

# グリーフケアの総合的研修

公益社団法人認知症の人と家族の会大阪府支部

〒545-0041 大阪府大阪市阿倍野区共立通り 1-1-9

## 助成事業の概要

認知症の人を介護する家族のために、終末期および看取り後のグリーフケアについて、臨床哲学的理解を深め、介護中や看取り後の「悲しみ」や喪失感から来る心身の疾病と対策を研修する。研究会と講演会を通して家族の会スタッフ(12名)、会員(235名)、一般の介護家族の方にグリーフケアを普及する。

講演会では講師の講演が主体になり、介護家族の相談や本人からの相談に応じる機会が少ないので、小規模で悩みを真摯に聞ける、時間的な余裕が取れるつどいを開催して悩みを吐き出してその解決方法を自ら選択できるように時間を充分に取って参加者全員でその悩みの解決方法を模索し、また講師から適切なアドバイスをもらいながら、介護に前向きになれるように、解決方法を考える機会を提供する。

定期的につどいを開催して、安心して相談に来られる体制を取りたい。そのためには曜日を出るだけ固定化して、そのときは都合で参加が出来なくても次回には参加出来るようにしたい。

つどいを開催した際には、広報誌でその概要を知らせて、不参加者にもその様子が分かるようにしたい。

## 事業の成果

昨年4月から毎月(8月と12月を除く)に阿倍野区の障害者施設(NAKA)の2階をメイン会場にして、大阪大学コミュニティデザインセン

ター特任教授の西川 勝先生を招いてつどいを開催してきた。

当初は名前もない会であったが途中で皆さんの意見を聞いてつくし会(別紙案内参照)と会の名称を決め、継続的に開催してきた。

初めての開催とであり、どの程度の集客ができるのか、どの程度の関心があるのか、不確かなところから出発したので、参加者の人数で会場の確保について、どの程度の規模が必要なのか手探りであった。しかし、内容はグリーフケア(悲しみ)についてであり、どれだけの人がグリーフケア(悲しみ)についての関心があるか、予想がつかない状態であった。

介護の問題は、社会的にもその問題点がマスコミ等で大きく取り上げられてきて講演会も多く実施されているし、地域等では認知症サポーター養成講座等の開催が企画されて、表面的には周知されてきたように見える。しかしながら家族の中身、つまり介護者自身のケアまでには至らないので、悩みを自身に内包したまま介護を継続することによりことにより、介護者の介護疲れ、はたまた家庭内暴力とはいかないまでも介護者がストレスをためて、その吐き出す機会がないままに介護を続けている実態が浮かんでいる。

そのような言いたいことが言えない。言えば介護者に当たることになり、つい我慢して介護する人自身がストレスをため込んでしまう傾向がうかがえる。そのような状況を解決するにはどうすればよいのか。

講師の話では、悲しみは介護が始まったときから始まっているという考え方に驚き素人の考えで

は、見取りを終えた場合から始まっているという考え方が根底から変えることからはじめなければならない状態であった。講師の考えは少人数でじっくり話しを聞いて、その人に対する解決法を出してあるいはその人自身で解決の糸口を探ってもらう。という手法であり、問題点を理解するまで話をよく聞き、涙、涙の訴えから始まり、笑顔の帰宅まで、臨床哲学という難しい話でなく、問題に即して解答を引き出してもらうという手法が参加者には大変好評をいただいている。

他の参加者も、他人の悩みを聞いて自分ならどう考えるかという内省面でも参考にできることがあり、介護に対する考えや対応方法についても充分参考になることが多い。

## 今後の展開

これまでつどいの開催は、大体 1 ヶ月に 1 回あったが、その広報活動は大阪府全域で実施してきたが、開催は阿倍野区という地域的に限定された範囲で実施してきたので参加者は限定的にならざるを得なかった。今後は大阪府下全域にその対象範囲を拡大して参加者の拡大、介護に悩んでいる人々がより多く参加していただく機会を増やす方向で考えていきたい。

そのためには各地域の家族の会、社協、地域包括支援センター等とも連携して活動を展開し、多くの希望者が参加できるように務めていきたい。

できればサテライト方式で南部地域、北部地域等に重点を置いてそこから対象範囲の拡大を図りたい。当初はまず阿倍野区の家族の会に呼びかけて大阪府の家族の会、阿倍野区の家族の会、阿倍野区の社会福祉協議会、阿倍野区の包括支援センター大阪市社会福祉協議会等と協力体制が出来ればと考えている。