

せいりょう園

[発行] 社会福祉法人はりま福祉会 特別養護老人ホームせいりょう園

〒675-0016 兵庫県加古川市野口町長砂 95-20 TEL 079-421-7156 FAX 079-421-6422

平成23年 5月 第123号 年間購読料1,000円(1部100円)

メール seiryoen@bb.banban.jp ホームページ <http://www.seiryoen.or.jp>

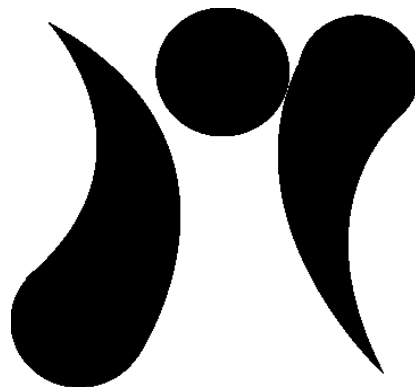
介護が変われば制度が変わる、そして介護報酬も

『津波がきたら、てんでに逃げろ』昔から何度も津波に襲われた東北の沿岸地域に残る、先人からの言い伝えです。3月11日に東日本を襲った地震と津波で、死者と行方不明者を合わせて約3万に近い命が一瞬に消えました。其のおびただしい数の『死』に応じて復興に向かう為に、今ここで『人の死』の持つ意味と価値と役割をしっかりと認識し、残った人々の生きる力を取り戻し、未来に希望をつなぐ必要があります。津波では一瞬の判断が生死を分ける境目となり、『てんでに逃げろ』は、生き延びた人々に『てんでに生きろ』と言っているようにも聞こえます。平穏時での助け合いの意識が、緊急時では共倒れにつながる事を、厳しい現実が教えています。

介護の現場では今、多くの高齢者が人生の最終場面で右往左往し、生活の主役から降りて、病院で最期を迎えます。多くの方が、死を避け得ない事は知りつつ、避ける努力をする事しか頭に浮かびません。予防を重視して心身機能の維持改善を目指す介護保険制度の下で、関係者に死を遠ざけようとする意識が強くなり、死を避ける努力をしてきた中での死は、敗北と絶望でしか在り得ません。ご本人にとっての意味も価値も役割も見い出せず、死者に応じて生きる事も、暮らしを引継ぐ事も出来ず、社会の断絶を招いています。高齢化の裏側で、少子化が急速に進んでいます。

『楢山節考』が描く貧しい農村では、一家と集落の存続を願って山で死を待つ姥に応じて、子や孫が姥の暮らしを引継いでいます。『姥の死』は敗北ではなく、子や孫の生きるエネルギーを生み出す、希望の営みです。その様にして全国各地で死者に応える命の営みがつながり、今の日本が存続しています。

(次ページへつづく)



(前ページのつづき)

高齢者は自然の摂理に添って必ず、要介護になり、重度化して、死を迎えます。高齢者介護の現場では、少数ではあっても自然な姿で看取られるお年寄りが存在し、老いて完結する生命の自然な営みの中で、『不思議な生命力』を実感する場面に遭遇します。人間の叡智を超えたその『不思議な生命力』を感じるとき、人の命も自然界の営みの一つである事に気付き、巨大な地震や津波を生む自然界の力を畏敬する心に通じ、人と社会と文明を自然の一部と観る視点につながります。老いて死に向かう生活を、自然現象の一つとして観るとき、それは次の世代に命をつなぐ、希望の営みとなります。

老いて死を目前に控え、限りある命を懸命に生きるのが、老いの命の自然な営みです。要介護になって、重度化して、死を迎える命の懸命な営みが、子や孫が死者の想いに応える途を開き、次の世代の生きる力を引き出します。

