



平成29年6月15日 特別養護老人ホーム ふくら にて

かなもり のぶこ
金森 暢子さん

(社会福祉法人グロー ふくら①) 看護主任)

滋賀県出身。大津赤十字病院、長浜赤十字病院で十八年ほど看護師として勤める。病院の制度変化に伴い、患者の背景や歴史を知らなくても出来てしまう看護や、完治が難しい高齢者に最期まで治療をし続ける病院の医療のあり方に疑問を持ち始めた折に、特別養護老人ホームふくらに移動した先輩からの誘いがあり、ふくらの看護師として働きはじめる。ふくらに来て十一年目の一昨年、大病を患うが無事復帰。現在も同施設で看取りケアなど利用者に寄り添った支援に尽力している。

関係づくりが看護師の役割

原田 看護師としてのお仕事は、病院とふくらでやはり違いますか。

金森 ここへ来ると病院のような高度な医療は何もなく、ただしやべったりして、だんだん弱って、亡くなっていかなるんやけれども、こっちの方がずっといいやんって思うんです。前日、いつものようにお風呂へ入ってという流れの中で亡くなったら、すぐきれいだし、余計な点滴もしないので、顔もむくんでないからすぐきれいで、ほんまに寝てはるように亡くなっていかれるのが、私はすごく好きです。私自身もこうやって働いているうちに体が悪いのも治って、毎日めっちゃめっちゃ楽しい感じです。

ふくらの看護師としての役割は、嘱託医が来た時に「こんなケアができていますよ」とか「この写真が、この人の思い出の写真なんですけど、これを〇〇支援員さんが家から借りてきたんですよ」とか言って先生も引き込み、ちよつと支援員さんとなつなげる。こういうことで、先生も

「ふくらのケアっていいな」と思ったり、支援員さんのこともリスペクトしていると言わはるんです。こういうのって、すごくいいなと思っているんです。医師は私らのことも尊重してくれていると思っているし、支援員のことも尊重してくれる。私たちはもちろん先生のことを尊敬しているし、そういう関係づくりが看護師の役割なのかなと思っています。なので、家族の不安なところとか、痛いところを取るのが看護師の仕事と思っているけど、それはあくまでここで暮らしていけるためみたいにしていて。痛みを取るとかしんどさを取るのが最終目的ではなくて、その先、お風呂に行くとか、好物を食べるとか、そのための医療でしかないかなという風に思っています（笑）。

北川 医師とちゃんと意思疎通できてないと難しい支援やなとは思ったりするんですけれども、医師とは、もともとそういう関係性だったんですか。

金森 日々やっていく中で、先生を呼ぶタイミングとして「これは、呼ばなあかん」とか「これは、まだ私らで様子が見られる」とか、そういうことを繰り返したり、先生が、

①ふくら・・・滋賀県長浜市にある特別養護老人ホーム。四〇年以上に亘り、地域の高齢者支援で培った介護のノウハウを基礎とし、一人ひとりのパーソナリ

ティを尊重した支援に努めている。終末期には、本人の人生と向き合いながら、家族と一緒に支援していく「豊かな看取りケア」を行っている。

日々の看護を見たり、支援を見たり、そういうことでふくらのことを信頼してくれていて、今、六年目になります。

北川 ふくらの強みや魅力みたいなものが先生に伝わっているようですね。

金森 ふくらの看取りケアって、ほんまは食べられんような状況でも、酸素マスクを外して、お酒で乾杯とかするんですね。呼吸が苦しいので酸素をしているんやけれども、この人のあと数日しか残されてない人生の中では、酸素より今はお酒の方が大事やったりするんですよ。病院やったら、こんな状態は食べたらかんとか、こんな状態は入浴禁とか、指示が出るんですけども、そういうことは何も言われなくて、好きにやらしてくれはって「このお人形は、なじみの人形で、ゆきちゃんっていうんですよ」とか、こういうこともすごく喜んでくれるし、一緒に参加してくれる。

北川 考えていることは一緒ということでしょうか？

金森 はい。たぶん、みんなが同じところを見ているんやと思います。病院では、この人の人生のほんの一部にしか関わってないと思っていたけれども、ふくらでは何か……一緒に背負っているみたい。最期までふくらで過ごさる人が大半なので、私だけが背負っているわけではないんですけれども、ふくらで背負うみたいに思いますね。「こ

