

# 介護をめぐる動向

## —2020年度 講座「生協10の基本ケア」を振り返って—

小田 史\*

### 要約

2020年度、大阪健康福祉短期大学附属福祉実践センターは大阪府生活協同組合連合会との共同事業として、「生協10の基本ケア」をベースとした介護を基礎から学ぶ講座をスタートした。講座においては介護の知識の伝達とともに、体験を通して介護について考えるという内容を多く取り入れた。

体験を通しての気づきが、自分が介護を受ける立場になったら、家族が要介護状態になったら、どうしたらいいかを考えていくきっかけになっていくことが明らかになった。

キーワード：生協10の基本ケア 体験を通して考える

2021年9月30日受理

2020年、大阪健康福祉短期大学附属福祉実践センター(以下、研究センター)では、大阪府生活協同組合連合会との共同事業として、生協10の基本ケアをベースとした介護を基礎から学ぶ講座をスタートした。新型コロナウイルスの感染拡大と時期が重なり、全5回の講座の内、開講できたのは3回で、のべ21名の参加があった。

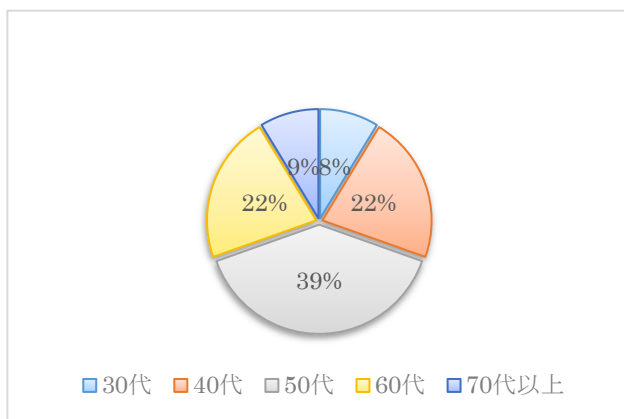


図1 受講者の年齢層

50代が39%、続いて40代、60代が各々22%となっている。

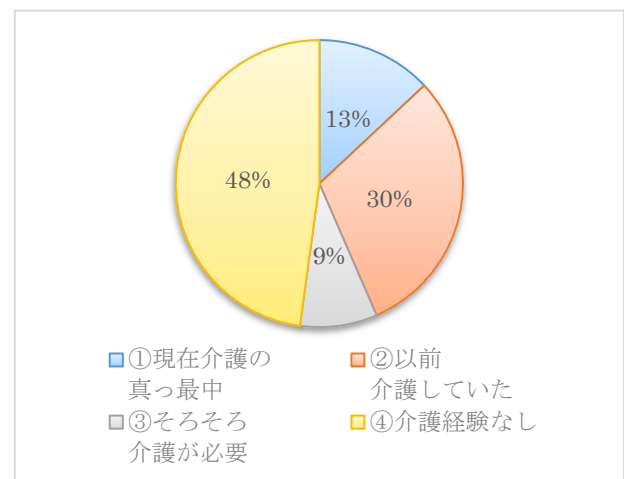


図2 介護の経験

年齢層が40代~60代が中心である割に「介護経験なし」が48%と最も多く、次いで「以前介護していた」が30%となっている。親の介護や自身の健康不安と無縁ではない年齢層で、介護の経験がないからこそ「介護について知っておきたい」という受講動機がうかがえる。

\*大阪健康福祉短期大学

連絡先：小田 史

〒545-6023 大阪市阿倍野区阿倍野筋 1-1-43

あべのハルカス 23F

大阪健康福祉短期大学 附属福祉実践研究センター

E-mail:oda@kenko-fukushi.ac.jp

本稿では講座開講に至る経緯、講座の内容及び2020年度の受講者のアンケート(自由記述)の一部を紹介し、講座の特徴点について述べていく。

### 1. 「10の基本ケア」と研究センターとのつながり

「10の基本ケア」は、奈良県大和郡山市にある社会福祉法人協同福祉会の特別養護老人ホームあすなら苑で始まり、2010年確立した。理事長の村木氏は、介護とは人を「介」し、尊厳を「護る」ことだと考えている<sup>1)</sup>と述べている。平均要介護度が4に近い特養の入所者50名、その誰もが「おむつをしていない」「機械浴に入っていない」という事実は、この業界を知る者にとっては驚きではない。

