特別養護老人ホーム

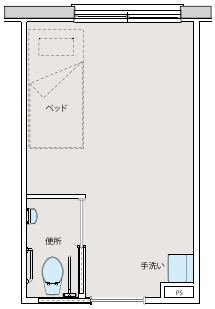
七日町こまくさ園

人間の尊厳を守るための挑戦

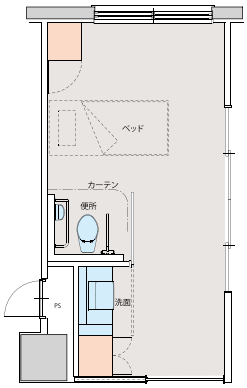
社会福祉法人 七日町こまくさ会が、山形市の中心地・七日町に平成11年にオープンした特別養護老人ホーム
七日町こまくさ園では、極めてシンプルな考え方に基づいた、画期的な取り組みがなされている。
それが、ベッドサイド水洗トイレの設置である。入所者のベッドから1、2歩で行けるところに水洗トイレが設置されているのだ。
このことによって、トイレへの移動に伴う転倒、失禁、おむつ着脱の手間などを解消し、
入所者の安全を守るとともに、排泄の自立を促し、人間の尊厳を守ることができる。
今後さらに注目されるこの取り組みにスポットを当て、高齢者の幸せと自立について改めて考えてみたい。

ベッドから1、2歩で水洗便器に移乗できる「こまくさ方式」を60床すべてに導入。

一般的なトイレの配置では、入口付近に水洗便器を設置するレイアウトが多いが、これでは5~6歩(往復7m程度)の歩行が必要になり、昼間は車いすによる移動、夜間はおむつかポータブルトイレになるケースが多い。これに対して「こまくさ方式」と呼ばれるベッドサイド水洗トイレでは、ベッドから1、2歩で水洗便器に移乗できるように工夫されている。これはショートステイを含むすべての部屋において実践されている。



一般的なトイレの配置



「こまくさ方式」の配置

転倒防止や、身体的・精神的リハビリに効果を発揮。認知症の改善例も。

七日町こまくさ園の平均介護度は4.5。平成24年2月の調査によると、49人中8名がベッドサイドトイレを使用し、そのうち排泄の自立度が向上したという人が6名(図参照)。寝たきりの状態から歩行介助でトイレの使用が可能になったという例もある。特に、認知症があったNさんは、ベッド脇にトイレがあることから、トイレを少しずつ認識できるようになった。8名の方は、入所時から転倒事故を起こしていない。このように「こまくさ方式」には、トイレまでの移動に伴う転倒リスクの軽減、ADL(Activities of Daily Living:日常生活動作)の拡大が期待されるところである。

「こまくさ方式」による身体状況の確認

ADLの区分	1 便意がわかり 失禁しない	2 便意が わかるが失禁 (間に合わない)	3 便意が わからず失禁 (間に合わない)
A 歩行できる	A−1	A−2	A−3
B 歩行困難だが 立位可能 (つたい歩き)	Sさん 介護度4 / Mさん 介護度4	B−2	B−3
C 立位困難だが 座位保持可能 (つかまり立ち)	Sさん 介護度4 / Wさん 介護度4 会話不可	C−2 / Uさん 介護度3 / Wさん 介護度4 会話不可 / Uさん 介護度3	C−3
D 座位困難	D−1 / Sさん 介護度3	D−2 / Sさん 介護度3	Mさん 介護度4
E 座位不可	−	−	Nさん 認知ランクM 認知症 / Nさん 認知ランクM 認知症

山形市の町中にある施設だからこそ、地域に根ざし、ご家族の方々が通うのにも便利である。

【七日町こまくさ園】
- ●開所年月/1999年7月
- ●所在地/山形県山形市七日町4-5-20
- ●施主/社会福祉法人 七日町こまくさ会
- ●設計/株式会社内藤建築事務所
- ●定員/80名(特別養護老人ホーム)
  - 20名(ショートステイ)
  - 25名(デイサービス)
- ●延床面積/3,235.86㎡
- ●構造規模/地下1階、地上4階

個室ではカーテンとスライド扉を併用し、入口近くに洗面台を設置している。

理事長先生からの声

七日町こまくさ園　理事長
田邉美智子さん

前向きな心を取り戻し、目標をかなえるトイレ。

ポータブルトイレがどうしていけないかというと、まず手すりがありません。座ってもらうのに2人がかりになりますし、安定感がないので転倒してしまうことも。そしてたいへんな後始末が必要になります。

弟である長岡医院・院長の発想でベッドサイドトイレを導入した理由には、入所者の方におむつをしてほしくない、そしてスタッフの負担を減らしたいという思いがありました。そうしたところ、大腿骨を骨折された96才の方が入所されて、「自分でトイレに行きたい」とベッドサイドトイレでの排泄を繰り返すうちに、今では杖も使わずに歩くことができるようになったんです。だから、病院にこそ必要な設備かもしれないですね。目標をかなえられるトイレなんです。

