

実践！ グループホーム ケア

[第24回]

認知症介護研究・研修東京センター センター長
山口晴保

全国大会in青森『分科会の実力』

全国大会が青森で開催され、10月12日の午後に分科会でたくさんの発表がありました。その中で注目の2演題を紹介します。

その前に寄り道です。分科会の会場で、参加者に向けてのメッセージが開始前に示されたのですが、こう書かれていました。「質問者は、発表者はずかしめるような発言はしないこと」。これでは、筆者に発言するな！というようなもの。医学会で育ってきた筆者には、学会での質問は「演者の発表の不合理な点を追求するもの（結果的に演者は恥ずかしい思いをすることもある）」だったからです。「人材育成もほめて育てる時代になったのだな」と、少しだけ反省しました。

数値化データと図で説得力のあるプレゼン

演題「寄り添うケアと根拠」を、茨城県のプロイデグループホームひたちなか（2ユニット）の菊地裕哉さんが発表しました。副題に「トータルケア×眠りスキャン＝寄り添うケア」とあるとおり、この二点をまず説明します。トータルケアでは、「総合記録シート」を用いて介護・看護・栄養・排泄・リハ・診察などを一つのシートに記録することで情報の共有化・多職種連携ができます。一週間単位・24時間の流れで体調の変化などを共有し、総合的な判断に基づく適切な対応が可能となります。

このトータルケアの導入前後で睡眠状態を比較してみたのが研究本体です。平成31年4月に新設された施設で、全18床に眠りSCAN®が導入されていたので、睡眠状態をチェックできる体制が整っていました。例えば一夜の睡眠覚醒パターンを1本のバーグラフにして1カ月分を画像化できます。これをトータ

ルケア導入前後で比較すると、一目瞭然でケアの効果として、夜間の覚醒が減り規則正しい睡眠になっていることが示されました。

さらに「総合記録シート」から身体活動・役割や日課・入浴・排便などの生活活動内容を抽出し、睡眠の質（睡眠効率という数値化指標）との関係を検討しました。すると、通常日に比べて、運動した日は睡眠効率がより高く、運動に加えて役割のあった日はさらに睡眠効率が高いという結果をグラフで示しました。また、通常の日々の夜間離床回数の約4回が、運動した日は減少、運動＋役割の日はさらに減少して約3回になったという結果もグラフで示しました。そして、考察では、その「人」の生活歴から、以前していたこと、今していること、今できることを把握して社会的欲求を満たすことが重要だと指摘しました。

なお、夕方に散歩をした場合は、睡眠の質が低下していました。その理由は、交感神経が興奮状態になったためと考察し、就寝前4時間は過度な運動を控え、趣味活動やコミュニケーションを中心とした副交感神経が優位になるようなケアが大切であると提案しました。すばらしい考察ですね。

要介護3以上の中重度者は、入浴で睡眠効率の改善がみられたことも結果として示しました。対象者全体ではその傾向が見られなかったのですが、追加解析で対象者を要介護1～2と3以上の2群に分けたら、要介護3以上の群でのみ睡眠効率の改善が見られたという報告でした。全体で変化がないからと諦めずに、重症度で分けたらどうかと、もう一段深く追求して分析した点が秀逸です。

掃除や調理、庭の手入れ、洗濯物たたみなどの役割＋運動が重要と常々訴えている筆者の仮説を実証する

重要な発表でしたので、ここで紹介させていただきます。睡眠効率や夜間離床回数の統計学的な有意差検定がなされていない点がちょっと残念でした。今後研究者と組んで解析したら、素晴らしい研究になると思います。

このように効果を数値化してグラフで示すプレゼンは、大会の分科会で発表された演題の中でも少数だったと思います（筆者の見た範囲で）。多くの発表で「効果があった」、「笑顔が増えた」、「(困った行動が)減った」などと発表するのですが、IKKOさんが広めた「どんだけ〜」とついツッコミたくなるのです。数値化せずに、発表者の主観（印象）で評価しているのでは説得力に欠けるということ、筆者は強く指摘します。今後、数値化したデータに基づく研究発表が増えることを期待しての指摘です。

