

★社会福祉法人で「デスカフェ」を運営されている「三思園」の皆さまにお話しをお伺いしました★

社会福祉法人 中央福祉会
特別養護老人ホーム「三思園」
看護師長 高橋 進一 氏 & 皆様



高橋大治郎
事務長



高橋進一
看護師長



阿部一樹
主任相談員

青森市にある社会福祉法人 中央福祉会 特別養護老人ホーム「三思園」さんでは、デスカフェ「sanshien de café」を運営されています。2014年から施設での看取りケアに取り組まれている「三思園」さん。看取りも含めた多様な「死」のあり方や、「死」に関連して、あるいは死後に生じる問題解決のヒントとなる学びの機会づくりといった、大きな意味での地域づくりの取組と位置付けて、デスカフェを運営されています。

デスカフェは、スイスの社会学者であるバーナード・グレッタズ氏が妻を亡くしたのをきっかけに、死について語り合う場の必要性を感じたことから始まったとされ、これまで全世界70カ国以上で開催、日本国内でも「死を語ることは生を実感する場」として、多様な形で開催されている。

2021年11月16日取材

皆さんの価値観を共有できて、最後は清々しく、幸福感に満ちた気持ちになるのが不思議だなと。
Q デスカフェを運営されている理由やきっかけは？

高橋大治郎 事務長 デスカフェは、社会貢献の切り口で取り組み始めました。特養での看取り・介護に端を発しまして、職員の死生観の醸成の機会、それが関連法人の大学の学生さんや大学が関わる地域住民、本会が関わっている地域住民へとターゲットを移して拡大していき、特養にとどまらずに、看取りも含めて多様な死のあり方、「死」に関連して発信したり、死後の問題の解決などの学びの機会づくりを通じた大きな意味での「地域づくり」と考えて行っています。はじめはまだ2年〜3年という浅い取組ではありましたが、看取りに深い知識を持っている看護師長と、社会福祉士でもあり、公認心理師の資格も保有している相談員という人的な資源にも恵まれています。もしかしたら今しかできない取組かもしれないと思い、コロナ禍で制限もありますが、積極的に推進しています。

「地域で生ききる（逝ききる、活ききる、居ききる）」ための課題解決というのが、地域包括ケアシステムの中でなかなか見えてこないという部分もありますし、今後どうするかというACPの問題や、それを含めてどのような介護の底上げをしていくか等様々な問題がある中で、「デスカフェ」というインパクトのある言葉によって少しでも考えてもらえる機会になる、場所を提供したいというところからスタートしています。

コロナ禍でなかなか進んでいませんが、コロナ禍の中でやったこととしては、学生さんを中心になって、職員向けのデスカフェを開催しました。それが意外と精神的に開放されたというか、皆さんの価値観を共有できて、最後は清々しく、幸福感に満ちた気持ちになるのが不思議だなと。職員自らが体験して、あらためて、これは広めていく価値が充分あるなという思いになりました。

まず地域にどう「死」のあり方、看取りのあり方、生き方を伝えるかというテーマから入ったデスカフェ。

Q デスカフェではどんなお話しを？

高橋師長 先日の職員向けのものでは「あなたにとって施設葬とは何ですか」というテーマでディスカッションをしました。これは、私たちが、入居者様が亡くなるとワンストッ

プで最期まで、つまり施設葬までやろうというところで取り組んでいるテーマに沿ったものなのです。

通常のデスカフェでは、まず「死」を語るきっかけというのが難しいと思うので、「もしばなカード」というものを参考に、津軽弁にバージョンアップしたカードを使っています。それで、「もし死ぬ場合にあなたはどんなことを考えますか」というテーマで、自分の「一人称での死」を考えるカードゲームや、ちょっとしたセミナー、施設での看取りの事例の紹介をする等して、死をより身近に自分ごととして考えられる仕組みを積極的に取り入れてやっています。あとは、棺に入っていたらきまして、死を考えるとという体験や、超宗派でお寺さんを3名呼んで普段の疑問をクイズ方式でお答えするというような企画もやりました。

阿部相談員 デスカフェ自体は地域に向けて開催しており、地域の民生委員さんであったり、介護医療福祉に関係する方々を中心に開催する形からスタートしました。1回目のデスカフェでは「三思園」でお看取りした方のご家族をお招きして、なぜ「三思園」での看取りを選ばれたのですかとか、お看取りの過程でご家族の心情はどういうふうに動きましたか、というのを対話させていたらいて、それをデスカフェの中で共有して、その後カードゲームをしました。

