

「マイケアプランを体験してみよう！」

マイケアプランフォーラムを開催して

島村八重子 全国マイケアプラン・ネットワーク

■利用者が主体的にかかわることの大切さ

全国マイケアプラン・ネットワークは、さる7月8日(土)、東京・池袋においてフォーラム「マイケアプランを体験してみよう！」を開催しました。

介護保険が始まった2000年以来6年間、私たちは利用者として内側から制度を見てきました。そして、ケアプラン作成に利用者が主体的にかかわることの大切さを実感してきました。

自分でケアプランを考える過程では、自分の生き方を問い直し、今後どう暮らしていきたいかを考えるという作業が必要になってきますが、これはその人自身にとって、いつまでも人生の主役であるために、これからの暮らしを豊かにするために、絶対に必要なことです。

また制度的な側面から言えば、利用者がいつまでも「最も制度に不案内な人」であるうちは制度も成熟できませんが、自分でケアプランを立てることで「賢い利用者」が増えれば、行き詰まった制度の突破口になるかもしれません。

4月からの改正介護保険で、厚生労働省からは「自己作成は利用者本位という趣旨からいえば当然保障されるものである」という通達が再三出されています。

全国マイケアプラン・ネットワークにも、「そういう方法があるのなら、自己作成をしてみたい」「自己作成こそ介護保険の趣旨にあっている」などの前向きなお問い合わせをいただくようになり、自分でケアプランを立てることへの関心が高まってきているのを感じます。

しかし一方で、改正の中にケアマ

ネジャーの担当件数制限や予防ケアプランの委託8件までという内容が盛りこまれたことから、ケアマネ難民(ケアマネジャーに出会えず利用者にならない人たちが)取りざたされるようになり、その角度からの、「自己作成」への関心も高まっています。

これは、私たちが「マイケアプラン」と呼んでいるものとは少しかけ離れ、サービスを利用するためのとりあえずの受け皿として、受け止められているような気がしています。

「自己作成をすれば使いたいサービスをそのまま通すことができる」「ケアマネが見つからないから形だけ自己作成でサービス事業者を立ててもらおう」、こういった声が少しずつ耳に入るようになりました。

そこで、「方便としての自己作成ではなく、マイケアプランの本質を知ってもらおう」という意図でこの企画を考えました。

■ケアプランを考えるワークショップから始めました

当日は、北海道から鹿児島まで全国から定員いっぱい101人という参加者を得て、改めてマイケアプランへの関心の高まりを実感することができました。

フォーラムはワークショップから始めました。事例をもとに各グループで擬似家族になり、糸野ヨネさんという82歳の主婦の介護予防ケアプランを考える第1回目の話し合いという設定です。

本人、娘、息子、娘の夫、甥、近所の人、孫など、10人の登場人物になりきり、それぞれが①糸野ヨネさんらしさ(いいところ)、②こんな風に暮らしてほしい、③私はヨネさん

のためにこんなことができる、④心配なこと、役に立つ提案(本人のヨネさん役は、①私らしさ、②こんな風に暮らしていきたい、③自分でできることできないこと、④心配なこと)をワークシートに書き込んでから話し合い、今後の介護に対する方針や方向性を共有していくという過程を体験してもらいました。

終了後、10グループそれぞれから、どのような問題が出てきたかを発表してもらいましたが、10グループで、それぞれまったく違った視点から話し合いがなされていたことがわかりました。

今回の話し合いで出されたのは、糸野ヨネさんがもつインフォーマルな資源です。この後、介護保険などの公的資源を選択肢に加えて、ヨネさんのケアプランが検討されることになりますが、時間が足りず、どのグループもそこまでたどり着かなかったのが残念でした。

■「介護の社会化」の視点を忘れずに

介護保険が始まる前は、介護における資源は家族が主でした。それも適材適所という視点はなく、嫁や娘など関係性のみを根拠とした資源でした。

介護保険が始まって「介護の社会化」がうたわれるようになり、「介護は家族が担わなくてはならない」という決めつけは改められるようになりました。

しかし一方で、今度は公的なサービスのみで介護を支えるという風潮が強くなり、家族や近隣といったインフォーマルな資源が活用されなくなってきたような気がします。

介護の社会化という視点で考えるならば、家族も近隣の人も、さらに



●参加者にはケアマネジャー、地域包括支援センターの職員など、現場の専門職の方が多く、こうした人たちにマイケアプランの理解者が増えていくのはとてもうれしいことです。

は介護を受ける本人も、皆、社会資源の一部だと思っています。嫁や娘という関係性を根拠とした古い考え方ではなく、社会資源という新しい発想から、家族や近隣の人の力も公的資源と同列の選択肢に入れることで、介護力は倍増するのです。

マイケアプランを考える時にまず行なわなければならないのは、その人が持つ資源をすべて挙げることです。公的な資源、地域にあるボランティア活動などの資源、さらに親族や近隣関係などのインフォーマルな資源、それらをすべて同等の選択肢として考え、その中からどのサービスを選ぶかは本人です。

公的なものの優先にすると、家族が第一義とか、画一的な尺度ではなく、「その人がその人らしく暮らすためにはどのサービスが最適か」が、選択の物差しになります。そのために、「その人らしさとは何か、どのように暮らしていきたいか」という振り返りが、マイケアプランの鍵となるのです。

■自分の生き方や暮らしを考えるきっかけになった

ワークショップのケースでは、ヨネさんにはたくさんのインフォーマルな資源が集まりました。実際にはその半分も持てない人が多いはずで

当日の会場からは「ヨネさんは恵まれている」という声も挙がりました。でもそれは、そういう人生を歩んできたヨネさんだからです。

だから、私たちも今のうちから自

分の生き方や暮らし方を、きちんと考えていかなくてはいけない、そう思うのです。

コーディネーターの立正大学教授・國光登志子氏が進行役を務め、コメンテーターとして参加くださった厚生労働省振興課長・古都賢一氏、日経新聞編集委員・浅川澄一氏、日本介護支援専門員協会常任理事・山田圭子氏もグループワークに加わり、発表後感想を述べてもらいました。

古都氏は、「利用者が主体的にケアプランを立てることが広がってほしい、マイケアプランの輪に期待する」、山田氏は「ケアマネジャーに依頼しても、自己作成でも、スタートラインはこの話し合い」という感想、浅川氏は、公的介護保険を絡めた話し合いがなされたグループがほとんどなかったことから、「家族介護に目が向いており、時代に逆行しているのでは？」と辛口のコメントを述べました。

これに対し國光氏は、「公的サービス以前に、本人・家族でよく話し合い、できること・できないことを整理して、方針を共有する作業を丁寧に行なうことが、マイケアプランの第一歩」と説明しました。

■誰もが選べる自己作成へ

回収したアンケートには、ケアプランの原点にふれたという感想を書いてくださった方が多く、参加者それぞれが、ワークショップで自分の問題として考える中で、ケアプランを立てるということについてより深

く考えるきっかけになったのではないかと自負しています。

なお、厚生労働省からは、会場で自己作成する場合の手順について、資料が配られましたが、そこには、「自己作成がケアプランを立てる際の2つの道のうちの1つである」という位置づけが示されていました。

自己作成が特別な人の特別なケースではなく、普通の人々が普通に選べるようになり、それぞれが、自分の生き方や暮らし方をベースにしたケアプランを立てられるようになる時の到来を予感させてくれるフォーラムでした。

島村八重子●しまむらやえこ
全国マイケアプラン・ネットワーク
<http://www.mycareplan-net.com/>