

# 生活の目標と生活ニーズの考え方

## 生活の目標とは

希望する生活を実現するための具体的な達成目標のこと。

望む生活・望む人生を具体的に表現したもの。

## 生活ニーズとは

生活の目標に到達するための条件、維持・改善を必要とする状態から導かれる具体的な課題のこと。

## 生活の目標と生活ニーズを考える意義

自立支援とは、高齢者が自らの有する能力を最大限に活かし、自らが望む環境で、人生の尊厳をもって過ごすことが出来るように、身体などが不自由になってもその人なりの生活の仕方を続けていけるようにすることです。

利用者が望む生活をするための支援をするのがケアマネジャーですから、利用者自らが望む生活を実現するための「生活の目標」を立て、希望する生活を実現するための目標達成のプロセスを示し、条件を整備していくことが必要となります。この目標達成のためのプロセス、条件整備をするために必要となる具体的な課題が「生活ニーズ」です。

障害や病気や高齢で介護が必要になると、「これまでは自分でできたのに今は自分でできない」「これまでの生活が悪かった」「家族に迷惑をかけて申し訳ない」「〇〇したいなんてわがまま言えない」など考え方が否定的になり、将来に対して希望が持てなくなりがちです。

現実との差異を確認しながら、否定的な将来像へと結びつけるのではなく、どのような生活がしたいのかを肯定的にとらえる「生活の目標」を設定することで、利用者自身が主体的に取り組むべき内容と方法が見えてきます。

## 希望を聞くということ

利用者に希望を聞くと、「〇〇をしたい」という生活に対する希望ではなく、「〇〇できないので困っている」「〇〇できないのでヘルパーに来て欲しい」「〇〇だから施設を利用したい」というように、生活の希望ではなく、生活の手段であるサービスなどを希望として訴えられることが多々あります。

そうした場合に、ヘルパーの利用が本人の希望だと捉えてサービスの利用を目標に設定する

のではなく、「なぜヘルパーの派遣を希望しているのか」を考え、その先にある「旅行がしたい」「将棋が指せるようになりたい」というような、訴えの先にあるであろう本人の思いを聞き取り、あるいは汲み取って、それを目標に設定することで、利用者が陥ってしまった「〇〇だから〇〇できない」というネガティブな思いを、「また〇〇できるようになる」というポジティブな思いに変えることができます。そうすることで、利用者が自らの障害や現実を受け止め、前向きに生きていこうとする意欲を引き出すことができます。

### 生活の目標と生活ニーズからケアプランへ

利用者の望む暮らしを実現するために、ケアプランを作成する際には、利用者の将来の展望を考え、そのために必要な課題は何かを分析し、それを解決するための手段としてサービスを考えていく、というプロセスを辿っていくこととなります。

そのためには、まず「生活の目標」と「生活ニーズ」を考え、「生活の目標」がサービス計画書第1表「利用者及び家族の生活に対する意向」「総合的な援助の方針」に反映されているか、「生活ニーズ」がサービス計画書第2表「生活全般の解決すべき課題（ニーズ）」に反映されているかを確認します。ただし、導き出された多くの「ニーズ」と思われるものの中には、「長期目標」や「短期目標」であったりするものもありますので、ケアプランを作成する段階で、「ニーズ」「長期目標」「短期目標」のどれにつながるかを整理し、対応するそれぞれに反映させていくこととなります。

### 国際生活機能分類(ICF)の考え方

利用者の現在の生活を理解し、望む暮らしに近づけていくためには、利用者の生活のどの部分を支えればよいかを考える必要がありますが、その際に、有効な手法、手段として国際生活機能分類(ICF)の考え方が参考になります。

利用者の現在の状況を、「健康状態」「心身機能・身体構造」「活動」「参加」というように、健康状態や身体状態、個人レベルでの生活上必要な行為や活動、他人との関わり合いのある社会的な出来事や役割を果たすことなどに分類し、また、「環境因子」や「個人因子」のように、その人の置かれている社会的な環境や、これまでの生活歴や性格など、その人の背景全体を考え、そうして一つひとつ分類していくことで、利用者にとって何が問題になっているのか、それぞれの活動の妨げになっているものや制約されているものは何なのかが具体的に見えてきます。

こうして分類された「活動」が「生活ニーズ」に、「参加」が「生活の目標」に結びついていくよう考えていくことで、より明確に利用者の望む暮らしのあり方をイメージし、どう援助すればよいのかが見えてきます。