の人、どんな人なんやろう」とか「家族はどんな方達なんやろう」とか「何をしてきはった人なんやろう」とか、こういうところまですごく大事になる。認知症があっても、昔の会社のことは分かったりとか、息子さんの名前だけが分かったりとか、その人、その人のキーワードがあるので、これをしっかりと把握して関わるといのは、すごく単純なようですけども、実は深く楽しいというか、面白いなっですごく思いますね。

田端 医療側からも発信して、現場で受け止めて、支援している側がそれを受けてどう思うかということと動いて、それぞれの役割が果たされている感じがしますね。自分達だけじゃなくて、医療も一緒に判断してくれているのって、現場にいると心強いですね。

金森 医師と施設のトップと介護と看護と家族と、どこか一つが「駄目だ」と言ったら、ここでの看取りケアはできないのですが、ここではみんなが「うん」と言うているのがすごいなと思っています。でも、誰が利用者が一番近くにいますかですね。結局、生活が一番大事で、そのそばにいるのは支援員さんで。支援員さんが「何かおかしいよ」と言われた時は、そういう目で見ると「いつもそばにいる支援員さんがかかしいと言うのなら、絶対おかしいんだろな」と思います。それをうまく先生に伝えられない時も

あるんですけど「なんか、いつもと違うんですよ」というように伝えます。支援員さんは私らが気付かんことにも気付いて、すごいなと思うことも何回もあります。私らは、支援員さんがうまくケアができるようにするためにいる。それはイコール、利用者さんがうまく暮らし続けられることなんやと思っっていますね。それが、看護師の仕事なのかどうかがよく分からないんですけども（笑）。

家族は《その人》のプロ

北川 人に寄り添う時に、知りたいけれど教えてもらえない方もいたり、関係がつくりづらい方がいたりして、難しかったですか。

金森 私は一応看護のプロで、介護のプロがいて、そうした時に、《その人》のプロは家族やと思っっているんです。私らや支援員さんよりも家族の方が利用者さんのことを知っている場合が多い。なので、その時はその人のプロとして話し合いに参加してもらって、いっぱい聞く。看取りの場合やったら、入所時もそうですし、看取りの時もカンファレンスがあつて、看護師と支援員さんとケアマネさんと栄養士さんでしゃべるので、そういう時になるべく情報を引き出して、その人のプロの家族がどういう風なケア

をしてほしいと思っっているのかとか、何が好きやったかとか、おもんばか慮つても分からないので、全部聞いて生かす。入所時からこういう対応を心がけて、悪くなつてきはった人に、一応「病院に行かれますか、ふくらで最期まで過ごされま

すか」というのは聞くんですけども、その時に「ふくらにいます」と言ってもらえるように頑張っています。

田端 ご家族には、どのタイミングで、どういう風に聞いていますか。

金森 看護師が入所時にもさらっと聞いたり、悪くなつてきた時、ご家族が来はったときに「今日、ご飯がこれだけしか入りません」という話を入れておきます。家族が「えっ、あんな元気やったのに、急に？」と思われんように、こまめに連絡します。

田端 まずは、ご本人に聞くんですよ？

金森 ご本人に聞く時もありますね。家族さんには、人間は絶対に死ぬし、それは自然なことなので、それを分かってもらえるように伝えます。もちろん、利用者にとって私らは他人やし、家族にとっては肉親なので、同じようにはなかなか思えないけれど、病院へ行くことは、ずっと命が延びることではなくて、人間として、だんだん皮膚がしわしわになるように内臓も弱っていくんやで、とか。環境が変わることも、空間的環境と人的環境ってよく言われます

けれども、こういうことも説明する。病院に行くかを決めるのは先生に任せているんですけれども、先生もふくらでの看取りを勧められることが多いし、ほとんど病院へは行かない。病院へ行ったのは、治るかなと思って送ったけれども、治らずそのまま逝かれたとか、急に脳出血で運ばんとしようがなかったとかで、九十四%ぐらいがふくらで亡くなっている。先生が「看取りの段階ですよ」と説明される時にも、今のこの人のご飯が食べられない状況だけではなくて、どういう生活をしてきて、どういう家族で、どう反応されるか……みたいなところを、聞いてくれはるんです。「今日は看取りまで言うとか、かなりショックを受けはるので、今日は弱ってきたまでにしよう」とか「今度の時に、ワンクッション置いて、看取りだと言おう」とか、そういうことはお医者さんもすごく大事にしてくれはります。

