

セラピストのための「認知症ケア」の教科書

認知症の予防には、症状の段階によって
 ①発症を防ぐ、②早期発見と対応、③症状の進行を防ぐことが求められます。
 それぞれの段階で、セラピストにできることは、一体何でしょうか？
 また非薬物療法である「セラピー」に、何ができるのでしょうか？
 第1特集では、セラピストが知っておきたい認知症の基礎知識や、
 各症状の段階に合わせたアプローチ法を紹介。
 アロマテラピー、アートセラピー、音楽療法、
 フードセラピーなどによるさまざまな事例や、
 セラピストならではの「クライアントへの接し方」を解説します。
 写真◎漆戸美保

園芸療法

Horticultural therapy



フードセラピー

Food therapy



音楽療法

Music therapy



アロマテラピー

Aromatherapy



アートセラピー

Art therapy



ユマニチュード

Humanitude



VRで認知症体験

part 1 認知症を仮想体験し理解を深める

臨場感により「感情」が生まれる

「体験いただくヴァーチャルリアリティ（以下、VR）『ケアブル』は、介護士のトレーニングを目的に制作されています。認知症の方の目線に立ったコンテンツなどから、認知症の理解を深められたらと考えています。正解を指し示すツールではなく、介護士が認知症の方の目線で得た気づきをもとに、セオリーの学習や、

自身の関わり方を見つめ直すきっかけにするものです」と話すのは、ケアブルの事業開発担当である窪田英司さん。介護の現場で必要なのは「現場力」ですが、人手不足で研修に多くの時間をかけないのが現状です。ケアブルはそんな現場で短期集中的に認知症や介護の現場力を付けるためのプログラムです。
 「まず、すぎもとさんには、認知症のおばあちゃんの目線になっていただききます。入浴時間だと知らせにきた新

人介護士とベテラン介護士の対応を、認知症の方の目線で体験します」

早速、すぎもとさんの認知症VR体験がスタート。新人介護士は、「家で入浴する」と話す認知症高齢者（すぎもとさん）に対し、「施設でお風呂に入るのだ」と冷たく答えます。
 「上から話してくるうえに目が笑っておらず、威圧感がすごいです。自分がこんな対応を介護士さんにされたら嫌ですね」と、すぎもとさん。続いて、ベテランの介護士バージョンを体験。

認知症ケアの現場では、うまく意思疎通を図れず誤解が生まれていることも。そんな誤解を、認知症患者の目線を体験することで気付かせてくれる、ヴァーチャルリアリティプログラム『ケアブル』を、セラピストのすぎもとかよさんが体験。ケアする立場として、認知症への理解はどう深まったでしょうか。取材文◎小平多英子



認知症高齢者目線

VRで体験する一例。ベッドに寝ている認知症高齢者目線から見える世界は、まるで目の前のできごとのように。「ケアブル」では、このようなVR体験から、さまざまな「現場」を知ることができるようになっている。

「名前を呼んでも無表情。私の事、嫌いなのかな……」

VR
体験者
目線

「知らない人」がいきなり視界に入ってきて自分の名前を呼ぶ。このことがこんなにも怖いとは……。認知症の方の疑似体験をして初めて気付きました。「ケアブル」では「心のつぶやき」も聞けるのでリアリティーがあり、感情が動かされ、胸が痛みました。

現場
の声

このプログラムは、感情への働きかけがポイント。自分がされたら不快な体験をし、共感することが教育的な疑似体験になります。「嫌いな」ではなく、これまでの事を覚えておらず、知らない場所で知らない人に声をかけられ怖いなと理解することで、不安にさせないような関わり方を選択できるようになるはず。

VR
体験者
目線

VRなのでぐるっと見回せるのに、何も気づかず素通り……。見ているように見えない。「気にはなっただけ」というものもありましたが、4つもトラブルを防げなかったとは、改めて介護職の大変さを痛感しました。

現場
の声

実際の現場は、事故が起きてからでは遅いので、危険回避の訓練こそVR体験が役立ちます。意識を変え視野を広げること、危険を察知する能力はあがっていくはず。

「回想法VR」で弾んだ「会話」

ケアブルには、介護士向けだけではなく、認知症予防のコンテンツとして、全国各地の観光地をVRで「疑似体験旅行」することで回想法の効果を期待できる「回想法VR」も用意。興味を持ち、自ら首を動かすため、運動の効果も期待できるという。

現場
の声

施設で、認知症高齢者の方に大阪の疑似体験旅行をしていただいた際のこと。普段はほとんど話さない方が、道頓堀を見た瞬間、阪神ファンで話しかけられました。施設の方もとても喜んでいらっしゃいましたね。



