節がやってきた。風に緑の葉がひるがえり、一瞬にして違う顔を見せる。それがまた美しい。

朝のミーティングが終わったころ、私が勤務する福祉総合相談窓口（地域包括支援センター）に、60歳代後半と思われる女性が現れた。さくら色のおしゃれなスーツを身にまとっている。親御さんの介護の相談かしら？ と思い、「おはようございます」と声をかけた。

私が近づくと、女性は「あの……近い将来、私が住めるところを教えてくださいほしいのです」と、唐突に話しました。そして顔の表情を曇らせ、潤んだ目で私を見つめる。

相談業務には多くの場合、時間の経過とともに主訴とは異なる問題が

隠れている。単に質問に答えるだけでは解決にならないことがあるため、見逃さないよう、そして気づかれないようまずは話を傾聴していくことにした。

「どうぞお座りください。まずお話をしましょう。どうされましたか」

彼女は、ため息をつきながら座り、まぶたを閉じた。そしてもう一度小さくため息をすると、一気に話します。「お恥ずかしいのですが、聞いてください……」

女性は、現在1人息子とその家族と同居している。しかし、嫁との折り合いが悪く数日前、ささいなことで激しく言い争ったという。「ささいなこと」とは、ごみを出す系の順番が不公平と嫁が言いだしたこと、らしい。

「最近ひざが痛くて歩くことが辛

いから、私の回数が少しだけ少ないだけなのに……。それなのに、息子は嫁の味方ばかりします」

「若くして夫が亡くなり、一生懸命息子を育てたのに、嫁に取られてしまったようです。夫と暮らした家も若い人の好みに改修されてしまいました。夫との思い出が消えてしまったみたいでさみしい。自分の城ではなくなったようです。中学生の孫は毎日塾通いで忙しく、話しかけても『ああ』としか言わない。食事も1人で食べ、同居でも孤独で、自分の居場所がないのです」

「隣の独居高齢者のAさんの方が気ままでうらやましい。これ以上気を遣って一緒に住みたくないし、世話になりたくないの、老人ホームのような1人で住むところを探しに来ました」

彼女は行き先を誰にも告げず、ご

表 1：介護保険適用外の入所施設

入所施設の種類	問合せ先
養護老人ホーム 原則65歳以上の方で、環境上および経済的理由により居宅での生活が困難な方が入所する施設。食事の提供など、日常の生活上のサービスが受けられる	市町村担当課
軽費老人ホーム (ケアハウス) 原則60歳以上の高齢者の方が自立した生活を送れるように配慮され、食事等のサービスを提供する施設。 介護が必要になった場合、ホームヘルパー等の介護を受けながら引き続き入所することができる。また、介護保険の特定施設入所者生活介護の指定を受けた施設では、介護サービスも提供する	直接施設へ
生活支援ハウス 原則60歳以上の方で、居住部門とデイサービス部門を備えている施設。原則として自炊だが、困難な場合は併設のデイサービス等から各種サービスを受けられる。緊急時には施設職員が対応する	市町村担当課 または直接施設へ
シルバーハウジング 65歳以上の1人暮らしなどの夫婦世帯または親族からなる2人世帯で、高齢者等のため独立した生活に不安のある方が対象。公的賃貸住宅等で高齢者の生活に配慮した設備を持つ住宅。生活援助員を配置し必要に応じ各種サービスを行っている	県営住宅…住宅供給公社 市営住宅…市町村建築担当課
有料老人ホーム 原則60歳以上で、民間で建築された老人ホーム。食事の提供など各種サービスを行う。介護つき、住宅型、健康型など、施設によりサービス内容や利用料金が大きく異なる	直接施設へ
高齢者賃貸住宅 原則60歳以上で、自立の方が対象。高齢者の入居を拒まない高齢者円滑入居賃貸住宅、高齢者専用賃貸住宅、高齢者優良賃貸住宅など、賃貸住宅も多様化している	直接施設へ

