

フレンズ 第26号

特別養護老人ホーム
短期入所生活介護事業
通所介護事業（4カ所）
認知症対応型通所介護事業（2カ所）

発行日 平成23年4月25日
居宅介護支援事業（2カ所）
地域包括支援センター（2カ所）
（世田谷区委託/介護予防支援事業）

高齢期のQOL(生活の質) —福祉が、いま、発信しよう—

統括施設長 飯田能子

目次:

巻頭言 高齢期のQOL(生活の質) —福祉が、いま、発信しよう—	1
特集 高齢期に大事にしたいこと ・「よりよい老後」についての 調査 ・元気で暮らし続けるために	2 3
連載 地域の絆 ④	4

十数年前にはそれほどではなかったが、QOLという言葉が福祉の現場でよく使われるようになった。もともとQOLの考え方は、1950年頃のアメリカで癌の化学療法の評価に「生活能力」の導入が提唱されたことに始まるといわれている。薬の服用により癌は縮小しても、副作用で体が衰弱し動けなくなるようであれば、その治療は効果があるとはいえない。医学の進歩がもたらす延命治療の目的がはじめて問われたのである。当時、わが国ではこれを「生命の質」と訳し、同時に「生活の質」と両立する概念として捉えた。

医学の進歩によって高齢者に医療が行われる時代になり、わが国の国力がそれを可能にした。医療がなくては、私たちは容易に死ぬことができない時代を迎えている。高齢者の医療には、患者の生存期間の推定、患者の意思の確認、患者の状態の評価、家庭における生活環境の4項目が基本的な条件であるという。この中でQOLに影響を与えるものは患者の状態と生活環境であり、患者の意思の確認に認知症は大きな障害である。

本号では、介護保険の導入10年の意味を考える一つの糸口として、地域の高齢者のアンケート調査を実施した。（2～3頁参照）。本紙の編集会議で、高齢者のQOLの維持・改善に介護保険は果たして有効に使われているかに議論が集中したので、「老後の生活で大事にしたいこと」が質問項目にあがっている。有効回答数は137、地域限定の調査ではあるが、大事にしたい一番目に「健康」と回答し

た人が124名で突出している。二番目は「家族」で44名、三番目は「友人」で33名であった。回答者の多くは、健康で友人との交流があり、家族関係も良好であることを望んでいる。

ところで、高齢者のQOLは、「生活の満足度」として捉えることができるといわれている。現在のみならず、過去の評価や未来への見通しを含んだ主観的幸福度であって、これに強く影響するものが「健康」であるという。本紙の調査結果と符合するところであるが、「健康」状態は高齢に伴って低下を余議なくされる。認知症と診断されることも起きるかもしれない。高齢期の疾病による生活機能障害に介護保険は確かに家族の介護負担を軽減し、医療の機会を確保した。

しかし、今回の調査に見る高齢者の老後の生活に対する思いや願いは、どのようにして裏切られてしまうことになるのだろうか。施設入所者の多くが迎えるターミナル期に至る10年余にも及ぶ経緯は、私たちに、一つのヒントを与えてくれている。高齢者の医療はどこまで必要か。

「人生の99%が不幸だとしても、最期の1%が幸せだとしたら、その人の人生は幸せなものに変わるでしょう。」（マザーテレサ）といえた人生から、あまりに離れてしまった豊かな国の日本人の人生を直視する勇気が福祉の現場に身を置く者こそ必要ではあるまいか。「生活の質」を「人生の質」と言い換えたとき、高齢期という時間軸の意味が浮かび上がってくる。

介護保険が始まって10年が過ぎました。今年は5年ごとの制度改正の年に当たります。私たちは、介護が必要になった高齢者の側から、サービスの量と質を問題にして介護保険を論ずることが多いのですが、「長寿社会の高齢期に必要なこと」「高齢期に大事にしたいこと」の意味を改めて問いかけてみたのが、本紙の広報委員会が実施した今回の調査です。