福福共生の取組み

次に紹介するのは、「福福共生を目指して」という演題です。「地域の中で人として生きる力を発揮できるケアの実践」を理念とする石川県羽咋市ぐるーぷは一む福の神・水田恭英子さんの発表です。

このグループホームの近くに同法人の障がい者施設があり、農福連携で自然栽培の大豆や米、サツマイモを育てています。これまでも、そこにグループホーム入居者が手伝いに行き顔馴染みになっていました。

このグループホームにも2カ所の畑があり、ナスやキュウリ、大根、ジャガイモなどを育てています。入居者のほとんどが若い時から畑仕事をしてきた方々なので知恵は豊富に持っていますが力がなくなっていたので、障がい者施設の方々に畑づくりのお手伝いをお願いし、「互いに助け合い教え合い野菜づくりをする」という取組みを実施しました。

高齢者はこれまで培ってきた農作業の知恵を伝え、障がい者は畑を耕すなどの力仕事で役割を担い、互いにともに力を合わせて畑づくりをする関係性の中で、作業を見るだけだった高齢者が、自ら鋤を持ち土をおこしたり、ともに苗を植えたり支柱を立てる作業をする姿が見られました。

障がい者は「高齢者からいろいろ教えてもらえてうれしかった」など仲間となれたことを喜び、人の輪に入ることが苦手だった方がかわりをとおして自ら人

の輪に入ることができました。

ともに活動する姿を見た家族や近所の方々からトマトやナスの苗をもらったり、お手伝いの声掛けももらいました。地域共生社会づくりに貢献した取組みでした。

翌13日の共生社会をテーマにしたシンポジウムでは、特定NPO里・つむぎ八幡平の高橋和人さんが「半農半介護&まるごとケア」をテーマにしたユニークな活動を発表されました。

認知症ケアと農業は相性がよいようですね。農作業を主題にして、地域の人々が、認知症があってもなくても、障がいがあってもなくても結びつくような仕組みが展開されることを期待しています。

☆

ほかにも注目の演題がたくさんあったと思います。ポスターを含めて8会場なのに身体は一つ。残念ながら一部しか聞けませんでしたので、偏った紹介ですが、数値化・図表化して結果を示すことの重要性和、地域共生をテーマにした取組みの重要性を指摘できる2発表を紹介させていただきました。

平成30年度の厚労省老健事業として認知症グループホームケアの効果を示す研究事業を行う中で、グループホームの地域貢献と入居者の地域交流を定量的に評価する「地域貢献尺度・地域交流尺度」を開発しました。この尺度開発の論文が採択され、認知症ケア研究誌（DCnetで無料公開）に掲載されました。評価尺度自体は協会のウェブページにも掲載してもらいます。皆様に活用されることを期待しています。

DCnetではBPSDの評価尺度であるBPSD+Qも公開しています。これを用いて、こんなケアの工夫をする前後でBPSD+Qの重症度や負担度がこれだけ改善したといった実践報告が、来年度の大会の分科会でたくさん出現することを期待しています。「定量的評価」で効果を示す。「どんだけ〜」と言わせない。そんな研究発表を目指しましょう。

最後に、プレゼン資料を送っていただいた二人の演者に深謝します。



やまぐち・はるやす ● 群馬大学医学部卒業。同大学院で神経病理学を学び、神経内科専門医・リハビリテーション専門医・認知症専門医となった。群馬大学大学院保健学研究科教授を退官し、2016年10月から認知症介護研究・研修東京センター長。主な著書に『認知症の正しい理解と包括的医療・ケアのポイント』、『認知症予防』、『紙とペンでできる認知症診療術』（いずれも協同医書出版）、など。日本認知症学会名誉会員。ぐんま認知症アカデミー代表幹事。