認知症
高齢者
目線

介護士
目線

目が覚めると見知らぬ場所に。意を決して部屋から出ると、今度は知らない人に馴れ馴れしく声をかけられ、不安な気持ちでいっぱい。「なんで私の名前を知っているの?」。

<VR映像> いつ声かけをしても無表情な認知症高齢者である施設利用者を見つけ、コミュニケーションをとろうと頑張ってはみるものの、やはり反応が薄い。介護士は自分が嫌われているのだと不安に感じている。

高齢者の「できない事」から危険を予知する



<VR映像> 4人の介護施設利用者の食事を見守る。先輩からの申し送りを参考にすることも、新人介護士の目配りが行き届かず、その間に危険なことが起こってしまう可能性を指摘される。事故を未然に防ぐためには、どうすべきだったのか?

に、消毒用の薬品が高齢者の手の届く場所に置かれていたこと。2つ目は、座位が保持できない方が眠ってしまったので、起こす必要があること。3つ目は、補聴器を外したり付けたたりしている人に対し、故障や紛失の原因になるので、注意して見守るようになること。4つ目は、歩行に杖が必要な認知症の方が、立って歩き始めた事。転倒する危険があるので注意しなければなりませんでした。

体験を通してすぎもとさんは、「認知症ケアでは特に、なぜイヤなのか、なぜ怒るのかなど相手の目線になり考えて行動すること、また、目配り気配りの「現場力」がいかに重要であるか気付かされました」と言います。

認知症ケアの現場では、唯一の正解はありませんが、ケアブルのような疑似体験は、認知症に対してセラピストができる事を考えるうえで、とても貴重な体験になるでしょう。

セラピストがVRで認知症体験！

セラピストがVRで認知症の方の目線を体験します。介護する側、される側のそれぞれの立場となることで、一体どのような気づきや感情が出てくるのでしょうか?

VR
体験者
目線

新人さんは目が笑っていないので、話しかけられても嫌な気分がしました。また、こちらの言い分を一方的に否定されるのも嫌ですね……



Profile

すぎもとかよさん

英国IFAアロマセラピスト。「アロマまどうゆ〜」主宰。親子三代に親まれるアロマ活動を行う。最近、介護に携わるクライアントに関わる機会が増えている。

現場
の声

認知症の方がなぜ問題行動をするのか、傾聴・観察することが大切です。コンテンツでは、言葉のかけ方やタイミングが大切だとアドバイスしています。相手を否定せずに、優しく誘導するのがポイントです。

Profile

窪田英司さん

くぼたえいじ
株式会社ジョリーグッドにおいて、VRのヘルスケアや医療への活用、企業向け人材教育プログラムの事業開発責任者として活躍中。

「共感することで、相手を素直に受け入れられるように」

「ベテラン介護士の方は、自らが自分で私と目線を合わせてくれましたし、語りかける言葉も優しく感じました。される側に立つことで、セラピストとして、改めて人と接する時の目線や言葉使いの大切さに気付かされました」と、すぎもとさん。

「コンテンツ制作にあたっては、福祉施設などでヒアリングをしています。現場の声をフィードバックさせているので、リアルなシチュエーションになっていると思います。コンテンツは、わかりやすいようにあえて極端にしているものもありますが、エッセンスは同じです。双方の目線になることで、客観的、主観的な感情を感じることができると」と、窪田さん。

「ベテラン介護士の方は、自らが自分で私と目線を合わせてくれました。ここは何処なの?」と不安になり、部屋の外に出てみると「見知らぬ人」に名前を呼ばれました。認知症高齢者は新人介護士を見知らぬ人と認識し、突然名前を呼ばれ恐怖を感じています。この介護士を嫌いなのではなく、不安なのです。お互いの感情は、これほどまでに違うのです。

「新人介護士の立場では、認知症の方だから覚えてないのかな、と違和感はありませんでしたが、認知症高齢者の目線になると、ぐっと心にささるというか、ものすごく不安でたまらない気持ちになりました。認知症の方は声には出さないけれども、感情がないのではないということも……。体験を通して、自分自身の感情も動いていることを感じました」と、すぎもとさん。

窪田さんは、VR体験では、この「感情が動く」のがポイントだと言います。お互いの立場を疑似体験することで、相手の気持ちも素直に受け入れられるようになります。

最後に体験した「危険予知」は、食事シーンで起こりうる「4つの危険」を1分以内に探し出すコンテンツ。

「一つも探すことができませんでした……」と、すぎもとさんはすべて見逃してしまっただけに驚きを隠せない様子。解説VRを見て振り返りをします。一つ目の危険は、介護士の右側