

誰のためのなんのための自然観察？

地域共生ケア拠点から広がる！
認知症を理解し、五感を使ったケアを目指そう！

グループホームせせらぎ・小規模滝のホームほたる
熊本県 認知症介護指導者・自然観察指導員
高橋 恵子

自己紹介

私は阿蘇のお花と利用者とスタッフの笑顔に癒されます。



自然観察指導員（自然観察くまもと）
東北福祉大福祉心理学科
認知症介護指導者
小規模ケアアドバイザー
介護労働安定センター
（ストレスケア担当）

今日は認知症のことも少しと、
地域福祉・地域共生型の観察会
にことまご紹介いたします。

地震などの自然災害に際し、認知症の人をどう支える？
スタッフとともに必死に行きた日々
ある日、ろれつが回らないようになっていました。

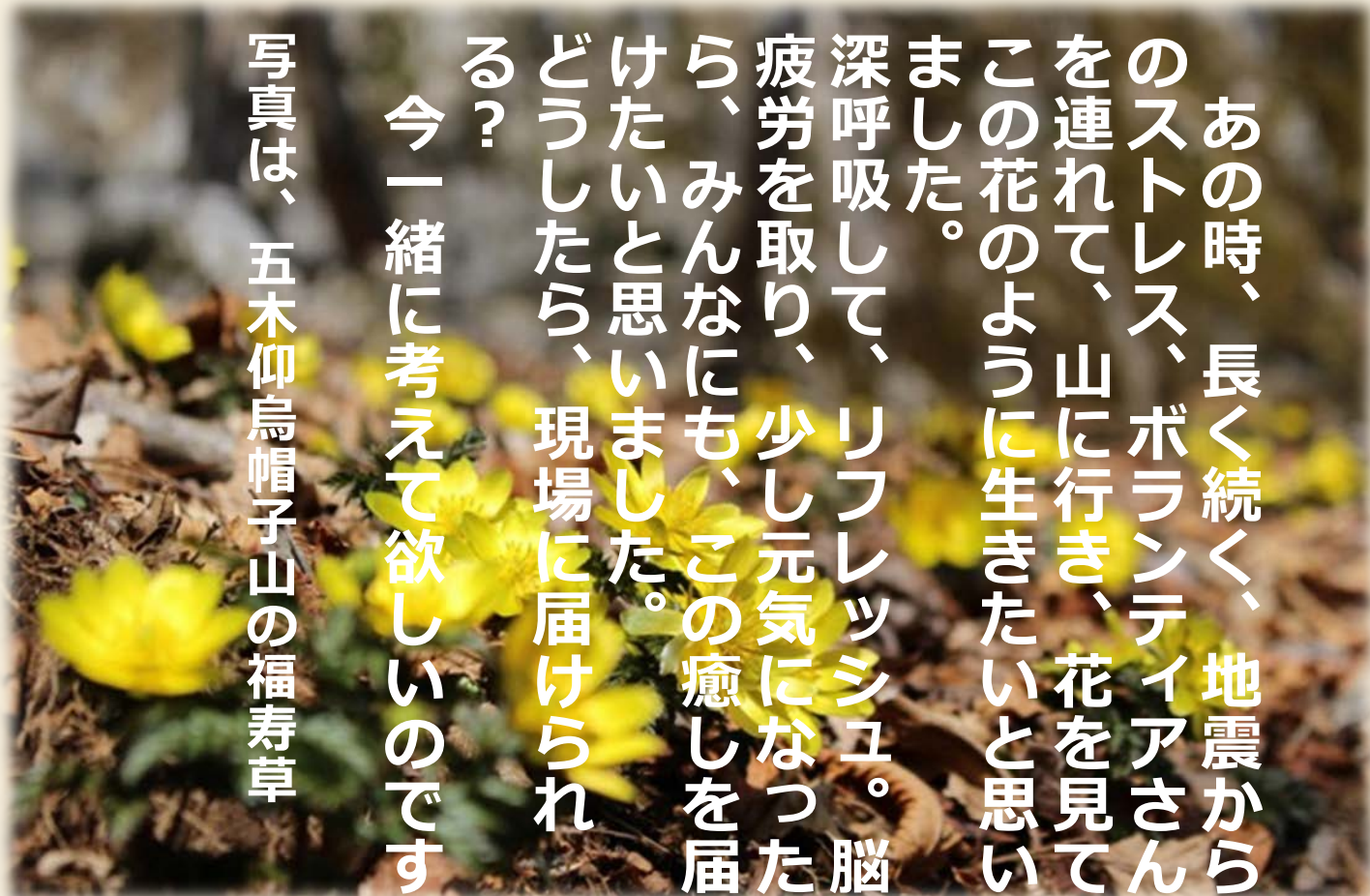


まずは、私が笑顔でいたい。
で、あなたも笑顔にしたい。

