

生き生きと暮らし安心して死ねる。 そんな居心地のいい住宅、 町づくりを目指す

銀木犀（千葉県 浦安市）



千葉県浦安市

浦安市は千葉県北西部に位置し、東京ディズニーランドが立地する市として全国的に知られる。銀木犀を運営する(株)シルバーウッドは、鉄鋼販売事業を基本事業とし、浦安市の鉄鋼通りに本社を構える。軽量ながら強度の高い「スチールパネル工法」を開発し、この工法を用いた高齢者住宅を手がけるうち、2008年、自社でのサービス付き高齢者向け住宅運営に乗り出した。2016年12月には、本社がある浦安市に6種目のサービス付き高齢者向け住宅を開設した。



名 称	サービス付き高齢者向け住宅 銀木犀
運営法人	株式会社シルバーウッド
法 人 所 在 地	千葉県浦安市鉄鋼通り 1-2-11
設立年月	2000年12月
代 表 者	代表取締役 下河原忠道
従業員数	203名(2017年2月末現在)
施 点 数	サービス付き高齢者向け住宅／らんど点 グループホーム／2施点
運 営 事 業 所	住宅介護支援事業所、訪問介護事業所、 定期巡回・随時対応型訪問介護看護事業所(認定により異なる)
運営法人 の 事 業 内 容	薄板軽量形鋼造の構造設計、構造パネルの製作、販売、施工、施工管理／高齢者住宅・施設等の企画・開発、設計施工／高齢者住宅(サービス付き高齢者向け住宅 銀木犀) 6施点・施設(認定対応型共同生活介護 銀木犀) 2施点の運営／VRコンテンツの企画開発

KEY POINT

- ① 地域住民の力を借りる
- ② 地域の看取りの場の一つとなる
- ③ 認知症への認識を変える

KEY POINT ① 地域住民の力を借りる

▶閉じこもる入居者に対して何ができるか

「うちは高齢者住宅事業者ですから、地域の方々との接点をつくる必要性は、正直なところ、始めた当初はあまり感じなかったんです」というのは、下河原忠道さん。

東京、千葉で、サービス付き高齢者向け住宅(以下、サ高住)^{※1}「銀木犀」6棟(2016年11月現在)を運営する、株式会社シルバーウッドの代表取締役社長です。しかし、下河原さんは入居者を見ていて、外出する機会が少なく、家族などの訪問客もあまりいないことに気づきます。住宅の中に閉じこもり、所在なげに過ごす入居者たち。彼らから聞こえてくるのは、「暇だ」「つまらない」という声でした。

「最初は、そんなこと言っていないで、1人でも家族とでも出かけてよ、と思ったんです(笑)。でも、自分自身を振り返っても、親のところにそれほど頻繁に足を運ぶことはできません。ましてや、高齢者住宅に入居すると、入居日に遡ってきたきり、一度もいらっしゃらないご家族もいます」

周囲との「つながり」が薄れた入居者に対して、何ができるのか。下河原さんは考えました。

「うちでは訪問介護事業所と居宅介護支援事

サービス付き高齢者向け住宅
P35 参照



銀木犀を運営する(株)シルバーウッドの代表取締役、下河原忠道さん

住宅介護支援事業所●ケアマネジャー（→P67）が勤務する事業所。

業所を併設していますが、住宅の職員は1人しかいません。その1人の職員が、入居者全員のお相手をするというのは現実的ではないですよね。だとすると、ご家族の方を借りるか、地域の人たちの力を借りるか。それが、地域に向けて働きかけていこうと考えた、最初のきっかけだったと思います」

まず取り組んだのは、「銀木原まつり」です。小規模なものを単発で時々催し、徐々に定例化。練菓子や型抜きなど子どもの喜ぶ出店を用意するほか、参加自由の「ドラムサークル（→P44）」や盆栽教室を開催したり、共用スペースでピュッフェ形式の食事や本、マンガを自由に楽しんでもらえるようにしたり。住宅内に気軽に足を踏み入れてもらうことで、「銀木原」を知ってもらい、地域住民との距離を縮めていこうと考えたのです。