ふくらの支援

田端 ふくらに來ると、いつも漂っている雰囲気は気持ちいいですね。

金森 そろそろ夜勤に切り替わってご飯を食べてはる頃です。食事介助もね、いつ終わるんやろうってくらい、みんな「はい、ゴックン、ゴックン」とか、そんな人がいっぱい

いるんですけれども、真摯に向き合って、食べさせてくれる。そして、無理はしない。食べさせたいという気持ちもあるんやけれども、誤嚥の危険もいっぱいあるので「食べさせて自己満足は、もうやめようね」、「無理だったら、もう無理せず、自分の技術が悪いとか、そんなことは思わんでええから、やめよう」ということにしましたね。

田端 そういうことについていいよねと、合意をとれるところに、看護の力が大きい。そこからの発言は本当に支援員を後押ししてくれるものです。

金森 昔、利用者さんが、だいぶ弱ってこられている時にゼリーを介助したら、お尻からゼリーが出てきたことがあって、これを見た時に「もう、やめてあげよう」となりました。何も吸収せずに、そのまま出てきたんです。だから「全部、食べた」という思いより、もう受け付けない体なんだよってというのが大事。もう全部食べなくてもいい、もっと減らそうみたいなね。今、私らは一千五百キロカロリーとか食べますけれども、そんなに必要ない。亡くなる前って、二百ccの点滴で十分という方が結構はつたりとかするんですよ。二百なんて、コップ一杯の水じゃないですか。それでいけるんだ、という勉強というか、こういうことを教えてもらっています。

田端 うちのおばあちゃん、最期、老健に付属している病

院で亡くなったんですけれども、会いに行った時に働いている人達の様子がふくらとは全然違っていました。計器でしか反応してもらえないという寂しさがありました。

金森 そうですよ。計器なんてね、ふくらには無いじゃないですか。最後の方って、血圧が下がってくると、もう測れないんです。だから、夜勤のワーカーさんには「呼吸しているかだけ見てあげて」とか「逝かはるかもしれないけれども、逝かはった時はあなたを選ばれたんや」とみたいに伝えていきます。だから、気負わんでもええというか。測れん血圧をぐいぐい測るのも痛いばかりやし、それを測ることに何の意味があるのか。息を見ているだけでも、ちよつとしんどい時は速くなっていて、亡くなる前はだんだん数が減っていったって、下顎呼吸が出て、これを見ていたら、みんなだいたい分かってくれます。それぐらいうちはたくさん看取っています。だから、息だけ見ておいてあげてって言います。家族もいてもらうようにはするんですけども、もし家族が寝ていて、夜勤の時、自分が行った時に息が止まっていても、それはそれで「この人が、一人で逝こうと思われたんや」とか、こういう風な話をしていきます。いつ逝かれるのかというのを、何時何分かと思って、見てなくてもいい。これは決められんで、もし行った時に息が止まっても、最期が見られなかった罪悪感とか、

そんなことを思わんでもいいというのは思っていますね。

北川 以前、ふくらの新人の方が「看取りの時に、とても悔しかった。おうちに帰らせてあげると約束していたのに、その前に亡くなった」とみんなの前で話をされている時に、「何で、ふくらの支援は、一本、芯が通っているんだろう」と思っていたのですが、今、話を聞かせてもらっていると「そういうことなのかな」というのを感じています。

金森 「帰してあげたかったのに、帰れなかった」とか「これをしてあげたかったのに、できなかったこと」がある中で、今はもうちよつと元気な早いうちから、こういうことを始めようと看護師でやっているんです。こうすると、支援員さんたちのできなかった後悔も少なくなったりするのとで、利用者さんがもつと元気になって喜ばれたりするのかなと思って、今はそれも頑張っています。

田端 金森さんが来た当初から、ふくらはそういう雰囲気でしたか？看取りは、されていたんですか？

金森 看取りはやっていたけれども、死んでいかはる人を、褥瘡がないように……楽なように、という程度でした。私が来てからも何年かはこうやったんですけれども、ある時、エピソードのいっぱいある利用者さんが、食べるの大好きだったのに急に食べられなくなったら、スキルス胃がんやったんです。これが、八年、九年ぐらい前の話なんです