あの時、長く続く、地震からのストレス、ボランティアさんを連れて、山に行き、花を見て、この花のように生きたいと思いました。
深呼吸して、リフレッシュ。脳疲労を取り、少し元気になったら、みんなにも、この癒しを届けたいと思いました。
どうしたら、現場に届けられる？

今一緒に考えて欲しいのです。

写真は、五木仰烏帽子山の福寿草



じっと、座っていて？

何もせんで、すわっとってください。

歩くと、危なかよー。

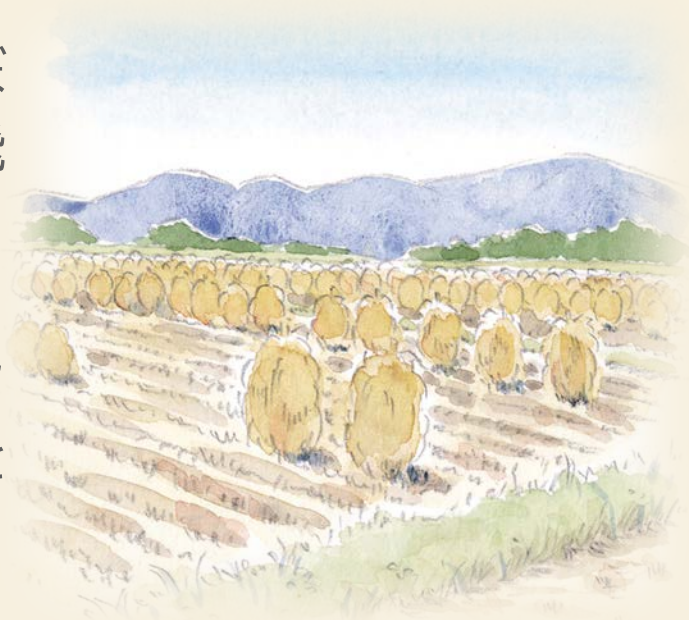
触らんで、片付けますね。

出て行かんで、ここにおって。

家に帰りたい気持ちにさせているのは誰？

稲刈りの頃 あなたと歩くと思いの散歩に 自然の中で、回想する認知症の人

- 稲刈りの季節、甲佐町の黄金色の田んぼを渡る風や、秋茜が気持ちよさそうに飛ぶ姿が大好きです。
- この季節には、ある認知症のおじいちゃんを思い出します。認知症があって、夕方にはよく混乱して、黙って、ホームを飛び出していきます。



