1.「デイサービスから卒業！！　自分らしい生活を諦めない」

2. 愛知県豊田市
3. 医療法人三九会　三九朗病院リハビリデイサービスさんさん
4. 管理者兼機能訓練士
5. 鈴木基弘

【リハビリデイサービス　さんさんの紹介】

私たちの事業所は豊田市にある医療法人三九会三九朗病院（回復期リハビリテーション病棟を有する）が運営する、午前・午後２部制のリハビリに特化したデイサービスです。

法人内には病院の他に、通所リハビリや訪問看護・訪問リハビリ、デイサービスを３施設運営しており、地域包括ケアシステムを実現するために、医療と介護のシームレスな連携を大切にし、必要に応じて患者・利用者様がサービス循環し、地域に帰れる体制を作っています。（図１）

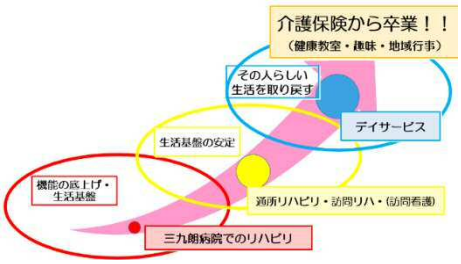

図 1.医療から介護への循環と役割

さんさんのスタッフは全９名です。生活相談員や看護師、介護職、理学・作業療法士など様々な職種が働いています。１日６～７名のスタッフで勤務、毎日朝と夕方に他職種が共同してカンファレンスを行う事で、各利用者様に合わせたケアを行っています。

私たちのデイサービスでは、３つの事を大切にしています。

１つ目は「自立（自律）支援」
２つ目は「自分らしい生活を諦めない」
３つ目は「活動と参加に繋げる」です。

1）自立（自律）支援

私たちが大事にしている「ありがとう」は利用者様がスタッフに対して「(やってくれて)ありがとう」ではなく「(自分でやれるようになったよ）ありがとう」と言ってもらえる支援を心がけています。利用中のお茶や机で行っている自主トレーニングの準備なども、出来ることは、自分で行ってもらいます。（図 2）

受動的にやらされるのではなく、利用者様の意思を大切にして、自分で出来る事を増やすことで、より能動的に行動でき、エンパワメント（人が本来持っているすばらしい、生きる力を湧き出させること）を発揮出来ると考えます。

図 2.お茶を入れる片麻痺の利用者様

2）自分らしい生活を諦めない

デイサービスを利用する方は、病気や怪我、加齢などによって、以前と同じように生活が出来ず、不安がある方が多いです。中には「早く迎えが来てほしい」「何も出来なくなった」と生活を諦めてしまっている方もみえます。

生活相談員を中心に疾患や現在の生活状況だけでなく、生い立ちや人生観など利用者様、それぞれの人生を含め、アセスメントを行い、本人様が大切にしている自分らしさが何であるか、相談し、丁寧に目標を設定していきます。（図 3）

そして、設定された目標がどのように実現出来るか、機能訓練士を中心に訓練を行います。訓練は基礎的な筋力トレーニングだけでなく、利用者様のエンパワメントが最大限に発揮できるように、実際に動作の体験なども通して、一緒に考え、生活の場面で実現出来るか支援します。（図 4）

更に、介護職などを中心に利用者様に今の生活や思いを聞き取り、「久しぶりにこんなことが出来た」など目標を達成出来た時には共に喜び共感します。（図 5）

＜目標達成のためのケア循環＞

図 3.アセスメントの様子

図 4.動作体験(洋服を買う)

図 5.達成の喜びを共感

それぞれの職種が、目標に対して適切なケアを行い、PDCA サイクルを回すことで、利用者様の顔が少しずつ前を向き、自分らしい生活を諦めず、再び、前を向いて歩めるのだと考えています。

3）活動と参加に繋げる

利用者様は徐々に加齢が進み、ある一時期回復をされても、その後筋力や体力が落ちることもあります。また、麻痺などの後遺症が残る方も多くみえます。

その為、特に大切にしているのは、今の身体で何が出来るかです。一緒に調理訓練（図 6）や屋外の移動、エスカレーターの昇降やバスの昇降（図 7）など、実際に体験してもらうリハビリも行います。また、施設内でしっかりとリハーサルをした後に、居宅訪問の際などに、実際に家での生活にも繋げます。

図 6.　焼きそばを調理

日々の会話やモニタリングなどで進捗状況を確認し、一緒に考え悩み、どんな形で実現出来るのか、現実的に考え、必要な支援をすることで、活動と参加に繋げます。

図 7　バスの昇降訓練

【デイサービスを卒業】

「デイサービスを卒業します」あまり聞かない響きだと思います。

さんさんは開所して約３年になりますが、現在７名の方が卒業しました。（図 8）

図 8　それぞれの卒業式

私たちの事業所では、目標を達成され、自分の意思で介護保険から卒業を決意された方に対して卒業式を行っています。

A 様は 80 歳代の男性、既往に小児麻痺(ポリオ)・高血圧・糖尿病がありました。加齢とともに右足首骨折（H26）と右足趾骨折（H27）の 2 度の骨折を経験しています。

アセスメントの中で「野球観戦をしたい」との目標が上がりました。野球観戦に行くためのリハビリと、今の身体で野球観戦に行くための手段・方法を本人とともに検討し、ついに息子と一緒に野球観戦に行くことが出来ました。（図 9）その後もバス旅行や故郷へ帰ること、地域行事への参加（図 10）など様々な目標を達成し、最後は自分で「目標を達成出来たので卒業したい」と伝えてくれました。

卒業式にはケアマネージャーも同席し、みんなで喜びを共有しました。（図 11）

＜A様：目標達成の良スパイラル＞

図 9　野球観戦

図 10　地域行事・交通立哨

図 11　卒業式（A 様）

最後に、病気や怪我、加齢と向き合い、更に目標を持って生きることは簡単なことではありません。それでも私たちは、一人一人の人生に寄り添い、より主体的に、自分らしい生活を諦めず、その人らしい生活が出来るように支援していきたいと強く思っています。