

魔法の medicine プロジェクト 活動報告書

報告者氏名： 藤原一秀 所属： 就労継続支援 B 型事業所エルピス・ワン 記録日：2021 年 2 月 10 日
キーワード： 環境制御、ひとり暮らし

【対象者の情報】

- ・年齢 55 歳
- ・障害名 肢体不自由
- ・障害と困難の内容
ヘルパーや訪問看護などのサービスを利用してのひとり暮らし
キーボード、マウスの操作はできないが、ベッド上に設置したタブレットは使える
友人とのつながりはネットが中心

【活動目的】

- ・当初のねらい
 - ①安定した生活を維持する
 - ②支援機器を活用し、新たな目標に向かう
- ・実施期間 令和 2 年 4 月～12 月
- ・実施者 藤原一秀 協力研究者 勝原勇希 池田絵梨子 板垣静香
- ・実施者と対象者の関係 高校時代の友人

【活動内容と対象者の変化】

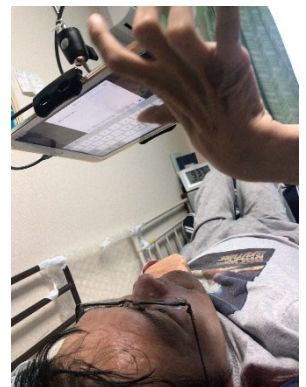
・対象者の事前の状況

一昨年、7年暮らしていたサービス付き高齢者住宅を出て、ひとり暮らしを開始。
自分のペースで生活し、できれば何か仕事につながる活動をするを目標としていた。
食事は主に好きな物をコンビニで買い、運動は一日一回の電動車いすでの買い物程度。

ひとり暮らし1ヶ月で体調を壊し、毎日耐え難い腹痛。

その上、特に夜間は助けを呼ぶ相手も、連絡手段もなく、不安と孤独の苦しみに耐える日々だった。

その後、管理栄養士による食事メニュー改善、OT による日々の体操プログラムなどが実行され、体調は安定した。



スマートスピーカーを活用し音声による照明・エアコン・ラジオのON・OFFが可能になり、さらにベッド上にiPadを設置し好きなときにFacebookへの投稿や、YouTube・テレビの視聴が可能となった。

「高齢者施設を出て自由なひとり暮らしをしたい」という目標は小さい意味ですでに達成している。

毎日、複数の福祉・医療サービスを受けながらの生活は、朝から夜までスケジュールが決まっていて、想像以上に人の出入りが多い。そのスケジュールを実行することが「日常生活」となっている。

訪問リハビリや、訪問看護のない休日は「たまに遠出したいが、基本的には家でゆっくりしたい」と言う。

「働きたい」「誰かの役に立ちたい」「もうひと旗上げたい」と日々思っているが、55歳を過ぎこれから目標に向かって努力する具体的な行動はない。

・活動の具体的内容

《機器による生活支援》

iPad、スマートスピーカーにより、これまでヘルパーに依頼していたことが自分でできるようになった。
特に夜間ヘルパーがいなくても、照明を付け、好きなテレビ・ラジオを視聴し、体調に合ったエアコンの温度調節がいつでも可能となっている。
Facebook への投稿や、友人へのメッセージ送信もヘルパーに入力を頼むこともなく、いつでも自分でできるなど、支援機器は自由なひとり暮らしを支えた。

《すぐに依頼から、自力で解決へ》

支援機器を用いることで、自分でできることは増えたが、機器が故障すれば不便と不安が一気に増大した。

⇒ 「Google (HOME)がおかしい、修理に来て」「寒くなったけどエアコンが動かない」




また日常のトラブルに、SNS で助けを求めることが増えた。

⇒ 「枕もとのペットボトルがベッドの下に落ちた」

友人が「安易に助けに行っても、何も解決しない」と考え、できるだけ訪問しない支援を実行した。

・対象者の事後の変化

○依頼と、対応と、結果の一覧

F 氏からの依頼	友人としての対応	結果
Google (Home)がおかしい 「すぐ直しに来て」	ヘルパーが来るまで待つ、電源を一度切って再起動を指示	すぐに直す
深夜に「枕もとのペットボトルがベッドの下に落ちた。のどが渇いて死にそう。」	助けには行かず、その日の夜からペットボトルを2本用意するようアドバイス	現在、昼夜を問わず枕もとにはペットボトルが2本 
(リモコン)照明が消えなくなった 	SwitchBot (壁スイッチをリモコンする機器)の電池切れと予想 電池を買って訪問したが、次回に備えて、Amazon で電池を購入できるよう電池の型番を教え、ヘルパーに交換を依頼できるようマニュアルを用意	その後、電池が切れても自分で電池を注文し、ヘルパーに交換を依頼し解決している
ネットワークが繋がらない 	ネットワーク機器の白い箱と黒い箱のリセットを試みさせた それでも回復しないので電話会社に連絡を指示	iPhone の操作はできないが、ヘルパーに電話連絡を依頼せず、iPad と iPhone を連携し自力で電話を発信。 電話会社に修理を依頼した。

F氏からの依頼	友人としての対応	結果
<p>テレビが見えない。 「自分で購入するので、テレビチューナーの型番を教えてください。」</p>  <p>破損個所の写真が送られてきた</p>	<p>写真を見る限り、まだ使えそうなので修理方法を説明</p> <p>「アンテナ線を挿して、テープで巻く。普段動かす場所ではないのでこれで大丈夫」</p>	<p>ヘルパーに依頼して修理完了</p> 
<p>天井間接照明の不調 「すぐには困らないので、次に来た時コンセントが抜けていないか確認してほしい」</p>	<p>一週間後訪問したときコンセントの抜けを確認した。</p>  <p>コード類を床置きにしたことが根本的な原因</p>	<p>以前なら、壊れたらすぐ「壊れた、直して」のメッセージが送られてきたが、</p> <ul style="list-style-type: none"> ・間接照明はなくても困らない。 ・きっとコンセントが抜けている。 ・次の機会に直してもらえばいい。 <p>との落ち着いた判断。</p>
<p>朝、自分でカーテンを開けたい</p> 	<p>スマートスピーカーで音声操作が可能な SwitchBot カーテンを設置</p> <p>本来は定期的な充電が必要だが、電池残量を気にせず使えるようにするため電源常時接続</p> <p>スマートスピーカーの故障に備えて、EchoSpot と GoogleHome の両方で操作できるようにした</p>	<p>F氏曰く 「故障してもそれほど困らない」</p> 
<p>Google (Home) がおかしい 「リセットしてもだめなので、しばらく待ってみる」</p>	<p>返事せず</p>	<p>F氏曰く 「知らない間に直った」</p>

【報告者の気づきとエビデンス】

支援機器が故障すると「寒い夜にエアコンが操作できない」など、F氏にとってはつらいこともあったと想像できるが、「安易に助けに行かない」、「解決する方法を伝える」ということを続けたことで、「来てもらわなくてもアドバイスを受ければ解決できる」⇒「自分で落ち着いて考えれば解決できる」⇒「何かあっても何とかなる」⇒「気持ちの余裕」とつながった。

最近では2ヶ月に1度程度、日帰りの旅行の運転手を頼まれる以外はほとんど訪問することは無くなった。

その後も機器の不調の報告はあるが、F氏が自力で対応している。

孤独を訴えることもない。

Messengerには、毎日「おはよう」と「おやすみ」だけが送られてくるそれだけでF氏が安定した生活を送っていることを感じる事ができる。