高橋師長 私どもの法人が開催しているのは、まず地域にどのような「死」のあり方、看取りのあり方、生き方を伝えるかというテーマから入ったデスカフェです。

でもやはり最初は自信がなかったですね。深くお話しをしていくうちに、とりとめもなくなくなってしまったらどうしようかなと。今は他のデスカフェの主催者の方々と交流したり参加し、勉強もさせていただきましたので、なんとかできるかなと。

法人として、地域にどう貢献していき、地域で安心して死ねる環境があるのだからという安心感をもたらしながら、何が必要なのかを考えていくのが役割なのかなと。

Q 「施設葬」をされているのですか？

高橋師長 はい。直葬を防ぐということで、葬式も何もあげずに火葬しちゃう家族も中にはおられますので。お父さんの遺骨はお家にあつて、お母さんもまた亡くなってどうしよう、お金がないから、どういう形でしようというご相談があつて。お安い値段で実施し、非常に感謝されています。

特にコロナ禍の中で、葬儀をしても誰も参加できない状況であれば、私たちがすでに家族、セカンドファミリーであり、入居者様が一つの社会の形成になるので、その方々が参列できる環境というのが施設葬になるかと思いました。葬儀屋さんとはまた違った、心

のこもった葬儀ができるという確信があり、実施してきました。グリーンケアにつながるのではないかなと思っています。今後も色々勉強してより人の関わりみたいなのが最期まで続くようなケアの一環としての施設葬を目指していきたいと思っています。

「人生会議」という会議の場を開かなくてもすべてが人生会議だろうと。

Q 施設での看取りを進めていかれる中で工夫や大事にされていることは？

高橋師長 一番核となるのが相談員の役割なのですが、皆さんと一緒に、普段から本人や家族の声に耳をいかに傾けて、その情報を共有していくという作業を積み重ねないと、どうにもならないと思っています。「人生会議」という会議の場を開かなくてもすべてが人生会議だろうと。

特にテーマとなる話がなくても、とにかく話をしていく、その話の中になにか共通点が見つかったらそこから深掘していこうというところでは、食べ物の話が一番いいのかなと。看取りをやる時もやらないのではないかと勘違いされることもあるのですが、最期までお口から食べることをあきらめない、そういうケアをしようと。



施設は「生きる場」。オーダーメイドで小さな実現可能な夢を叶えながら…。

それから、小さいころのお父さん、お母さんはどうでしたか？というところからスタートしていった方がいいのかなという気がしています。意外と晩年のお父さんのイメージ像というのは、波風が多い家族もあつたりします。私たちの思いと家族の思いが一緒になった時にケアがとことんできるのかなど。家族ががんばるからこそ私たちもがんばれるというところを意識しながら、家族と共にケアするという空気を伝えていきたいなど思っています。

オーダーメイドで、その人の小さな、実現可能な夢を叶えていくというのもケアの一つに入れていきます。

Q施設での看取りを進められて、三思園さんは「看取り率100%」とも言われていますが？

施設で看取りを進めていくうえで、結局そ

のへんが私たちのジレンマなのですが、家族がまず「死」を覚悟していない入所の時点で「看取りしますか？」というところから物語がずつと何年も続きます。「三思園に入ったらもう死んじやうのだね」というような「死」のための施設というようなイメージになつては困るわけで、「生きる場所」「生活の場」だということをごどのように格付けしていくかということが大事だと。

手厚い医療が幸せなのだという考えがまだまだある中で、高齢者にとって医療が本当に必要なのかという投げかけ方から始まっていかないと、ご家族さんは納得しないだろうし、そういうご家族の疑問にどう答えていくかというところで、少しずつお話しをしていくということが必要です。どのように医療とケアのバランスを保ちながら最期まで生き切るかというところを個々に考えていかないと信用が落ちてしまうという危機は常に考えながら、最後までこれでよかったのかと自問自答しながら、みんなで振り返りの会議をしながら進めています。

実際にお家に帰りたい方は亡くなってから連れて帰るのは遅すぎるだろうということとで、「帰りたい」と本人が言った時と「連れて帰りたい」とご家族が言った時は、お家にその瞬間連れていきます。連れていかないと後で間に合わないことがあるので。