秋の歌　いくつ歌える？

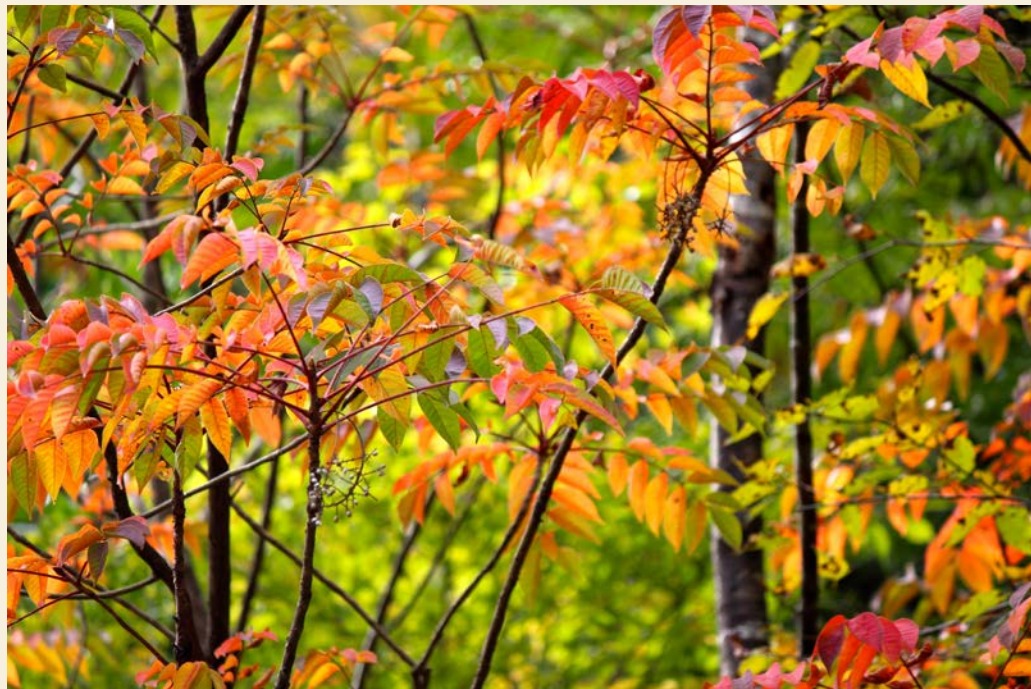
だれかさんがだれかさんがだれかさ
んがみつけた
ちいさい秋ちいさい秋ちいさい秋み
つけた

めかくしおにさん　てのなる方へ
すましたおみみに　かすかにしみた
よんでるくちぶえ　モズの声
ちいさい秋ちいさい秋ちいさい秋み
つけた

おへやは北向き　くもりのガラス
虚ろな眼の色　溶かしたミルク