退院後の在宅復帰が困難、頑張っても在宅介護を続けていたがいよいよ限界、そんな身体的にも精神的にも厳しい状態におかれている要介護者の終の棲家となっている、それが現実的な特養の姿だ。おむつも機械浴もやむを得ない、認知症高齢者の安全を考えて、玄関やEVに鍵がかかっているのも当たり前。介護の専門職はこのようなケアを正当化しようと思っただけではない。何とかしたい、どこから手をつけていくのか、そのヒントを得たいという願いは、あすなら苑へと向けられることになる。現在も全国の施設や社会福祉法人からの見学や講師依頼が絶えない。コロナ禍以前はあすなら苑内で2日間にわたり、「10の基本ケア」の基本を学ぶ研修会が年2回行われていた。研修会ではケアのベースとなる理論の学習とともに実技の演習も行われる。あすなら苑の指導の下「10の基本ケア」に取り組んでいる施設もあるが、まだ定着するには至っていないという。それはなぜか？

ケアの定着には、基本となる理念をもとにチームの意思統一を図るとともに、ケアの標準化(正確なケアスキルを業務手順として統一化する仕組み、介護する誰もが安定したケアサービスの提供ができる)が必要である。一定力量のあるリーダーとケアチームがなければ「10の基本ケア」の定着は困

難だといえる。協同福祉会では在宅での生活継続を支援する目的をもって「あすなら安心システム」に沿って認知症高齢者共同生活介護、小規模多機能、看護多機能など施設整備を計画的に実施している。その事業拡大の速度や規模に耐えうる人材育成を行っていること、ここに鍵があると考えられる。

その人材育成の核となるのが、「尊厳を護る・自立を支援する・在宅を支援する」を実現する徹底した人権意識を伴う理念と、人が自然に生きることを支える理にかなった「10の基本ケア」である。

「10の基本ケア」には順番があり、順番どおりに実施していくことに大きな意味がある。人が心身ともに健康に生きていく土台を再構築するには、不自然な生活からの脱却が必要である。不自然な生活とは、窓は開けずに24時間空調、トイレに行かずにおむつで排泄、口から食べられないから胃ろう、風呂には入らず清拭等々、医療や介護を伴った管理の下で生かされている生活を指す。

### 2. 講座「生協10の基本ケア」開講に至る経緯

2018年5月、日本生活協同組合連合会(生協)は、協同福祉会が実践してきた10の基本ケアの考え方とスキルを「生協10の基本ケア」として全国の生協福祉事業で本格的に導入するとプレスリリースした。このプレスリリースとほぼ同時期、研究センター長の立場にある川口教授が協同福祉会の理事を務めていたことをきっかけに、大阪健康福祉短期大学介護福祉学科の複数の教員があすなら苑で行われた「あすなら10の基本ケア研修」に参加し、数年にわたってケアを学ぶ機会を得た。冒頭にも述べたが、研究センターでは大阪府生活協同組合連合会との共同事業として、2020年度、生協10の基本ケアをベースとした介護を基礎から学ぶ講座をスタートした。講座のねらいは「生協10の基本ケア」を生協の理事や総代、組合員、一般市民に広く知ってもらうこと、ケアを「お世話になる」とか「他人様に迷惑をかけるという」捉え方ではなく、自分自身の人生を全うするために

受ける権利としてポジティブに捉える、その意識改革こそが現代の介護福祉の転換点となるという川口教授の主張をベースとし、単に講師の話聞くだけではなく、自らがケアを受けるという体験

を通して考える内容を多く取り入れた内容とした。全5回の講座の内容は次のとおりである。

表1 カリキュラムと体験内容

回	カリキュラム	体験内容
1	「生協10の基本ケア」とは 超高齢社会の現状 あすなら苑のケア実践 ① 換気をする	紙おむつ(リハビリパンツ)の配布 自宅でおむつ体験をしてもらう
2	②床に足をつけて座る ③トイレに座る	おむつ体験の交流 立つ 座る 尻上げ体操
3	④温かい食事をする 口腔ケア ⑤家庭浴に入る	介護食を食べる スポンジブラシを使う口腔ケア
4	⑥座って会話をする 認知症のケア ⑦町内におでかけする	認知症の人の気持ちを知るワーク 車いすを押す 車いすを自分で動かしてみる 車いすに座る
5	⑧夢中になれることをする ⑨ケア会議をする ⑩ターミナルケアをする	レクリエーション チェアサッカー ACP (アドバンス・ケア・プランニング)

### 3. 体験を通し考える 講座がもたらす効果 ～2020年度の参加者のアンケート(自由記述)から～

「おむつをつけて排泄してみる」、「最新の技術を駆使した介護食を食べる(株式会社ナリコマエンタープライズの全面的な協力を得て実施)」、「車いすに座ってみる」、「認知症の人がどんな思いなのかを想像してみる」このような体験を通しての気づきが、自分が介護を受ける立場になったら、家族が要介護状態になったら、どうしたらいいかを考えていくきっかけになっていく。