この調査は、フレンズの事業を利用している高齢者と、ミニデイ、サロンの参加者（いずれも65歳以上）計170名に対して実施し、有効回答数137（男性29、女性109）から、次のことがわかりました。

質問1:あなたが「より良い老後」と感じられる要素を、大事なことから順に選んで下さい。

質問1では、〈より良い老後〉と感じられる要素として、資産、健康、安全、家族、食生活、友人、住まい、趣味、役割の中から、順に大事なことを選択してもらいました。

図1は、男女別に見た調査結果です。ほとんどの方が、何をおいてもまず「健康」を挙げました。2番目には「家族」と「資産」が上位に上がっています。男女で若干、差があるのは3番目で、男性は「趣味」を女性では「友人」を挙げていました。



世帯別（一人暮らし、高齢者のみ、その他）に分析をしてみると、どの世帯でも男女別と同様に「健康」が1番目に挙がっていました。2番目、3番目には、一人暮らしの方は「友人」を、高齢者のみの世帯の方は「家族」を挙げていました。「食生活」への関心は、一人暮らしや高齢者世帯で高くなっていました。



図1

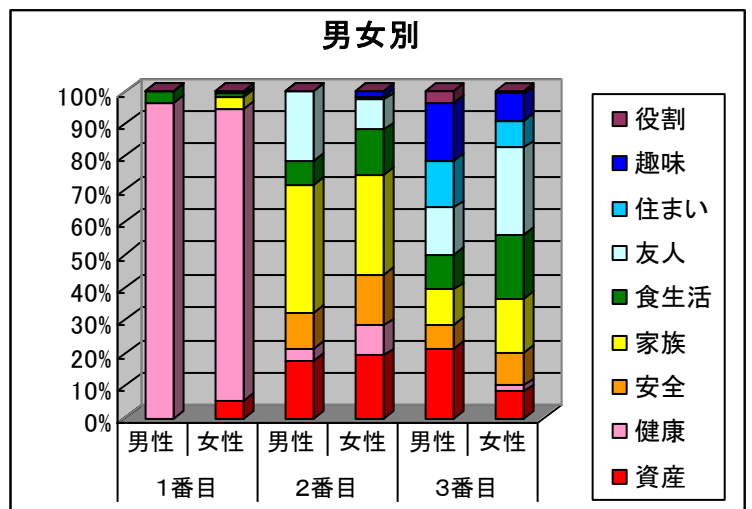
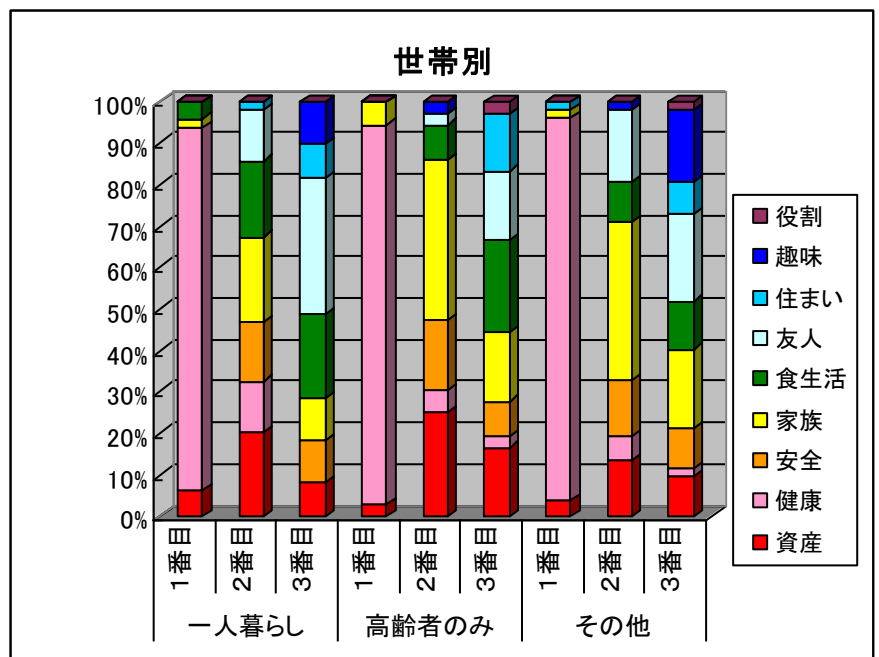