この度の地震と津波を契機に、老いと死について根本的に議論し、老いて懸命に生きる命と暮らしを支える介護保険制度へと、大きく転換する時期が来ているように思います。

介護予防を主眼として、老いに抵抗し、死を遠ざける暮らしを支える為の介護保険制度から、自然の摂理に添い、遺伝子情報が伝える命の営みに従って老いを生き、死を受け入れる暮らしを支える介護保険制度へと転換する時、社会の意識が大きく変わるように思います。予防重視の下で保険の給付額が、高齢者医療に17兆円、高齢者介護に8兆円。今支払っているその巨額な費用が、未来を暗くしています。

老いの過程は、長い生活経験で培った感性や感覚が働いて、生きている事を実感し、最期の瞬間まで主役として生きて、完結します。その完結する姿は、人それぞれの永年の生活暦が現われ、てんでバラバラに違います。正に『てんでに生きて』います。

介護は、お年寄りの感性や感覚が充分に働く生活環境を整え、夫々が主役として自分成りに老いを生きる姿を支え、主役として迎える自然な死を、穏やかに見送る役割を担う、重要な業務です。

介護がその役割を充分に果たすとき、果たそうと努力するとき、ご家族や地域の関係者の意識が大きく変わり、医療と介護に支払う費用を見直し、制度を変え、未来への明るい途が開けるように思います。介護が果たす役割の重要性に応じて、制度が変わり、介護報酬も変化します。

被災地の復旧・復興に際しては、未曾有の災害と死者に応じて、おびただしい数の『人の死』を地域社会の礎として、生き延びた人々が地域の中で『てんでに生きる』途を開かなければなりません。

その原点が、日常的に生じるお年寄りの死の意味と価値と役割を大切にして、次の世代の命と暮らしに引継ぐ事であり、その仲介役を介護が担うとき、人々の意識が大きく変化し、介護の価値を認め、介護報酬も増額されるのではないかと期待しています。

せいりょう園 渋谷 哲

若い頃から健康に恵まれ、少々の暴飲暴食をしても、たいていの場合一晩休むと体調は回復しているのが常であった。ところが、年をとってくるにつれ、そんな具合にはいかない場合が出てくるようになった。これがいわゆる成人病もしくは生活習慣病に繋がって来るのであろう。たとえば血圧を例にとれば、若い頃は、収縮期と拡張期の値がそれぞれ110と70mmHgくらいであったのに、今や後期高齢者の仲間入りをするようになれば、その値がそれぞれ160と90を下らぬようになってきた。そうなると時々不整脈が現れるようになり、循環器系に異状が見られるようになってしまった。

これは私の最近のデータであるが、一昔前の日本人の多くは私と似たり寄ったりで、健康的な配慮のない生活をしてきた人が多かったのではなかろうか。いまや健康ブーム、そんな不摂生をする人は減ったであろうが、何の思案もなく、ただ漫然と日々を送っている人もまた少なくないように思う。

先日、ふとしたことで耳にした医師、齊藤まさし（アンチエイジング専門医）先生の書かれた記事が面白かったので、この先生の言うことをこれから守っていけば間違いはなかろうと思ったので、ここに自分にも言い聞かせる意味を持って皆様に披露してみたいと思った次第である。

齊藤先生の主張される趣旨は、生活習慣の中で、「体温を上げるようにすると、健康になり、病気にもかかりにくくなる。」ということである。今回はこの体温に絞って考えてみよう。

さて、齊藤先生の考えの中で、例えば「風邪を引いたらお風呂に入る」というのがある。昔は熱があれば風呂に入ってはいけないと言われていたが、現在ではよほどの高熱であったり、寒気がしないかぎり、その反対を唱える人も居る。風呂に入って体を温めるほうが免疫細胞を活性化することが判ったからだ。風邪を引くと熱が出るのは、細菌に対して白血球が活性化するためである。また、風邪を引いたときに、すぐ風邪薬を飲んで治そうとするのはやめた方がよいと私も思う。風邪薬を飲むと、解熱鎮痛効果のため、低体温をきたし、免疫力を低下させてウイルスの侵入を容易にしてしまう。37～38度の体温は、免疫力が最も高くなっている温度であるから、風邪薬などで下げてしまうことは決してよい方法とは言えない。

