

# Et Voilà!

2019年2月27日号 (第7号)

## 【好きなものを食べよう】

おぐのあかりが開設して12年、スマイルおぐは8年が経ちました。入居者さんはその分年を取りました。

重度障がいの人の場合、50歳とはいっても、一般の人の80歳くらいの体力で、年を取るとともに、体力がさらに弱まり、持病も悪化し、食べ物の呑み込みが悪くなり、高血圧も現れてきます。そして、もともと少なかった食事量がますます少なくなってきました。

ただ、筋肉量も少なく、運動量も少ないので、1日3食無理して食べる必要はなく、1日1回しっかり食べられれば、あとは軽い食事で十分です。

高血圧だからと、減塩のものを勧められることがあります。でも、物足りないのであまり食が進みません。それならよほど多いのでなければ塩分量など気にしないで、食べたいものを食べるほうが食事量も増えます。

病院や施設では安全第一ということで、誤嚥が心配な場合、ミキサー食や刻み食にし、とろみをつけたりすることもあります。

そうしないと食べられない場合は仕方ありませんが、そうでない場合は、できるだけ普通に食べ物の形が残っている料理のほうが食欲が進みます。咀嚼力が弱い場合は、柔らかくするなどして対応できるでしょう。

ミキサー食などにするのは、誤嚥によって亡くなってほしくないという気持ちや、事故が起きた時に責任を問われることが恐ろしいということもあるでしょう。

しかし、それは、時に病院や施設第一に考えてのやり方で、入居者や患者のQOLはあとまわしに

なっていないのでしょうか。

やるべきことはやっているのに、事故が起きて責任を問われることほど嫌なこと、辛いことはありません。ですから、それを避けようとするのは当然です。つまり施設側が安全第一といいながら、入居者・利用者の満足度を後回しにするのは、入居者・利用者側の姿勢の問題でもあるのです。

50歳とはいっても80歳くらいの体力や余命だとすると、多少塩分が多かろうか、脂肪分が多かろうか、好きなものを食べて満足することのほうが大切です。好きなものなら、刻み食にしなくても、そのままの形で食べられることも多いものです。

ただ、万が一誤嚥事故が起きた場合どうするのか、どう責任を問うか問わないか、前もって保護者などときちんと話し合っ、覚書にしておくことが必要でしょう。

人によって、立場によって考え方は異なるでしょうが、私は、食事がいちばん大切欲求だと思うので、年をとってもできるだけ今まで通り好きなものを食べたいと思っています（とはいっても、ふだんはお茶漬けに漬物、納豆、めざしで十分という粗食なので、大したもの食べるわけではありませんが）。そうすることで、残りの人生を満足度の高いまま全うできると思うのです。

障がいのある人も同じだと思いますが、いかがでしょうか？

(注：QOLは「生活の質」と訳されていますが、それでは何のことかよくわからないので、むしろ「生活の満足度ないしは幸福度」と訳したほうがふさわしいでしょう)



## 【好きなことをやって可能性を伸ばそう】

おぐのあかりでもひとりでできることは一人でやってもらうようにしています。トイレや着替え、靴の履くのはもちろん、飲み物を自販機で買ってきたり、バス停から歩いておぐのあかりにきたりすることなどです。

学校やデイサービスでは当たり前に行われていることですが、夕方は時間に追われているということもあって、ヘルパーがつい手を出してしまうことが多かったのです。それを控えてもらうようにしています。

本人にやらせるより、やったほうが早いから手を出してしまうのは、家庭でもよくあることでしょうね。

さて、比嘉くんは、2月から福祉園の送迎バスを降りてからひとりでおぐのあかりに来ています。以前は迎えに行っていたのですが、忙しい時間帯ですし、人手も足りなくなったので、できることはやってもらおうと考えてのことです。

もう何年に通っており、練習をしてみたら、予想以上にできるので、2月からやってもらうことにしました。

ひとりで歩いているときは、とても誇らしげに見えます。おぐのあかりでは他の子どもたちや女の子と遊んでいて、とても楽しそうです。以前のように散歩に誘っても出ようとしません。

伊藤くんは、おぐのあかりに着いて、まず近

所の自販機で大好きな缶コーヒーを買います。はじめは付き添っていたのですが、いまはひとりで行ってきます。買って戻ってきたときには、どうだといわんばかりの表情で飲んでます。

翼くんは希望の家が終わって事務所に入ると、まず台所に行き、スティックタイプのインスタントコーヒーを取り出します。カップに入れポットからお湯を注いでかき混ぜるところまで、全部ひとりでやります。何度かいっしょにやりながら教えたら、ひと月ぐらいでひとりでできるようになりました。

おまけに、ふだんは人の後ろをちんたらと歩くのに、希望の家から事務所に向かう足取りはとても軽ろやかです。

比嘉くんにしろ、伊藤くん、翼くんにしろ、自分が好きなことだから、一人でできるようになったのだと思います。好きなこと、楽しいことだから自分でできる。いやなこと、やりたくないことは、いくら言ってもできるようにはなりません。

自分でできるとうれしそうな、自信に満ちた表情になります。幼ない子が、自分でやると言ってきたり、できるとうれしそうにするのと同じです。

好きことを通してできることを増やし、可能性を広げていきたいものです。

\*\*\*\*\*

## グループホーム3号館開設に向けて 介護スタッフ大募集!!

**正社員 月給:22万~30万円以上**

**時給:1000円~1300円**

**1夜勤19,000円~(16:00~翌10:00)**

**社会保険完備 交通費(自転車を含む)支給**

**身体介護、家事援助、外出支援、通院支援、送迎**

**障害児タイムケア(障害のある子どもたちのお世話と遊び相手)**

**グループホーム(早朝、日中、夜間、宿舎勤務)**

**土日出勤、夜勤のできる人、大歓迎**

\*\*\*\*\*

発行・編集:川口仁志

特定非営利活動法人あふネット

〒116-0011 東京都荒川区西尾久6-30-4 富田ビル1F 03-3809-8500

合同会社あふまん