図2



質問2:介護保険についてお聞きます。

- ・時々見回りに来て用事を足して欲しい
- ・銀行のATMの引き出しに付き添って欲しい
- ・在宅介護者家族に対しての身体、心等のケアの充実
- ・散歩や美術館に同行してもらえるサービスが欲しい。
- ・70歳になったら全員が利用出来る様にして欲しい。
- ・ヘルパーさんのできることを増やして欲しい。制限が多すぎる。
- ・夜中に一人で具合が悪くなった時、来てくれる人がいると助かる。
- ・介護度重さによる限度額がなければサービスが限度なしで受けられる。
- ・健康な家族が勤めているので、家の事は出来ない。85歳主人も私も85歳でちゃんとしたことができない。



高齢期の生活にとって、健康が一番

質問1の結果から「高齢期の生活にとって、健康が一番」であることがはっきりしましたが、友人や仲間との活動や趣味を楽しむためには、「まず、健康でなければ」という意識がはたらいっているのでしょうか。一方で「意欲的に楽しみや生きがいを持っている人たちは健康が維持できている」とも言えましょう。

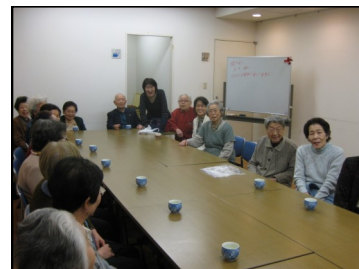
2009年に厚生労働省が出した推計では、2020年に一人暮らし世帯が全体の34%を占めることになり、高齢者の大多数が単身世帯という社会では、もはや老後は自立を前提にせざるを得ないということになります。

次に、質問2の結果からは、介護保険を利用していない人が65%で、比較的外出の機会がある高齢者を対象にした調査ですから、回答には上掲のように多様なニーズが見えてきました。「その人らしい自立した生活」とは、本来、そうした個別のニーズの集積です。制度としてそれらをすべて吸収することは、無論、不可能なことでしょう。でも、私たちは立ち止まって、「高齢期に大事にしたいこと」が可能な限り持続する生活を手に入れるために、何が今、問われているかを考えてみる必要があるのではないのでしょうか。

「元気で暮らし続けるために 地域の活動に参加してお友だちをつくりましょう。」

フレンズでは、介護保険の事業として下馬、野沢、三軒茶屋、上馬の4つの地域でデイサービス事業を展開していますが、同時に、介護保険のサービスを使っていない元気な高齢者が参加するミニデイ、サロンと呼ばれる活動を支援しています。

曜日も時間も様々ですが、食事会やお茶の会、体操や趣味活動など内容もいろんなことをしています。ご自分に合った雰囲気のところを見つけてみませんか。



緑の会



ぶどうの会

【ミニデイ】

名称	設立	参加人数	場所	活動日	代表者名
ミニデイ三茶	平成12年	20名	三軒茶屋カトリック教会	第1・3 火曜	金子 義子
ぶどうの会	平成13年	35名	パーム下馬第1・2会議室	第2・4 火曜	三村 節子
緑の会	平成14年	25名	デイホーム中丸地下研修室	不定期(月2回)	安原 和己

注:ミニデイ三茶は現在は自主運営となっています。

【ふれあい・いきいきサロン】

名称	設立	参加人数	場所	活動日	代表者名
あゆみの会	平成13年	10名	下馬ふれあいルーム	第4月曜	畠山 順子

※参加やグループづくりについては、世田谷地域社会福祉協議会(3419-2311)にお問い合わせください。

〒154-0002
世田谷区下馬2-21-11
電話 03 (3422) 7211
Fax 03 (3422) 7227
Email info@n-friends.or.jp