わずかな隙から秋の風

むかしのむかしのかざみの鳥の
ぼやけたトサカにはぜのは一つ
はぜの葉赤くて入日色

虫の声　もみじ　里の秋
どんぐりころころ



自然を嗜む：日常のケアに生かす・ 重度の人の枕元にも



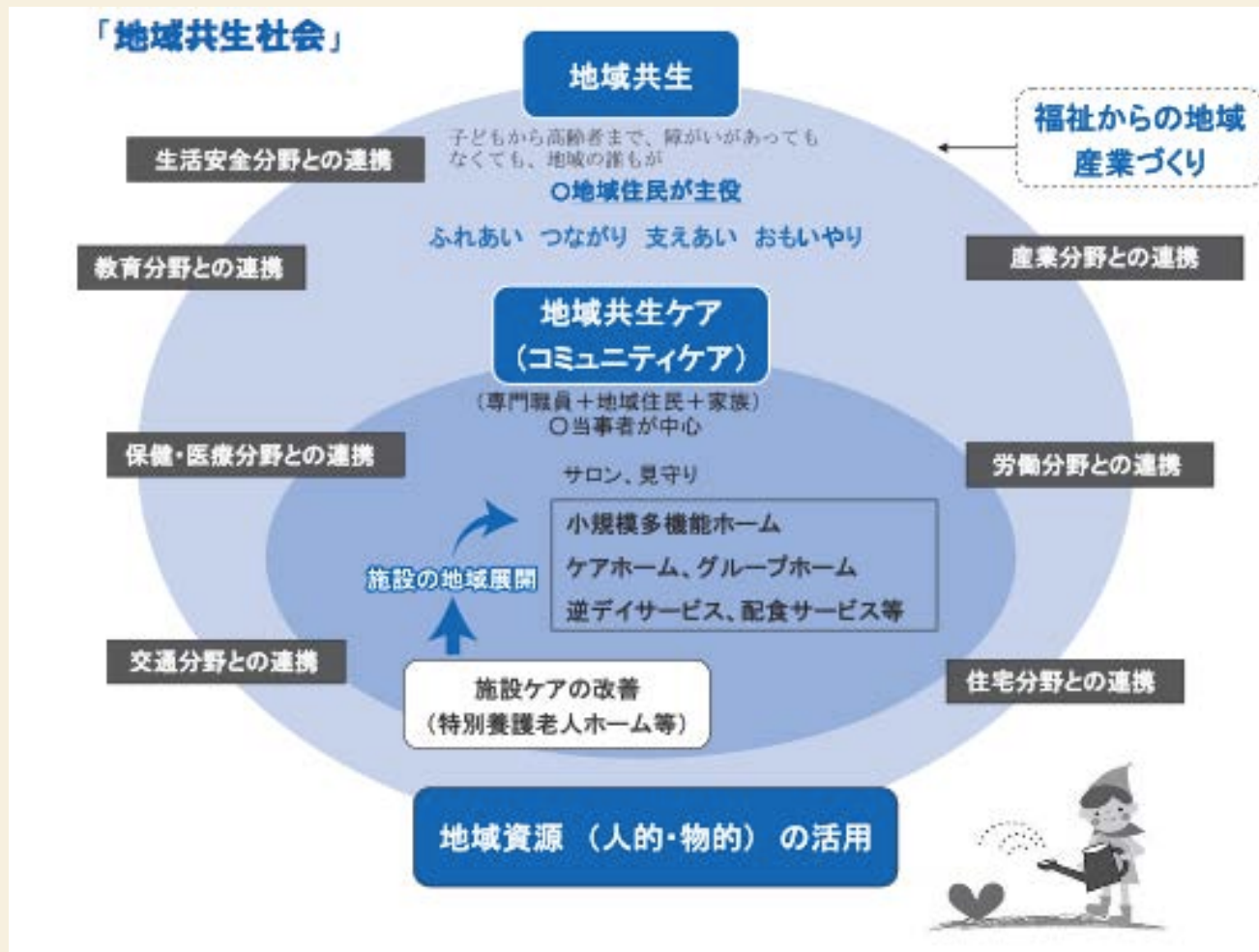
介護現場では、
一緒に感じて、一緒にお話して
一緒に歌う WITH：共感しながら