「体温を上げると免疫力が上がる」

私たちの体は毎日癌細胞を作り出しているといわれる。それを追い出してくれるのが免疫細胞なのである。この細胞が働いていると体温は高くなることになる。つまり、白血球が増し、免疫細胞がよく働いているのだ。この体調を長く維持することが肝要なのである。

ところが、かの有名な日野原重明先生はこのような考えには納得されず、自分を含め、長寿者で低体温の人は幾人も居られると異を唱えておられたことを付記する。

なお、今回は免疫細胞と癌の発生について考えてみよう。

せいりょう園待機者状況

<平成23年5月11日現在>

○入所判定済み者 401名 (グループの内訳)

Iグループ…132名 IIグループ…159名 IIIグループ…103名

○入所判定済み者の現在状況

在宅153名/特別養護老人ホーム入所中14名/医療機関入院中112名

老人保健施設入所中88名/ケアハウス入居中5名

グループホーム入居中17名/所在不明5名

○辞退その他 せいりょう園入所2名/他施設入所0名/死去4名/辞退1名



介護についてみんなで語ろう会

テーマ「ボランティアについて」

せいりょう園老人介護支援センター
社会福祉士 吉田 知一

3月11日に東北地方太平洋沖地震が発生し東日本の広い範囲で甚大な被害を及ぼしました。現在も被災者の方達は避難所での生活を続けていらっしゃいますが、その中でも、やはり介護の必要な高齢者や障害者の方が存在することも忘れていけない、と思います。今後はボランティアの方達のより一層の活躍が期待される場所だと思います。

せいりょう園でも多くのボランティアの方のお力をお借りしています。特に介護の現場では、個々のご利用者に多様な生活場面を創り出すことが求められますが、現実には、職員のみでは身体介護を中心とした日々の生活に必要な業務を行うことで精一杯な状況です。多彩な生活の実現に向けて、ご家族やボランティアの方々のご協力を得て、余暇的支援を行っています。

今回の語ろう会では、せいりょう園で実際にボランティアの方に手伝っていただいている取り組みを紹介すると、今回の地震について皆さんと語り合いました。

ご家族やボランティアの方に手伝っていただいている取り組み

○のびのびルーム

リバティかこがわ2階13時より、自主サークル活動をしていただいています。月：自彊術、火：映画、水：カラオケ、木：自彊術、曜日によって催しが異なり、ボランティアの方に参加者の付き添いをお願いしています。

○ピアノ教室

毎金曜日10時よりリバティかこがわ2階で藤城先生のピアノ伴奏で歌う会です。

○自彊術療法

毎水曜日15時より佐藤鈴子奥伝師範の指導により、認知症の人に安心ホルモンの分泌を促す療法の実技指導。利用者の方とご家族や職員がペアになって行います。身体の強張りをほぐすことで心の強張りをほぐす事にも繋がっています。

(次ページへつづく)

ケアハウス等空き情報 <平成23年 5月13日現在>

《ケアハウス》

・ 恵泉	： 1人部屋若干	・ 第二ケアハウス恵泉	： 1人部屋若干
	： 2人部屋若干	・ めぐみ苑	： 1人部屋1室
・ 双ガ 御津	： 1人部屋3室	・ あさなぎ	： 1人部屋1室
・ ケアハウスアゼリア	： 1人部屋5室	・ サリットひまわり園	： 1人部屋2室
	： 2人部屋2室	・ ウルビツガ はりま	： 1人部屋1室

《バリアフリーマンション》 リバティかこがわ 2室

[問合せ先] せいりょう園介護相談室 TEL(079)421-7156/(079)424-3433

○音楽療法

毎水曜日 14 時より、築山先生の指導で合唱、合奏を楽しみながら、リズム感覚の活性化を図る試みをしています。

○造形・陶芸教室

毎金曜日 13 時から陶芸教室、第1・3金曜日 10 時から造形教室を喜多先生・中本先生の指導により小麦粉粘土を使って造形的な感覚の活性化を図る試みをしています。グループホームまどか、憩の家 2 か所で実施しています。