ホームページもご覧下さい。
<http://www.n-friends.or.jp/>

熊崎報恩財団から助成金20万円を頂きました。

熊崎報恩財団は、設立者・熊崎閑田師（臨済宗円覚寺派正安寺住職）のご遺志により、昭和44年から毎年、社会福祉施設に経済援助をしてこられました。平成22年度は18施設（特別養護老人ホーム）が助成を受け、飯田施設長が12月8日の贈呈式に出席しました。

なお、助成金はフレンズホームの食堂で使用するスタッキングテーブルの購入資金の一部として使わせて頂きました。ここに紙面を借りて感謝とご報告を申しあげます。

- 世田谷区下馬2-21-11 Tel 3422-7211(代)
フレンズホーム
フレンズケアセンター・認知症デイ「くつろぎ」
下馬あんしんすこやかセンター
- 世田谷区三軒茶屋2-32-14 Tel 5486-6262
デイ・ホーム三茶
フレンズ三軒茶屋介護保険サービス
- 世田谷区上馬4-36-9 Tel 5430-8050
デイ・ホーム上馬
上馬あんしんすこやかセンター
- 世田谷区野沢3-25-10 Tel 5486-7400
デイ・ホーム中央・認知症デイ「ひだまり」
フレンズ介護保険サービス

編集後記

3月11日に東北地方太平洋沖地震が起き、日本中が震撼しました。私は、地震後、一人暮らしの高齢者の家に訪問をしたのですが、すでに地域の方が心配をして声をかけてくれたり、割れたガラスを片付けてくれた様で、高齢者の方は助かったとお話されていました。＜一人暮らし＞をしているとはいえ、地域の方との交流があると、＜一人ではない＞のだと感じました。今号でも、友人や仲間との交流について触れていますが、被災者の生活の様子や義援金、ボランティアの事をニュースで観ると、人との関わりの大事さ、凄さを実感します。私も日頃から「自分は何ができるのか」を考えて行動をしていきたいと思えます。(S)

=連載= リレーエッセイ 地域の絆 ④ 「小さなきっかけ」

去年のある夏の暑い日、ある利用者さんから「相談があるのだけれど・・・。」と、少し照れくさそうな顔で「実は、二十歳になる孫娘が、中丸でボランティアをしたいと言っているのだが、受け入れてもらえないだろうか。」と言った内容でした。改めてお孫さんから話を伺ってみると、現在、学校で福祉の勉強をしており、将来は資格を取ってどんな形でも福祉の仕事に就きたいと考えているとのこと。そもそも福祉に興味を持ったきっかけは「おばあちゃんが、楽しそうにデイに通っているのを見ていて、自分も何かしたいと思った。」と真顔で、熱く語っている＜今どきの若者＞の姿に驚かされました。

いざ、活動に加わってみると、知らないおじいちゃん・おばあちゃんと接することに戸惑い「何も話せなかった。」と肩を落とす日もありました。しかし、今ではすっかり慣れ、ご利用者も自分の孫をみるように、お茶の入れ方を指導したり、また逆に「うちの孫がさあ・・・」と利用者から相談され、一生懸命、自分の言葉で答えている姿に信頼も厚くなり、職員では引き出せないような利用者の笑顔を引き出し続けています。つい先日「ボランティアを始めたことで、道を歩いている近所のお年寄りに、なんとなく話しかけられるようになった。」と誇らしげに報告をしてくれました。

始めは「ボランティアをしたい」という小さなきっかけではありましたが、つつい中丸に足を運んでくれている人たちを＜ご利用者＞＜利用者の家族＞といった狭い枠の中で考えがちな私たちに、改めて、ご利用者も、またそのご家族も、この地域に暮らし、この地域を支えている人たちに変わりはないということを再認識し、これからも「あそこに行けば何とかなる！」と思われるデイホームを目指し、＜地域との繋がり＞＝＜地域との絆＞を深めていきたいと思う大きなきっかけをくれた出来事でした。

デイ・ホーム中央 米澤大我