

05 「ユマニチュード」で支え合う（高齢者）

（ナレーター）皆さん、いかがお過ごしですか。福岡市がお送りする「こころのオルゴール」の時間です。今日は私、立川生志がお届けします。今日のタイトルは『ユマニチュード』で支え合う」です。

10 福岡市では、2018年から「認知症フレンドリーシティ・プロジェクト」に取り組み、認知症の人が暮らしやすいまちづくりを進めてきました。現在、認知症の市民はおよそ3万8千人。2年後には、全国の65歳以上の5人に1人が認知症になるといわれています。

15 このプロジェクトの中核となっているのが、「ユマニチュード」です。これはフランスの臨床現場から生まれたケアの技法で、「人間らしくある」という意味が込められています。

20 福岡市では、自治体として世界で初めてユマニチュードを導入し、認知症のケアをする人に向けて講座を開催しています。この取り組みをサポートしてきた、一般社団法人「日本ユマニチュード学会」代表理事の本田美和子さんにお話を伺いました。

【本田さん役】介護をしていると、思いが相手になかなか届かず、うまくいかないことがありますよね。そんなときは、

25

あなたのことを大切に思っているという気持ちも、相手
 理解できるやり方で表現できていないことが多いのです。

30 ユマニチュードは、優しさを相手に伝えるケアの技法です。
 その技法には、「見る・話す・触れる・立つ」という4つの柱
 があり、誰でも学んで使うことができます。例えば、相手の
 正面から目を合わせる、穏やかに話しかける、体をつかま
 ず
 35 以下から支える、できるだけ立つ時間を確保するなど、具体的
 な動作で表します。

40 (ナレーター)福岡市在住で、認知症の妻を介護している男性
 は、「何度も同じことを聞かれてイライラしていた。もう無理
 だと思つて自殺を考えたこともあった」と言います。そんな
 介護生活が、ユマニチュードの講座を受けて大きく変わ
 りま
 した。手を握つて、しっかりと目を見て話すと、妻がにこや
 か
 になり、会話も弾んで、毎日笑顔で過ごせるようになったの
 です。

45 また、ユマニチュードを実践した施設では、介護を拒み続
 けていた認知症の人が「ありがとう」と介護を受け入れてく
 れたり、数年ぶりに歩き出したり、多くの変化が起こつてい
 ます。

45 相手を大切に
 するコミュニケーションは、感謝と喜びを
 広げていきます。認知症になつても人としての尊厳が守られ、
 安心して暮らせるま
 ちにしていきましょう。

(本文
9
5
8
字
)

2023年度「こころのオルゴール」