

医療法人陽心会プレゼンツ ヘルシーセッション

「あなたがいてくれて嬉しい」と何度も繰り返してあげて下さい。（山口）
五感を刺激することで感性が豊かになっていくのが分かります。（高良）



高良 知佳 × 山口 晴保

たから ともか

臨床美術士。学習療法士
群馬県前橋市生まれ。帝京大学を卒業後、臨床美術士5級を取得し、現在3級。月に4回、施設で「あたまいいきいきアートセラピー教室」を主宰。日本臨床美術協会資格会員。日本臨床美術学会会員。

やまぐち はるやす

群馬大学大学院保健学研究科教授
群馬県高崎市生まれ。1976年に群馬大学医学部卒業。93年に群馬大学医療短大教授、96年に同大医学部保健学科教授に就任。日本認知症学会副理事長、群馬県地域リハ協議会委員長など役職多数。

今月のセッションは、高齢者の生活機能の向上を図ろうと独特のリハビリテーションを提唱する群馬大学大学院の山口晴保教授と、臨床美術士として県内で活躍する高良知佳さんがお互いの取り組みについて意見を交わします。高齢者の生活意欲を高める有効な手段とは。

認知症患者のリハビリテーションとは

山口 私は群馬県の高崎市生まれで、群馬大学医学部を卒業後に同大学院で神経病理学を学び、神経内科に入局してアルツハイマー病の研究を始めました。そして同大学の医療短大で理学・作業医療の学生たちに神経学や解剖学などを教えて、今はリハビリテーション医学をやっています。少し変わ

動に移すことが出来るわけですね。認知症の人の考えを変えることは出来ませんが、健常者である家族や介護者が考えを変えなければいけません。
高良 私たちも決してその人のことを否定せず、その人の描いた絵を評価してあげるように心がけています。その上で、その人の潜在能力を引き出せばいいなと思っています。山口 ところで知佳さんは、人間が生きていく上で大切なことは何だと思いますか。
高良 自分の存在を認めてもらうことでしょうか。

山口 そう、まさにそこが核心なんです。存在肯定といいますが、例えばガンの終末期におけるスピリチュアルケアなどでも「あなたは十分がんばりました。このままでいいんですよ」と言っておけることがとても大切です。まずはその人の存在を認めてあげること。そうすることで、その人は持っている力を存分に発揮してくれます。

高良 そうですね。私たちはその人がどういう絵を描こうと「この人はこういう表現をするんだ」ということを認めてあげて、参加者全員の前で一人ひとりの作品を紹介します。そうすることで参加者に満足して帰ってもらうことが一番大事なことだと思います。

山口 私は認知症の患者さんを持つご家族の方に「なるべく本人を褒めてあげて下さい」とお願いしています。すると大抵の方に「なんで私がこんな人を褒めないといけないんですか」と言われてしまうんですよ（笑）。確かにご家族の方の気持ちは分かれます。そこで私は「念仏と一緒にです。意味は考えなくていいの」と話しています。

日常生活を送る意欲を上げていく

高良 山口先生は、脳活性化リハビリテーションを提唱していらつしやいますよね。

山口 心理学者のバンデューラという先生は、「自分がある状況において必要な行動を上手く遂行できるかという可能性の認知」という「自己効力感」を提唱しました。つまり「自分の仲間や同じ障害を持つている人が出来るのなら自分でも出来るだろう」と推測することです。先生が「あなたなら出来るよ」と言ってくれるのも同様ですね。私が提唱している脳活性化リハビリテーションの原則は、①快刺激が笑顔を生み、意欲を高める②褒めることがやる気を生む③会話が安心を生む④役割を演じることが生きがいを生む⑤失敗を防ぐ支援、というものです。ですからリハビリテーションの現場でも認知症の人がサポートを受けながらいろんな役割を受け持ち、「これが出来てよかった」とか、介護者が「あなたが来てくれて本当に嬉しい」と言い合えるようなケアが出来ればいいなと思っています。ところで、臨床美術では例えばリンゴの絵を描くにあたっての準備がありますね。どうしてなのでしょう。

り者の医者といえますかね（笑）。知佳さんも生まれは群馬県ですよ。
高良 はい、生まれは前橋市で小学1年の途中で沖縄に引っ越してきました。大学入学を機に上京したのですが、卒業後は沖縄に戻ってきました。現在は臨床美術士として、施設で月に4回高齢者の方を対象に臨床美術の教室を開いています。

山口 臨床美術について説明をお願いします。
高良 臨床美術とは日本臨床美術協会が専門的な訓練を受けた者に対して資格認定するもので、認定を受けた臨床美術士はアートプログラムを通して参加者の感性を引き出し、その方の生きる意欲を創出しようという専門家です。教育や福祉の場で活躍している方も多いですよ。臨床美術と山口先生が専門とするリハビリテーション医学には共通点がありますよね。

山口 まずリハビリテーションをひと言で分かりやすく説明すると「生活の再構築」ということです。その人の持っている能力を活用してより良い状態で暮らしていけるように手助けしていく。臨床美術も同様だと思いますが、いかにその人の持っている能力を引き出しながら一緒に喜ぶかということが大切です。そういう意味で共通しているところがあるのかなと思っています。

高良 「量感画」と言いますが、例えばリンゴの絵を描く場合には、まずそれを視覚や嗅覚、味覚で感じ取ってもらいます。そしてリンゴにまつわる思い出を話してもらったりしたあとに描いてもらいます。回数を重ねるごとに絵の描き方がダイナミックになってきたり無口だった方が明るくなったりと、五感を刺激することによって感性が豊かになっていくのが分かります。絵を描くこと自体が目的というわけではなく、先ほどお話ししたように五感を刺激してその人の昔の記憶などを思い出す「回想法」も兼ねています。

