

# あうんだより最終号

管理者 中森 圭一  
相談員 杉澤 琴美

あうんには、他の事業所さんと異なる特徴がいくつかあります。一軒家、手作りの食事、個浴、などなど。これらの目的やメリットについては、他の機会に目にさせていただいたこともあるかと思います。（良かったらインスタ見てください！）  
今回は、これ以外のことで、私たちが大切にしてきたこと、目指していたことをご紹介しますと思います。  
知っていただきたいのです。あうんのこと、私たちのこと。

## 「もう一度、自分に出会おう」

人生は、子ども→青年→親→リタイア後…と自分のポジションが変化していきます。人生の終盤に迎える老年期、「ただ健康であること」が生活の目標になっているのは悲しいです。人生における自分のポジションは、いつでも主役でありたいものです。  
「自分って、どんな人だった？どんな人生を歩んできた？」  
あうんは、自分自身を振り返えられる場所でありたいと思うのです。

## 人は人として

利用者さんたちは、人生の先輩です。尊敬をもって関わる方たちです。私たちは利用者さんに対して敬語で話すことに努めます。（レクで盛り上がりつつあったときなどはちょっと崩れることがあります）丁寧な言葉を使うことは基本中の基本。言葉が乱れているところに良いケアなど存在しないと思います。  
できないことを責めたり、間違いだと否定することはありません。いつでも利用者さんに関心をもってお話しします。「ここにいていいんだ」と利用者さん自身が認めてあげられるような人間関係を目指します。

## アダルトイックであること

当然のことながら、利用者さんは大人の方です。あうんの活動は、決して子どもを相手にするようなものにはしないことを堅持してきました。  
例えば制作物。大人が行うクラフトとしてふさわしいものを選んでできました。本物そっくりの桜、造形が美しいバラ、毛糸や布のかぼちゃなど。ただの飾り物ではなく、実用性を兼ねることも重視していました。  
例えば行事。年間行事は、子どもが主役の行事が多いので子どもっぽくなりがちです。（ひなまつり、子どもの日、クリスマス、ハロウィンなど）本来のお節句やイベントの成り立ちに注目し、伝統に倣うことで、子どもっぽさから一線を画した形で実施していました。

## 慣れ親しんだこと、できること、やっていたことを取り戻す

創意工夫して次々に新しいレクを生み出している事業所さんを尊敬します。一方で、あうんで行うレクは百人一首やトランプ、麻雀、花札など、実生活でもやっていたことが中心です。いつもやっているので戸惑わずに参加できる、次なにをするかと予測できる、この積み重ねが安心を生むと考えています。  
以前はやっていたが今はやらなくなったことを、再びやってみます。畑仕事、漬物、味噌、かんぴょうなど。このような活動からは、自信や喜びが、表情や言葉から感じられます。人生が輝き出す瞬間を何度も見てきました。  
ただ、やっていたことでも本人が望まなければ強いことはしません。見る、触れる、話題にする…参加の形は色々あるのです。

## 人生＝歴史を大切にする

日々の会話の中で、思い出を引き出します。好きだったもの、頑張っていたこと、得意だったこと、大切にしていたこと。人は、人生で一番輝いていた時代を振り返るものです。話を聞いてくれる人がいることで、自分の存在を認めてもらえたと思うきっかけになります。  
誕生日イベントで、歴史を振り返ります。年代別のトピックを取り上げて、みんなで一緒に思い出します。同じ思い出があると嬉しいのは、全世代共通です。

ここで紹介した私たちの思いは、達成されることはなく、いつまでもずっと目指し続けるものでした。こうしたい、と願いながらも形にできないこともありました。  
なぜこのようなことを目指すに至ったか、それは利用者さんから学び、試しては直しの繰り返しの中で見つけてきたものです。  
あうん15年の歴史の中で出会ってくださった204人の利用者さんたちに心から感謝いたします。

## こぼれ話

最後にちょっと自慢させてください。私たちが介護を学んだ20年ほど前は、認知症になった方は長生きしないと言われていました。あうんの利用者さんの利用期間の1位は12年、2位は10年、3位は8年…。この方たちは長く状態を落とすことなく、元気に通い続けてくれました。ちなみに現在の最高齢は、白寿のスーパー元気なマダムお二人！利用期間は8年と4年です。  
人生の終盤に誰と出会えるか、誰と過ごせるかは、「生きること」そのものと同等であると信じています。