5回目は「10の基本ケア」でも、最後に位置付けられている本人主体を軸とした個別ケアを紹介する。⑧夢中になれることをする、⑨ケア会議をする、⑩ターミナルケアをする、日々の生活の中で夢中になれることに取り組み、自身のケアに対する要望を伝え、目標をもって生き、人とのつながりを意識しながら最期の時を迎える。誰もが理

想とするであろう終末期の過ごし方は、主体となる本人の意志と人的、物的、社会的な環境が整わなければ現実的なものとはならない。終末期をどこでどのように迎えたいか、どのような医療やケアを望むか、自身が主体となって考えていくことを目的とし、その手掛かりとして記述式のACP(アドバンス・ケア・プランニング)を体験内容として取り入れた。

アドバンス・ケア・プランニングは2018年、神戸大学医学部附属病院 緩和支援診療科の木澤義之教授によって開発された。万が一の時に自分がどのような医療やケアを望むか自分の考えを整理し、周囲の人々と話し合っておくためのツールとして近年では広く活用されている。ここでは2020年度の参加者のアンケート(自由記述)から、ACP(アドバンス・ケア・プランニング)の体験について記入された内容を分類したものを紹介する。

ACP（アドバンス・ケア・プランニング）の体験について記入されたものは15件、内容を分類し、それぞれにタイトルをつけた。（表2～4）

内容は大きく3つに分類でき、タイトルとして〈死を考えることについての意識〉〈考えること、話をするのが重要だという気づき〉〈自身の考え方を再認識する〉を挙げた。

「考えたことがなかった」から「身近な人と話し合っておくことが必要」という意識の変化や高まりについては共通しており、目的としていた自身が主体となって考えていくという機会につながっていると考えられる。死は身近なものではないが、いつか必ず訪れる。介護が必要な状態であっても、充実した生の延長線上に死があることに変わりはない。「生協10の基本ケア」は要介護者の充実した生のベースを築くことを目的としたケアであり、ケアにおける当事者性、本人主体を重視している。その特徴が⑧夢中になれることをする、⑨ケア会議をする、⑩ターミナルケアをするに現れている。

#### 4. 今後に向けて

2020年度、受講者こそ多くはなかったが、「10の基本ケア」について内容を伝え、介護について考えてもらうという当初の目的は達成された。

（表5 10の基本ケア及び当該講座への期待（自由記述より抜粋））

2021年度は従来の講座に認知症ケアを学ぶ内容を追加し、大阪だけではなく京都でも実施予定である。講座を受けて「生協10の基本ケア」を知って、介護が必要となった時にどのようなケアを望むかを考える機会にしてもらえればと思う。介護の現状を変えていくことは、介護に携わる者の力だけでは限界がある。普通の市民が他人事でない自分事として介護を考えていくこと、これが介護の抱える閉塞感を取り除くきっかけになると考える。

#### 参考文献／引用文献／脚注

1) 大國康夫『人間力回復』クリエイツかもがわ 2014年 P4

表2

死を考えることについての意識	終末期や死生観について話し合ったことがない
	自分の死生観について深く考えたことがない
	「考えないと」と思っているも、考えないまま生きてしまう
	生きる事について、生きていく事についてすごく考えさせられた
	自分自身が人生の最期を迎えるときにどうしたいのか、どうなりたいかを考えておく
	今後の事も考える・・・という課題が出来て良かった
	交流をすることで(死生観や終末期は)人それぞれであってよいと気づいた

表 3

死について考えること、話をすることが必要だという気づき	親と死について話し合っておきたい
	夫婦や子どもと話をしたいと思う
	両親にも改めてちゃんと話を聞こう
	(終末期や死生観について) 夫婦 2 人で確認したい
	家族と話し合っておくことの大切さを感じた

表 4

自身の考え方を再意識する	家族と普段からコミュニケーションをとり自分の希望を伝えたい
	家族に介護してもらうのは嫌だ
	自分自身の終末について考えること書く事、伝えることが大切

表 5

10 の基本ケア及び当該講座への期待	小さなグループで始めて地域へと広げていきたい
	この経験を活かし、周りに伝えていきたい
	最期の時まで、人としての尊厳を護っていくあすなら苑のケアの考え方を知ることができ、感動した
	あすなら苑の実践が、1 人 1 人をよく知り QOL を大事にしていることを理解できた
	「楽しく」学べた