

## 17

## 介護を受ける方に寄り添うには？

Q

こちらが「よかれと思って」やっていることが、介護を受ける方の気持ちを傷つけているかも？と不安に思うことがあります。どのように寄り添い、どこまで手助けをするべきでしょうか。[60代]



A

介護では、介護を受ける方の価値観や意思を尊重し、人としての尊厳を損なわないように支援していくことや、ご本人が「今できること」を維持・向上できるようサポートすることが大切とされています。具体的なポイントをみてみましょう。



### 身体面でのポイント ～自立のために～

忙しい日々の中で介護をしていると、効率重視になってしまい、ご本人ができることまで手助けしてしまうこともあるかもしれません。しかし、身体面の支援では、食事や運動など「ご本人が行う活動を可能な限り尊重すること」が大切です。必要以上の手助けは、自立を妨げ、今ある身体機能を衰えさせる可能性があるからです。どこまで介助をすればよいかわからない場合は、ケアマネジャーに相談してみましょう(→13)。

### 精神面でのポイント ～尊厳を守るために～

介護を受ける方の尊厳を守るためには、「ご本人の感情や価値観を理解し尊重すること」が大切です。介護をする方が主体となって判断したり、行動したりすることが必要な場面もあるかもしれませんが、介護を受ける方がこれまでの人生で築き上げてきた価値観や、「こうしたい(したくない)」という想いを尊重しましょう。もちろん、介護をする方の感情や価値観も同じくらい大切です。つらいときはプロに任せて少し距離を置くなど、ご自身も大切にしてください。

### 組合員からのアドバイス!

介護を受ける方には、これまで生きてきた人生があります。その方の価値観や大切にしていることを受け入れ、柔軟に接することが必要だと感じました。[40代]