○書道教室

第1・3火曜日 13 時から土井先生の指導で「般若心経」を6文字ずつ練習しています。

○園芸

ユニット型特養などの施設の周りの花壇の世話をさせていただいています。お花の世話は細やかな配慮のいることで、職員だけでは世話することが出来ません。花壇があることで、季節を感じる事が出来ます。

○買物外出

毎月第3週の金曜日に買物外出を行っています。マルナカやサティなどのお店で買物を行い、車いすの方でもボランティアさんの付き添いにより可能になっています。自分自身で品物を選ぶ事で買物の楽しさを味わう事が出来ます。

東北地方太平洋沖地震について

○今回の震災で考えさせられたことを皆さんと話しました。

- ・もし、加古川で同じような規模の津波が襲ってきたら、日岡山公園まで波が押し寄せると聞きました。上手く避難できる自信がないです。
- ・普段から災害に対して危機感を持っていて、ハザードマップや近隣の避難場所を確認している。家の中も出来るだけ逃げやすいように、避難経路を通りやすいようにしている。
- ・津波は高い波を創造していたが、実際は波の塊が押し寄せるとようなもので、想像を超えるもので改めて恐ろしさを感じた。

(次ページへつづく)

せいりょう園 毎週の行事

月曜日 のびのびルーム (自彊術)
 火曜日 のびのびルーム (映画会)
 水曜日 のびのびルーム (カラオケ)
 音楽療法
 自彊術療法
 木曜日 のびのびルーム (自彊術)
 金曜日 ピア/教室
 陶芸教室 造形教室
 第2火曜日 折り紙教室
 第1・3火曜日 書道教室
 第2・4水曜日 お話グループ
 ・福寿草の会

せいりょう園 6月の行事予定

6月 4日(土) 園長との懇談
 6月 6日(月) 共生の会
 仏教講話
 6月15日(水) 昼食会
 美容の日(ユニット型)
 6月20日(月) 美容の日(従来型)
 6月24日(金) 介護について
 みんなで語ろう会
 郷土料理
 6月27日(月) 理容の日



(前ページのつづき)

- ・地震発生時には携帯電話が混雑の為、通じなかった。被害状況が分かるように混雑の場合でも繋がる回線が必要なのでは。
- ・認知症の方や介護が必要な方は、避難所でも居場所がなく皆と離れて生活しているようだが、普段から認知症や障害に対する理解が必要なのではないか。
- ・専門職のボランティアや海外からの支援を早急に受け入れ出来なかったように思う。迅速な指示もなく、目の前に助けが必要な方も救えなかった例もあった。
- ・一方的な情報により風評被害が出たことが残念だった。転入した被災者の児童に「放射能がうつる」などの差別があった。
- ・原発周辺で汚染された地域では、ソーラー発電などのクリーンエネルギーを使うようにしてはどうか。
- ・原子力発電の怖さを改めて認識した。原子力に頼らない方法の発電を考えたほうが良いのでは。日本はこんなに電気を使う必要があるのだろうか。一人一人の節電の意識が大切なのではないか。

感想

今回の地震で、テレビの映像に映る地震と津波の被害、福島第一原子力発電所の事故、考えさせられた方も多いかと思います。

私は、津波は高い波が押し寄せてくるものだと思っていましたが、実際の映像ではものすごい量の海水の塊が、ほんの数分間に町を飲み込み、破壊し、すべてをさらって引いていくというものでした。自然の恐ろしさや地球の凄まじい力を改めて感じました。