オーダーメイドでその人の小さな、実現可能な夢を叶えていくというのもケアの一つ

に入れていますので、東京に行きたいと言った方はちょっと体調が悪かったたので飛行場までお連れしたとか、墓参りたい方はおんぶしてでも連れていくとか、ごはんを食べたいというのであれば、個室を頼んでこのコロナ禍でもごはんを食べにいくとか、そういう夢を実現させるからこそ、最後まで三思園にいたいと思える、そういうプロセスを大事にしていくのが肝要かなと思っています。

必ず職員に感謝を述べて。常に私たちがお互いに尊敬しあう、そういうつながり、コミュニケーションをとっていくことが大事。

Q職員・関係者間で、本人様の思いを情報連携するうえで工夫されていることは？

高橋師長 看取りに入る前から必ず多職種でお話を聞いて共有するというのを大切にしていきます。私も看取りを開始する時には、教育的なものよりもまずはやってみようという見切り発車だったので、最初は看取りをみんな涙しながらやっていました。今も新人さんはやっぱり号泣しますね。それをみんなで良かったね、ありがとうねって感謝をしながら少しずつ成長していくのを見届けるというのからはじまって、必ず看取りが終わったら新人のみならず、園長と相談員とみん

なで職員にあいきつに行きますね。ありがとうございます。ありがとうございました。おかげさまでご家族も喜ばれていましたと。

必ず職員に感謝を述べて、次にどうつなげていくかを個々で考えていき、心の整理として手作りのアルバムを作ったり、グリーフ的にエンゼルケアとか、最近は納棺をしますので、白装束に着替える時も職員で行います。そういう意味では、最後まで、命が燃え尽きるまで本当にケアというのは大切なのだなと。綺麗なご遺体にするのは普段からのケアにかかっているのだということが、皆職員がわかってきて、家族からきれいだねって言われたりするのが一番職員にとってプライドを醸成していくところかなと思っています。一つ一つの感謝をどう伝えるのかということだと思えますし、それが当たり前にならないように常に、私たちがお互いに励ましあうというか、お互いに尊敬しあうというか、そういうつながり、コミュニケーションをとっていくことを、園長中心にやっています。

阿部相談員 やはり入所時ですね。入所時から必ず人生会議の際は多職種全部、各セクションの責任者が全職種集まるようにしています。そこで「本人だったらどういう死を望むのかな」と。

特養に入所される方は、本人の最期の希望が言えない方がほとんどなのです。私も最初、人生会議、ACPの会議を知るまでは、「ご

家族として決めてください、あなた息子さんでしょ、私たち赤の他人だから決められないのですよ。」などと言っていました。恥ずかしいながら。そこを高橋師長と勉強しながら、違ふよね、それじゃだめだよねと。じゃあ入所した時にお話しできない方がどういう最期を望むのかなという話を投げかけて、そこで「好きな食べ物はなんだったのかな」とか、「どんなお仕事されていて、ご家族のことどういうふうに思っていたのかな」、「じゃあ最期こういうふうに終わりたいのかな」というところまでいくのが理想なのですけど、いいですね、なかなかいいのですよ。

そこで泣いちゃう方もいますし、「せっかく入所できたのに、いきなり死ぬ話をして、どんな相談員なんだ」と息子さんから怒られたこともあります。それはそれで人生会議のプロセスの1つとしてしっかり受け止めるようにしています。もちろん看取りの加算をいただいていますので、入所時にしっかり意思確認をする要件としてということもあります。それもいただけるならいただきますけど、いただけないご家族は、死をイメージしてもらおうに留めることにしておいて、多職種で、ごご家族は入所時こういう状況だったよねとイメージしてその場にいることが大事だと思っています。後で変化があった時に、あの娘さん、あの時は泣いて答えられなかったもんね、じゃあどういうアプローチしたらいいかなとか、そういう感じで進めています。

高橋師長 現場から家族に伝えるためには、「今日、熱がありました」というだけの報告ではなくて、やはり普段の生活のエピソードを相談員で共有していかにも伝えるか。リアルに施設の中で生活しているかを伝える方法として、最近はコロナ禍なので、LINEを使ったり、画像を送ったり、電話もして、常に情報を伝えて、家族と共にケアしていくというイメージをどう作っていくかが大事だと思っています。

「心には温度があると思っています。当たり前の生活を支えつつ残された時間の中で実現可能な希望を叶えたい。どんなケアにもリスクがあるので、それを楽しい、うれしいケアに変えることを家族と一緒に考えたい」と高橋師長。最期は心のこもったお見送りと、「施設葬」にも取り組まれている。