▶イベントで地域住民を呼び込む

銀木原まつり●『銀木原』の各年度で、年賀会～月1回程度開催している地域交流イベント。地域住民が自由に銀木原の共有スペースを見学することができます。

キャラクター●目を引く、耳を引くなど、おもしろくて覚えやすい、多くを書きつけそうな、というような意味。

学習療法●認知症の症状緩和や改善を目的としたプログラム。音楽や座禅などの要素を組み合わせなくて、1対1、あるいは1対2での個別会話訓練とコミュニケーションを重視することで、脳活性化を図る。

地域住民との距離を縮め、関係を築いていく取り組みは、「銀木原まつり」だけではありません。ワンコイン500円でプロの演奏家のピアノリサイタルなどを体験できるライブ。学生ボランティアを募り、学びたい小中学生の勉強をサポートする“寺子屋”。夏休みの宿題を持ち寄り、勉強+食事を楽しむ“みんなの食堂・ビストロ銀木原”。実際に様々なイベントが開催されています。このほか、「ヒミツキチを作ろう！」と題したイベントでは、集まった大学生や地域の子どもたちと入居者など約100人が、グループに分かれてヒミツ基地をつくり、大いに盛り上りました。

「イベントを開催するときには、キャラクターなタイトルをつけて、ポスターやチラシも工夫します。地域の人人に配ったときに、「なになに？」って興味を持ってもらえるようなデザイン性はとても大事だと思っています」と下河原さん。こうしたイベントに加え、学習療法の先生を地域の有



近隣の子どもたちや住民との距離を縮めるために、定期的におまつりを開催している

横ボランティアに掛つてもらったり、自治会の集まりやヨガグループなど地域住民の活動に場所を提供したりするなど、日常的にも地域住民との関わりを取り入れています。人を呼び込むツールとして、1階フロアの一角に“駄菓子屋”を設けた住宅もあります。駄菓子屋では入居者が店番を務めており、地域の子どもたちとの交流が生まれています。

「おつりを間違えたら、子どもたちが教えてくれたり、自然な関わりができますね。学習療法は週に2、3回やっています。1日に数人の入居者に、30分から1時間程度、1対1か、1対2で対応してもらっています。計算などに取り組んで脳の前頭前野を刺激する効果もありますが、僕は学習療法の一番の効果は、コミュニケーションだと思っているんです」と下河原さんは言います。

高齢者住宅で暮らしていると、じっくり誰かと向き合って過ごす機会はなかなかありません。学習療法は、入居者と住民ボランティアを結ぶコミュニケーションのツールになっているのです。



目を引くデザインのチラシで子どもや住民を呼び込み、おいしく食べて楽しんで帰ってもらう

▶目標を持って暮らし、活動する風土に

「銀木犀」では、このほかにも様々なアクティビティを取り入れていますが、ユニークなのはただの「お楽しみ」で終わらせないところです。たとえば、「銀木犀」で人気のアクティビティに、「ドラムサークル」があります。これは円形に並べたドラム（太鼓）を取り囲んで座り、ファシリテーター（進行役）の合図に合わせて、みんなで即興演奏するというもの。脳トレで知られる川島隆太東北大教授のアドバイスで始めた、認知症ケアのプログラムです。

グループ感・リズムに乗った心地よい感覚。

即時フィードバック■何かをやり残したあとすぐにコメントやアドバイスを行うこと。肯定的なコメントをすることで、達成感を実感。何度もトライしてみようという意欲的な気持ちを引き出すことができる。

「銀木犀」では、「ドラムサークル」のアクティビティで即興演奏の経験を積み、地域のおまつりや敬老会などで演奏を披露する機会も設けています。

「そういう目標がないと、ただのレクリエーションになっちゃいますから。目標があると、みんな生き生きしてきますよ」と下河原さんは言います。

老人ホームなどに入居する高齢者は、歌や踊りなど、外部ボランティアなどによる憩間を受ける立場であることが圧倒的に多いもの。しかし、「銀木犀」の入居者は、反対に、地域住民をパフォーマンスで楽しませる立場です。こうした役割の転換も、入居者の生き生きとした表情を引き出す“仕掛け”となっているのです。