み出しもせずに家から飛び出してここを訪ねたという。不満をたくさん話された後、また涙がこぼれそうになり、唇を噛み上を見あげる。

私はふと、「高齢者の自殺について」をテーマに研修を実施したときのことを思い出した。高齢者の自殺率は、独居の方より同居の方が高い。悲しい現実だ。

みな順に歳を重ね、いつかは自分のことになるはずなのに、若者は忙

しい毎日に追われ、高齢者の孤独に気づかないのだ。

高齢者の住まい

女性は、「老人ホーム、老人ホーム」と盛んに話される。「介護保険適用の施設」と「介護保険適用外の施設」を混同しているようだ。最近では高齢者向けの住まいといってもたくさんの種類があり、情報もたくさん

ある。本人が決める終のすみかは、楽しく、やさしい場所であってほしい。

ひととおり話を聞いた私は、「では高齢者の住む場所の紹介をします」と言い、パンフレットに従い説明をしていった。

経済的にも健康的にも問題がなければ、一戸建やマンションでの1人暮らしが可能となる。しかし、歳を重ね1人での生活に不安がある場

健康な高齢者の生活を知る

合、表1のような施設が考えられる。

女性はこれを見て、ため息をついた。「ややこしいわね。覚えきれないし、きっとお金がたくさん必要ね。年金なんか少ししかないわ。息子たちが出してくれるはずないし。そこでもいろいろな方と仲良くしなければならぬし、気を遣うわね」

説明が流暢になってきた私は、さらに「介護保険における要介護認定の結果、要介護認定を受けた方が入所するところは、特別養護老人ホーム(介護老人福祉施設)といいます。状態の悪い方が優先的に入ることが多いので、入所は何年か待つ場合が多いです。詳しくは直接施設に問い合わせてください。ケアマネジャー(介護保険の計画を立てる人)も相談

にのってくれます。認知症の方は認知症対応型共同生活介護(グループホーム)もあります。また、介護老人保健施設、介護療養型医療施設など……」と続けた。

しかし、入所には保証人が必要で1人暮らしや身寄りのない方はNPO法人等に依頼が必要なこと、お金がかかること、子どもが遠距離に暮らし苦労している方もいること、などの話も同時にお伝えした。

来所されてから1時間以上が過ぎ、女性も疲れてきたようだった。

「もう、私は結構です。今のところ私は元気ですから、介護保険を使うつもりはありません。いろいろな施設があることがわかりました。ありがとうございます。話をし

きりました。また、必要になったら来ますので教えてください。とりあえず息子たちと仲良くするようにします。少し感情的になっていました。帰ります。健康が第一ですね」と微笑む。

今度、楽しい健康教室にお誘いするために、連絡先を教えてください。出かけて仲間がたくさんできるといい。女性が立ちあがろうとした瞬間、携帯電話の着信音が鳴った。

「今帰るところ。そうね、私も悪かったわ……」と、小さな声で話す。

女性は、頭を下げ、足早に立ち去る。私はなんとなくほのぼのとした気持ちになる。

Column

高齢者の生活をサポートする GOODS

vol.3 杖



写真左：羽立工業株式会社 ウォーキング用杖「フリーAL ボール」
写真右：ケイ・ホスピタ株式会社 「愛杖(あいじょう)」

ちょっとした段差やじゅうたんにつまずくことによる転倒は、高齢者のみではなく、若い方にも経験があるだろう。足を上げたつもりでも、上がっていないときがある。私も床1cm以下の段差で転倒したことがある。

高齢者の方が転倒すると大腿骨などの骨折につながり、大変なことになる。転倒させないように気をつけたい。そこで杖をおすすめしたいのだが、歩行がやや不安定であるにもかかわらず、杖を持つことに抵抗を感じる方も多い。今は、カラフルな花柄や収納可能な杖もある。高さ調節もできる。膝が痛いときにも負担がかからないし、山登りなら誰も使うであろう。杖を立てかけられる便利な道具もあるので活用しよう。

杖を使い、歩くうちに元気になり、杖なしで歩けるようになった方もいた。歩行困難な方は、介護保険制度のレンタルを活用した4点杖があるので覚えておこう。転倒を恐れて歩かないと下肢筋力が衰え、ますます歩けなくなってしまう。無理のないように楽しくウォーキングをしよう。