目指せ、介護現場のジェネラリスト

- **generalist とは？**
- **specialist or generalist ？ではない。**
- **万能家、何より、人生を楽しめる人！**
- **知識だけじゃつまらない！**
- **目の前にある花や季節の話題もなしで、ケアの対象者の顔色だけ見て去っていくのか？**
- **ゆとりのない現場、ゆとりのない会話でいいのか？**

体験が少ない介護職：自然体験は
小学校の時まで



熊本県「地域共生社会」

熊本県から全国への広がり
ふれあい つながり 支え合い 思いやり



環境を守り、 地域を一緒に盛り上げる活動



小規模多機能ホームほたる

通い・訪問・泊まり・病院送迎・配食サービス・地域共生拠点



自然と親しむ 認知症高齢者・一般のファミリー対象の コラボ企画として

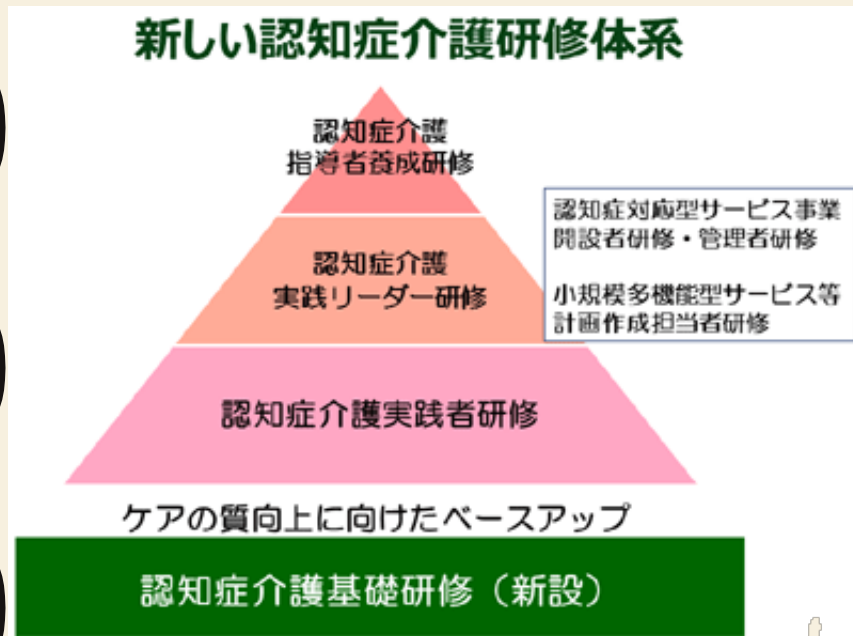


インタプリター 自然観察でも認知症介護でも、通訳者 としての重要性は大切

指導者養成講座では、

「トレーナー:講義・演習の
企画及び実践者」「プラン
ナー:研修カリキュラム作成
者」「スーパーバイザー:職
場における教育・指導者」

「インタプリター:地域にお
ける認知症介護の理解の向
上」に関する知識・技術を学
習する



東京の認知症介護研究・研修セン
ターでも観察会を開催！
現在効果検証中！



参加者の感想

- 観察会に参加したあと、自然の方が迫ってくる感じでびっくりした。
- 自分は、鼻が詰まっていて臭わないと思っていたのに梅の花が咲いていると匂いが漂っていることに気がつくようになった。
- 小学校までしか、自然をしっかりと観察したことがない。
- 木の株が、語りかけてくるような体験！
- 介護にもっと活かせるのではないかな？
- 一体これは何か？自然に触れて感覚器官が覚醒する？？
- 情緒が目覚める？？

全国に散っていく認知症介護指導者は、 認知症介護実践者研修の講師役です！



アイデアは広がりますが、
指導員のサポートが必要
です！
またどう繋げるか？

認知症ケアと自然観察会の コラボレーション



- 自然観察会の人々が、認知症や介護に対して興味を持ち始めている。
- 自然観察会に集まる人は幅広い。：大学・高校・小学校教諭・薬剤師・農家・自然愛好家→今まで私たちが出会わなかった人たちに出会う！
- 自然観察に認知症サポーターを導入して、認知症の人を連れてきてもらうのはどうか？
- 施設の庭で、自然観察指導員を呼んで観察会を開いてはどうか？
- 各県に自然観察指導員がいる・博物館やビジターセンターにも依頼すれば、きてくれる指導員がいる。→ケア現場で楽しい観察会を企画するチャンス！

自然観察・認友活動のコラボで、多様な人材が双方の良さを学ぶチャンスに：ジェネラリスト育成企画



どう楽しむ？自然観察会



かるたしてみよう！
認知症の人となら、どうつかう？



地域密着・地域共生拠点として

熊本県の農福連携
地域共生関連の助成金もフル活用！



自然観察の有効性

（介護現場で学ぶことの有効性から）

- 地元の自然や地質を知る：地域密着型サービス・共生ケア拠点として地元の歴史や自然を知る
- 地元の地形を知る：災害対策として、周辺の森や川、水脈、地質を見る
- 自然と親しむ 1：自身やスタッフのストレスマネジメントとして
- 自然と親しむ 2：認知症高齢者と子供達のコラボ企画として、サポート役を楽しむ 一石二鳥企画、しかし仲間が必要！
- 自然を嗜む：日常のケアに生かす・重度の人の枕元にも
自然観察・認友活動のコラボで、多様な人材が双方の大切さを学ぶチャンスに：ジェネラリスト育成につながる
- 自然を守ることは、本来、人間の使命：不必要の人工物や河川や田畑の汚染、生物多様性の重要性を知り、未来志向で考える。（沈黙の春）

都会だから「自然に親しめない」はうそ

- 自然観察指導員は、50センチ四方の箱庭でも、雑草でも、観察し、楽しめるという。
- ということは、どこでも自然を楽しめる。
- 雑草という草花は、ない。
- だれかが観察して、だれかが、名前をつけている。
- 道端に咲くハルジオンさえ、ヒメジョオンと比較して楽しいし、オオイヌノフグリは、別名：星の瞳。

歳を取っても、認知症になっても、
いつまでも、少女のような感性が
残っています！



あちらこちらで！ 介護教育：癒し分野



人と人の繋がりがあってからこそ 自然観察・会！



**自然・文化・人をつなぐインタープリテーション
介護と自然観察のミッションは近い！**

**ご協力いただきましたNACS-Jのスタッフ、指導員、自然観察く
まもと、大分の指導員、認知症介護研究・研修センターの皆様
ありがとうございました！**