また、「銀木犀」では月1回程度外部講師を招いて、入居者や地域住民がアクセサリーや置物、革細工などのものづくりに取り組む時間を設けています。「銀木犀」ではこれを「クラフトワーク・プロジェクト」と呼んでいます。「銀木犀まつり」で販売することを目的に、「商品」づくりに取り組んでいるのです。クラフトワーク以外にも、陶芸教室で焼いた器に、盆栽教室の講師の指導で植木を植え込んだ「商品」も



円になって思い切りドラムをたくちにドラムサークル。たくち音がすると自然とみな集まってくれる



あります。これも「銀木屋まつり」で販売したところ、地域住民に大好評で、あっという間に売り切れたといいます。

「クラフトワーク・プロジェクトは、子どもがましにいなレクリエーションではありません。『ほしい』といわれるものをつくろうと取り組んでいます。ここに入居したら、仕事しなくちゃいけない。そんな文化にしたいですね。私は今までさんざん働いてきたから、という方は、のんびり暮らせる老人ホームに入居したらいい。うちは、最期まで自分でできることに取り組んでもらって、看取っていく。そんな場にしたいと思っています」と下河原さんは語ってくれました。

KEY POINT ② 地域の看取りの場の一つとなる

▶ その人らしく看取っていく場でありたい

もともとは、比較的元気な高齢者に、見守りの安心を得ながら生活する場として選択されることが多かったサ高住。しかし、最近では、中重度の要介護者が特別養護老人ホームや有料老人ホームの代わりに、サ高住を選択するケースもふえてきました。「銀木屋」では、2011年の1様

目開設当初から、がんの末期など厳しい状態の人も受け入れています。入居期間は最短だと、1カ月程度のこともあるといいます。

「1カ月だけでも受け入れますよ、というところは、意外にあるようでないんです。病院ではもうみられないけれど、自宅でみるのも難しいという方は、どんどん受け入れなさいといっています」と下河原さん。

一方で、経管栄養などの延命処置を施している人の入居は、断っているのだといいます。

「それは、うちの考え方と違いますから。入居者への意向確認調査を見ても、みなさん、延命治療を行わない自然な死を望んでいます。うちとしては、ご本人の希望を聞きながら、特別なことはせずに最期まで見守っていきたいと思っています」と下河原さんはいいます。

とはいものの、住宅での看取りは、当初、職員にとって大きな不安を伴うものでした。特に、夜勤の時。最期の時が近づき、あえぐような呼吸が始まると、穏やかでいらっしゃれない職員は少なくありませんでした。

「看取りに関しては、研修を行っています。老衰で死に至るまでの過程を学んで、対応を共有しておけば、必要以上に死を恐れることはなくなります。死は誰にでもいつか必ず訪れるもので、特別なものではないこと。我々は生存期間を延ばすことが仕事なのではなく、その方が亡くなる瞬間まで生活を楽しんでいただけるよう支えるのが仕事であること。それを、何度も伝えてきました。今では、みな、プライドを持って看取りに臨んでくれていますね」と下河原さん。

「銀木屋」では、以前、大腿骨骨折で入院した入居者の女性を、退院時に再び迎え入れたことがあります。治療がすんだら療養型医療施設に転院させるといっていた家族を、説得したのです。

経管栄養●口から食べるもの難しくなったときの人工的な栄養補給の方法。鼻から胃まで管を通して人工栄養を注入する「経鼻経管栄養」と、食管に開けた穴につないだ管から人工栄養を注入する「胃ろう」(→P129)「腸ろう」がある。

療養型医療施設●積極的な治療は必要なものの、日常生活に支障のないケアが必要な人を受け入れて長期療養するための施設。介護療養型と医療療養型があり、介護療養型医療施設は介護療養施設の一つ。