山口 それぞれの参加者が五感でそのものを感じてもらうことを大切にしているということですね。知佳さんは学習療法士の資格もお持ちですよ。

高良 はい、認知症の人でも百点を取れるように問題を選んだり、「すごいですね」って褒めたり、楽しく学習できるように支援する役目です。認知症の人に楽しんで学習してもらい、自信を取り戻してもらえたら嬉しいです。これからもセラピストとしてみんなが楽しく時間を過ごせるような環境を作っていければいいなと思っています。

山口 それも脳活性化リハビリテーション5原則が当てはまりますね。私が提唱している脳活性化リハビリテーションも、ようやく「そうだな」と少しずつ賛同してくれる方が増えるようになりました。それを日本中で根付かせることが出来ればいいなと思っています。

高良 今日は大変勉強になりました。ありがとうございます。
山口 こちらこそ楽しかったです。

高良 山口先生は認知症の患者さんに対するリハビリテーションにも取り組んでいらつしやいますね。

山口 認知症の場合、脳卒中のリハビリのように「一生懸命頑張ったからまた歩けるようになりますよ」というわけにはいきません。ですからそういうものを目指すのではなく、認知症の方に何らかの役割を果たしてもらい、それが出来た時に褒めてあげる。そういうことを重ねていくと、認知症があっても生活機能を上げていくことが可能です。

念仏を唱えるようにその人を褒める

高良 認知症が進行するといつ、どこに何をしまい込んだのかを忘れてしまい、見つからないと家族や介護者の方に疑いの目を向けたりするそうですね。

山口 それはおそらく、本人がどこかにしまい忘れているんですよね。そして、「盗られた」と言う。その状況で家族や介護者が「そんなはずないでしょ」と言ってしまうと収拾がつかなくなります。そこを患者さんの気持ちに寄り添ってやさしく対応してあげられれば、患者さんは「この人は自分の味方なんだ」と感じ、気分が落ち着いてきます。そこで「じゃあ一緒に探そうか」という行

大道中央病院 那覇市安里1-1-37 TEL.098-869-0005 (代) 美容形成部門 TEL.098-869-0066 リハビリテーション部門 TEL.098-869-0050 メディカルプラザ大道中央 那覇市宇大道123 TEL.098-886-0007 (代) 一般内科部門 TEL.098-869-0711 循環器部門 TEL.098-886-0072 糖尿病部門 TEL.098-886-0115 人工透析部門 TEL.098-886-5151 検診部門 TEL.098-886-0078 小規模多機能型ホーム大道 那覇市大道94-3 TEL.098-885-0018 地域交流センター大道 那覇市大道94-3 TEL.098-885-0056 グループホーム大道が丘 那覇市大道94-3 TEL.098-885-0036 (提携)メディカルエステ大道 那覇市安里3-1-3 TEL.869-0018 (提携)福祉用具貸与・販売事業所 那覇市安里128 TEL.098-885-0100	医療法人 陽心会 理事長 高良 健 (提携)ヒルズガーデンクリニック 那覇市松川20-1 TEL.098-885-0333 (提携)ヒルズガーデン那覇 那覇市松川20-1 TEL.098-885-0300 介護老人保健施設 やすらぎの里 那覇市安里3-1-57 TEL.098-869-0030 在宅総合ケアセンター陽心会 那覇市安里381-1 TEL.098-885-0030 大道老人訪問看護ステーション 那覇市大道128 TEL.098-885-2885 グループホームたかまーみの家 那覇市安里3-1-47 TEL.941-0080 (提携)那覇市地域相談センター末吉 那覇市首里末吉4-6-1大明ビル1F TEL.098-885-0178 末吉老人福祉センター 那覇市首里末吉2-14 TEL.098-886-3510	社会福祉法人 陽風会 高良 健 (提携)有料老人ホーム健寿の杜 那覇市安里3-1-47 TEL.098-941-0070 デイサービスセンター安里 那覇市安里388-5 TEL.098-886-0328 デイサービスセンター三原 那覇市三原1-31-20 TEL.098-840-0051 辻町若狭クリニック 那覇市若狭3-5-17 TEL.098-869-0012 (提携)小規模多機能型ホーム若狭 那覇市若狭3-4-10 TEL.098-951-0550 (提携)地域交流センター若狭 那覇市若狭3-4-10 TEL.098-951-0552 (提携)グループホーム若狭の家 那覇市若狭3-4-10 TEL.098-951-0551 壺川老人福祉センター 那覇市壺川2-3-11 TEL.098-853-1139	ケアハウス常夏の島 那覇市牧志3-8-10 TEL.098-951-0036 小規模多機能型ホーム牧志 那覇市牧志3-8-10 TEL.098-951-0025 地域交流センター牧志 那覇市牧志3-8-10 TEL.098-951-0025 小規模多機能型ホーム三原 那覇市三原2-7 TEL.098-840-0027 地域交流センター三原 那覇市三原2-7 TEL.098-840-0027 (提携)小規模多機能型ホーム辻 那覇市辻1-6 TEL.098-951-0070 (提携)地域交流センター辻 那覇市辻1-6 TEL.098-951-0070 (提携)有料老人ホーム松風邸 那覇市辻2-10-4 TEL.098-869-8557 那覇市地域相談センター若狭 那覇市若狭3-5-17 TEL.098-863-1165 辻老人憩の家 那覇市辻2-14-1 TEL.864-0580
--	--	---	--