けれども、スキルス胃がんであまり食べられない、もう余命は決まってるってなった時に「この人に、何かしてあげようや」ということで、桜が見たいと言わはるから、どこから桜を取ってきたりとか、モモ缶なら食べられるかなと言ってモモ缶を買ってきたりとか、これがそもそも始まりです。そこから「こういうのっていいよね」となって、だんだんとエピソードのある人にはできるようになってきました。そうなるまで、エピソードのない人にせんとって、あかんのちゃうの？」となってきた、みんなが十分安楽にできるようになってきたら「安楽にだけでない、豊かな時間を目標にしようか」とか「この人の豊かって何やろう」ってというのが、今のふくらの支援として、お風呂が好きとか、お酒が好きとか、こういうキーワードにつながっているんやと思うんですけれども、こういうことが段々できるようになってきた。でも、早い経過で弱っていかれる人にはできなかった。これってかわいそうやんなどいって、早い人にもできるようになった。こういう経過があつての今やと思ってるんです。

田端 どうやってみんなでそういう風にやっていこうとなつていったのでしょうか。みんなが、それぞれ覚悟しなければならぬじゃないですか。

金森 その時は看護師として「この人をどうしてあげる？」

と言って、みんながご飯を食べているところへ乗り込んだというか、そんな感じやったんです。なんとなく死んでいかはるのが嫌やつて。でも行くと、いろいろな意見が出ました。ちよつと知的障害のある方で、アンパンマンとか昔話のビデオが好きだったので、これをかけたらええんちゃうかとか、アンパンマンのキャラクターの顔をつくつて、これを部屋に飾ってみたらええんちゃうかということから、「何だったら食べられるやろうな」ということにも発展していきました。やつぱり実際に関わっているのって、私らなんかより支援員さんの方だし、思いもずつとあるから、ちよつと突つただけで出てくるんですよね。そこで誰かが言い出さないとできないというところを私はちよつと言う。こういうところって、主役は支援員さんじゃないですか。私らは、体調を整えるとか、足の痛みを取るとか、ちよつと声掛けで「ようやってるね」とか（笑）。

人と関わる仕事は、もう、たまりませんね

北川 十二年間、たぶん、いろいろな苦しいこともあったかと思うんですけれども、今のモチベーションとしては楽しいというのが大きいですか？

金森 楽しい。高齢者との関わりも楽しいし、若い子達が

育っていくのが楽しい。あの子が、昨日、こんな声掛けをしていたとか、そういう成長を見るのもすごく楽しい。

北川 それは、金森さんから新人の子達に何かアドバイスしたりということがあるんですか？

金森 いや、利用者さんが育てるんやと思います。もちろん、新人は支援員が多く、看護師はなかなか来ないので、私は支援員にがっちり関わることもなくて、折々に関わるぐらいなんですけれども、だから余計に変化が分かるのかもしれない。「あの子がこんなことを言うようになった」とか「あの利用者さんは、この子にだけああいふ顔をする」とか、そういうのを見た時にものすごく嬉しい。私の功績ではないんですけども、人間的に成長した子を見るのがすごく楽しくて、これを見るのがすごく好き。なのと、私は看取りケアも大好きなんですけれども、こういうケアの中で、利用者さんの反応とかに、鳥肌が立つ時があるんですよ。意識がほとんどないような人が、歌を歌っていたら口が動いたりとかね、こういうことがいっぱいあるんですよ。意識があまりないから家に帰ってもどうかかなと思うんですけども「連れて帰ってあげよう」と帰ると、目を開いてしゃべり出したりとか、こういうことが何回もあつて。こういうのを皆で共有できるのもすごくうれしい。聞いたり、一緒に見たり、これをまたいろいろな人に言った

りとか、ふくらはそういうのがたまらないですね。

北川 すごく伝わってきます。

金森 この間、亡くなったおばあちゃんね、亡くなる前日に言われた言葉が「ありがとー」だったんです。翌日亡くなる時、息が止まる時に、息子さんが泣きながら「お母ちゃん、ありがとー、ありがとー」と言っていました。こういうのは最期まで見ているから経験できる、いいご褒美。田端 そういう風に言っていて死ぬるって格好いいですね。

金森 亡くなる人って、見はったことはあります？この話、私は好きなんですけれども、まず手足を要らんっていうんですよ。紫色になって、もう使わないから、手足に血を送ることを遮断するんですよ。人間、一番大事なのは、肺と心臓と消化器なんです。この次は頭なんです。あんまり頭に血流をやらんと、ぼーっとさせて、胴体を守るんですよ。そして最期に逝かはるんやなと。枯れていくように。最期、おなががすごく薄くならはるんですよ、ご飯を食べてなかったりすると、病院ではあり得ないような、自分の筋肉やらを生きるエネルギーにして、やせて亡くなる。「そういうことを見せてくれる年寄りには、自分の命をもって生きることを教える」というのは、誰が言っていたか分からないですけども、本当に現実で見て、人間ってすごいなと。その人間が集まるとまたすごい。すごいエネルギーが