認知性肺炎●本業、施設に入るべき食べ物を食べさせられることで、誤嚥による肺炎になってしまったことから起こる肺炎。肺炎は高齢者の死因の第3位となっていました(2014年)。

「退院後、居室に様子を見に行ったら、『宇宙食みたいなドロドロのものを食べさせられているんだ』と怒っているのです。何を食べたいか聞いたら、『お寿司を食べたい』という。それで、少し状態が落ち着いてから、お寿司を食べに連れて行きました。**誤嚥性肺炎**にかかったことのある方でしたから、リスクはあります。でもそのとき、その女性は喜んで2人前食べたんですよ。今ではすっかり元気になり、普通の食事を召しあがれるようになりました」と下河原さん。

病院にいってはまずできない対応です。

「これは少し極端な対応かもしれません。しかし、命を守ることを最優先に考える医療とは違うアプローチが、生活を支える介護にはあると思うんです。食べたいものは何か。やり残したことはないか。本人の望みをかなえる方が生きる意欲につながりますし、職員も支援のしやすいがあります」

これからは医師や看護師ではなく、介護士が家族とともに看取る時代になると、下河原さんは言います。

「家族が自宅で看取るのが難しいとき、病院や施設という選択をするのではなく、地域に『銀木犀』という看取りの場があることを思い出してほしいんです」

「銀木犀」が地域に開かれた存在であろうとしている理由の一つは、ここにあるのです。

KEY POINT ③ 認知症への認識を変える

▶バーチャルリアリティで認知症を体験する

バーチャルリアリティ●コンピュータがつくり出す仮想空間の中で、まるで現実のような体験をさせる技術。あるいはその体験している仮想空間のこと。

「銀木犀」では、2016年から新たな取り組みを始めました。バーチャルリアリティ（VR）の技術を用いて、認知症を持つ人の思いや感覚を疑似体験するプログラム、「VR認知症プロジェクト」です。ヘッドマウントディスプレイ（HMD）

を付けると、目の前に映像が広がります。顔を向けた方に視界が広がり、体験者の周囲360度を見渡すことができます。HMDと併せて装着するヘッドフォンからは、映像に合わせた音声が流れきます。

体験するのは、電車の中で居眠りをして目が覚めたとき、自分がどこにいるのか、どこで乗り換えればいいのかがわからなくなるというシチュエーション。HMDをつけた自分が、電車で座っている認知症のある人の立場になります。ヘッドフォンから流れてくるのは、認知症を持つ人の不安な思い。「ここはどこだろう」「一度降りた方がいいのだろうか」。そんな声を聞きながら周囲を見回すと、本当に電車の中でどうしたらいいかわからず途方に暮れている気分になります。

「認知症の人は異質な人ではなく、自分と地続きにある人だと思うようになった」「認知症の人はちょっと怖いというイメージがあったが、こういうことを考えていました」と、経験として理解できるようになり、認知症への理解が劇的に変わったなど、「VR認知症」を体験した人は、認知症に対する認識の大きな変化を日々に語ります。仮想現実に入り込んで自分自身で体験した感覚が、認知症への理解を深めるのです。

それにしても、なぜ「銀木犀」では「VR認知症プロジェクト」をスタートさせたのでしょうか。それについて、下河原さんはこう語ります。

「たとえば、誰かがカゼをひいたとき、『つらいよね』という言葉がすんなり出てくるのは、誰でもカゼをひいたときのつらさを体験したことがあるからです。しかし、認知症のように脳の変性によって起きる病気の場合、多くの人は体験したことがありません。どんなふうにつらいのか、理解しようと思っても本質的には難しいのです」