ここでは何でも「即断即決」。意識を変えるだけでプラスになることや、良いと思ったことは、すぐに実行するんですよ。

8名中7名が大腿骨骨折で入院(退院後に当園へ入所)
1名は脳梗塞による左マヒ
内6名の自立度が向上

状態の変化

- ◆Sさん 介助による移乗→自立移乗
- ◆Mさん 寝たきり→排泄自立
- ◆Wさん、Uさん、Sさん
  おむつ→尿パッド(一部夜間のみ、おむつもある)
- ◆Nさん
  トイレの認識なし→トイレがわかるようになった

新渡戸文化短期大学 学長　中原 英臣さん　インタビュー

踏み出す一歩が、リハビリになる。その一歩が、介護に革命を起こします。

おむつをさせてしまうから、立ち上がることを疎外してしまう。

食事と入浴は、ある程度は時間をコントロールできますが、排泄はコントロールできない。だから、たいへんなのです。そこで、介護する側の都合でおむつをさせてしまい、逆に寝たきりの状態をつくってしまう。何か策はないかと考えていたところ、こまくさ園の話を聞きました。トイレといっしょに暮らす感じなのだろうか? と考えながら訪れたところ、まさに「百聞は一見に如かず」でしたね。まず、臭いが全然しませんでした。そして、数ヵ月後にまた訪れたら、それまで寝たきりだったのに歩けるようになったおばあちゃんもいる。考えが変わりましたね。僕は「こまくさ方式」で、介護に革命が起きると思っているんです。

「自分の力で、トイレへ」という根本的な欲求を支えるために。

入所者の方に、ベッドの隣にトイレがあるのはどうですか? と聞いてみたら、「おむつを替えてもらうよりずっといい」って言うんです。確かにそうですよね。一歩立ち上がって排泄できることが、大きなリハビリの第一歩につながるんです。「自分の力で、トイレでしたい」という根本的な欲求を支えてあげることで、「リハビリはたいへんだけれど、もっとやってみよう」という気持ちも湧いてくる。介護福祉士さんの負担も減らせるし、おむつにかかる費用も減らせる。何よりも健康になるためには、いろはの「い」の生活習慣が、とても大切なんです。日本の介護を考えるきっかけとして、みなさんにもっと知ってほしいですね。

発案者 長岡先生の声

介護にかかる負担を大きく減らすことができる。

長岡医院　院長　**長岡弥一郎さん**

一般的な個室だと、起き上がってトイレへ行くまでに間に合わない。そこで、トイレをベッドに最大限まで近づけようという発想でした。お漏らしが少なくなるし、ポータブルトイレのように後始末がたいへんじゃない。介護にかかる負担を大きく減らすことができるんです。

結局は「おむつにしますか? トイレにしますか?」という単純な発想なんです。ベッドからトイレまでの1mほどの距離は、「心のバリアフリー」。ベッドサイドの水洗トイレが、寝たきりの方の心の中にあるバリアを取り除き、在宅介護のサポートにもつながる大きな一助になればと願っています。

設計担当の方からの声

心の不安を取り除くマイ・トイレの時代へ。

株式会社内藤建築事務所　本社企画部　**山田俊二さん**

膝に不安があった私の義母は、排尿への不安が心を占め、頭の中はトイレで埋まり、30分ごとにトイレ介護をせがまざるを得ませんでした。介護はツライ。そのために介護を受ける側の心中、自力で事に当たれない絶望の深さにまでなかなか心が回らないのです。ベッドサイドにトイレがあったなら、義母はどんなにか安心だったでしょう。

今は「こまくさ方式」が、おむつ問題や転倒事故に、また残存能力の抽出に対しても有効なことを知っています。心の不安を取り除くことから始めましょう。そして「マイ・トイレ」と言えるまでにベッドサイドをデザインする役目が、私たち設計者には課せられていると感じます。

入所者のご家族からの声

スタッフの方々の意識の向上にもつながる。

こういう先進的な取り組みをされている施設は、介護福祉士さん、看護師さんなどのスタッフをはじめ、いろいろな方面のレベルがみんな高いと感じます。私の母親は入所して9年でもうすぐ100才ですが、介護福祉士さんはちょっと手を触っただけで、体温が1度高くなっていることがわかり、すぐに病院に連絡をとって長岡先生が対応してくれます。だから、何の心配もなく世話をお願いできるし、入所されている皆さんが安心して元気に過ごせるのでしょう。

ベッドサイドにトイレがあると後始末が軽減され、スタッフの方々の意識も向上し、入所者への接し方も含めて、他の介護施設とはいろいろな面で違ってくると思います。そういう観点から、経営的にも、働いている人にとっても、非常に大きなメリットがあるのではないでしょうか。

4床室のベッドサイドトイレ。ベッドの手すりを動かして、トイレへと移乗できる。状態が悪くなればベッドをトイレに近づける。一人ひとりのトイレだから、感染対策になるという側面もある。