出て、一人ではできないけれども、みんなでやったらできるとかね。

田端 うちの法人の理念の、「生きることが光になる」に添えてある言葉②は、理事長がふくらでの話を聞いて、絶対に入れようと思ったんだらうなと思いました。

「しあわせはいつもじぶんのこころがきめる」

金森 私、去年大きい病気をして、半年ぐらい休ませてもらったんです。「もしかして、あの時死んでしまうかもしれないかったのに、これも付け足しの人生かもしれない」とか、そう思うと何でもありがたくて、ものすごく忙しくても「神様が、これだけ働いてもいいよと言っているんだ」とか思える。病気になったことで、いろいろな人に支えられているというのもすごく分かって、ふくらにも支えてもらっている、グローにも支えてもらっている、友達にも支えてもらっている、もちろん家族にも支えてもらっているというので、何も怖いものがないんですね。私は、相田みつをさんの「しあわせはいつもじぶんのこころがきめる」という言葉が大好きなんです。で、いつもだいたい幸せです。

田端 それが、金森さんのすごいところです。どれだけ周

りが自分を支えてくれているかを感じるということは、確かに、大事。それは、今まで金森さんが周りにそうしてきたからなんでしょうね。ハイパー金森暢子になったというところで、今後、まだまだ働けと言っている神様のメッセージに対して、どう応えていこうと思っていますか？

金森 そうですね。私は看取りケアが大好きなんですけれども、看取りケアを今の嘱託医とやり始めて、六年目なんです。振り返ると年々いろいろバージョンアップしてみんなのスキルが上がってきています。だから、まだまだゴールではなくて、本当に喜んでくれる家族がいっぱいいるといいし、亡くなっていく時をほんまに豊かに、痛みのない良い時間をもっともつと過ごしてほしい。そのためにはふくらに入られた時から看取りケアは始まっているというような気持ちで、この人が生きてきた過程の中でたくさん詰めてきたリユックの中身を引き出しながら日々のケアで使っていく。でも、提供するばかりじゃなくて、利用者からもらえばいいもらっているんですね。いっぱい面白い話を聞かせてもらったり、ためになることを聞かせてもらったり、看取りケアの中の笑顔やったり、ぼーっとしていたのにそういうことで急に喜んでしゃべり出したりとか、いっぱいもらっているもので、またそれに対するお返しじゃないですけども、まだまだいろいろなことに、いい

看取りケアに挑戦していききたいですね。世間的に、うまく看取りができない特養もあります。これは、嘱託医との関係やったり、支援員さんと看護師の関係やったり、トップ

の方針やったり、いろいろやとは思いますが。こういうところにも「こういう風にやったらできるよ」みたいなことが伝えることができたらええなと思っています。

②・・・「全て人は自らの命を通して、人に生きることの尊さを知らせるものであると考えます。」

金森さんのお話をうかがって

「看護師としての私の役割は、関係づくり」と話す金森さん。漠然とした看護師のイメージしか持っていなかった私は、はじめはその意味がよくわかりませんでした。しかし、お話を聞いていくにつれ、利用者の方にとっての豊かさの追求というのが金森さんの芯にあるのだとわかりました。金森さんにとって、利用者の周りの環境を整えるということは、身体の上のしんどさを取ることは勿論、ご本人をとりまく人間関係の調整も含まれます。すべては、利用者の方に心地よく過ごしてもらうため。

「生きていればいずれ死ぬ。」当たり前のことだけど、そ

こに対して真に実感をもって受けとめられる人はどれくらいいるのだろう。お話を聞きながら、そう改めて感じました。ありがちな話ですが、やはり私も、なんとなく明日も今日と同じように生きているのだろうか、と心のどこかで思っています。病院での治らないのにやり続ける看護も、死から目を背けるといふ点では私と同じなのかな、と思いました。それをやめて、ふくらでの看取りケアが大好きだと笑顔で語る金森さん。その明るさはきつと、「死」や「命」ということに対してずっと向き合い続けた故の強さなのだと思います。(原田)