だから、認知症の症状は周囲から理解されにくい。つら

ヘッドマウントディスプレイ●頭に装着するディスプレイ。ディスプレイ部分にスマートフォンを接続するものもある。ゴーグルのように着けるもののほか、帽子型などもある。

中高齢者●認知症の中心となり、必ずみられる症状。記憶障害、物語や場所がわからなくなる失認症障害、判断力や理解力の障害、ものごとを実行する能力の障害など。

行動・心理症状●認知症の症状のうち、人のもともとの性格や生活習慣などによって、表れないこともあります。幻覚、妄想、介護抵抗、暴言、暴力、歩き回りなど。

銀木犀●あてもなくうろうろ歩き回ること。認知症を持つ人は、あてもなく歩いているのではなく、自然があって歩き始めたものの、目的を失って歩き続けたり、目的的に歩き続けたり、周囲の人たちが認知症を持つ人の「困り感」を知り、それをいかにして軽減するかを考えることができたら？ 認知症を持つ人は、「暴言」を吐いたり、「徘徊」したりする必要がなくなるのではないか。下河原さんはそう考えたのです。

さにも共感してもらいにくい。認知症を取り巻く問題の一端の原因は、ここにあると下河原さんは考えました。

「VRで、認知症の**中核症状**を疑似体験してもらおうと思ったのは、そのためです。認知症を持つ方たちから世界がどう見えているか。どう感じられているか。それを知つてもらうことで、**行動・心理症状**といわれる言動の背景に何があるかをもっと深く理解してもらえるのではないかと思いました」と下河原さんは言います。

▶認知症への理解を深めて住みやすい町に

「VR認知症」を体験することで認知症への理解が進みば、家族や身近にいる人たちの対応も変わってくることが期待されます。今は、家族も専門職も多くの場合、認知症を持つ人が、戸惑い、困り果ててとなる言動を「暴言」「徘徊」などと呼び、対症療法的に対応しています。しかしそうではなく、周囲の人たちが認知症を持つ人の「困り感」を知り、それをいかにして軽減するかを考えることができたら？ 認知症を持つ人は、「暴言」を吐いたり、「徘徊」したりする必要がなくなるのではないか。下河原さんはそう考えたのです。

「体験会をやってみて感じたのは、専門家であっても認知症に対する理解が不十分だということです。ましてや一般の方たちが、身近にいる認知症を持つ人ことを一生懸命理解しようとしていたとしても、それはなかなか難しいことだと思います。世の中にいる、たくさんそういう人たちに、ぜひ『VR認知症』を体験してもらいたいんです」

「VR認知症」は、2016年11月現在、**レビー小体型認知症**を持つ人が監修して作成した最新のプログラムを含め、4本が完成しています。

「『VR認知症』は、『銀木犀』を核に地域の人たちを集めることができる映像コンテンツです。新しいプログラムが

できるたびに、定期的に体験会を開催していくことによって、地域の人たちの認知症に対するまなざしが変わっていくのではないかと期待しています。そうすれば、その地域は、認知症を持つ人だけでなく誰にとっても、今よりもっと住みやすくなると思うんです」と下河原さんは言います。

「VR認知症」への反響は大きく、「銀木犀」には高齢者施設、企業、学校など様々なところから、体験会を開催してほしいという依頼が殺到しています。

「たとえば、地域の人を招いた体験会を開催するという条件で、高齢者施設にこのプログラムを貸し出すことも始めています。そうやって、地域の人たちへの認知症についての理解を深めていきたいですね。そんな活動を全国的に広めていくような流れにできればと思っています」

地域包括ケアとは地域コミュニティの再生だ、という下河原さん。イベントを開催し、地域の人を招き入れることで地域コミュニティをつくっていく。その一方で、VRというツールを活用し、認知症への理解を広めていく。「銀木犀」は、そうすることできクロからもマクロからも、住みやすいコミュニティづくりを進めていこうとしているのです。



VR認知症では、認知症を持つ人が感じる不安や恐怖をありありと体験できる

レビー小体型認知症●本物のようにありあり見える幻覚や、パーキンソン病と同様の震に対する過敏性、歩行の不安定さなどを特徴とする認知症。アルツハイマー型認知症、脳血管性認知症において多い。

支え合うひと・まち・コミュニティ

地域づくりのトップランナー
10の実践

多職種連携から
統合へ向かう
地域包括ケア

著●宮下 公美子
(介護ライター)