原子力発電所の事故は、当初、報道されていた事故レベルを表す尺度がレベル5からレベル7に引き上げられ、1986年に旧ソビエト連邦で起きたチェルノブイリ原子力発電所事故以来の2例目となりました。今回の事故では核燃料の崩壊熱が冷やされ収束するまでに約6ヶ月から9ヶ月が必要であると言われていています。その期間以上に漏えいした放射能や汚染水による環境破壊の収束にはさらに時間が必要だと言われていています。改めて原子力の力というのは私たちの手では止めようのないものなのだと、身に余るものなのではないか、と考えさせられました。そもそも、原子力発電所での仕事自体が被爆環境にあり、被爆量を測る計測器を付けながらの作業になるそうです。そこまでして原子力の恩恵を受ける必要があるのだろうか、世界で唯一の原爆の被爆国であり核の脅威を訴える日本が頼る必要のあるものなのか、と考えさせられました。

私が以前、海外研修で行かせていただいたデンマークという国では原子力発電ではなく風力発電を推進していました。国民投票によりデンマークの国民一人一人が決めたことだそうです。本当の意味で豊かな生活とは何か、という答えを「幸福度」で世界178カ国中、世界一になっているデンマークの国民は知っているのだと思います。

日本は長寿国で他国に比べて安心して安全で経済的にも豊かな国だと思いますが、幸福度調査では90位と国民一人一人の「幸福度」は低いそうです。長生きが出来、安心して安全な日本だからこそ、高齢者介護の問題は深刻な状況にあると私は思っています。本当の意味で豊かに生きる為にはどうすれば良いか、今回のような地震により気づかされる問題だけではなく、日常にある介護の中でも問われているのでは、と思うのです。



講師 浄土真宗大谷派

光念寺 本多正尚住職

デイサービス 谷澤 高明

今月の仏教講話は加古川町寺家町、浄土真宗大谷派、光念寺 本多正尚ご住職に来て頂いた。ご住職には、毎月当園の仏教講話に講師となるご住職を紹介して頂いているが、ご住職ご自身も何度か講話を頂いている。そのため『今度の講話では何を話して頂けるのだろう』と期待に胸が膨らんだ。前回は親鸞上人の『仏の光明』と『頻発する尊属殺傷事件』について。その前は『蓮如上人の御文書』についてであった。今回話される内容について予め思いを巡らせたのは、先だって、何かで『鎌倉仏教』という言葉を目にしたことが原因かも知れない。平安仏教が、貴族仏教としての性格を免れなかったのに対して、鎌倉新仏教はあらたに台頭してきた武士階級や一般庶民へと広がっていった。武士階級には臨済宗・曹洞宗と言った禅宗が、一般庶民には浄土宗・浄土真宗・時宗・日蓮宗などが広まったという。今年『鎌倉仏教のトップランナー』とされる浄土宗の開祖『法然』(1212年没)の800回忌、その弟子浄土真宗の開祖『親鸞』(1262年没)の750回忌にあたる。各地で沢山のイベント開催が報じられている。もしかしたらこの辺の話かな？

本多ご住職はいつものようににこやかな笑顔で会場に入って来られた。講話は「ここには沢山のトレーニングの機器がありますね。皆さん毎日続けておられますか？」という第一声で始まった。「どんなことでも私のこととして毎日続けることは大変ですね。」ここから『尼僧大塚全教』と彼女が師と仰ぐ『大石順教尼』の話に続いていく。

全教さんは4歳でポリオ(小児麻痺)に罹り、右腕は動かず、左腕は肩からひじの辺りまで動かせなくなる。しかし両親の必

死の看病で足の自由は確保することが出来た。また、村民、村長の計らいで小学校へ入学する。そこで全教さんは周りの子ども達の迫害にもめげず絵を描くことに喜びを見出していく。先生に絵を褒められ、悪童達のいじめも減っていった。そして卒業する時、先生から『貴女が卒業できることは大変なことなんです。これからは貴女が、何か人の為に喜んでもらえることを絶えずやって行って下さい。』という言葉が贈られた。二十歳になった頃、全教さんは京都、山科にある勸修寺の『大石順教尼』の許へ行く決心をする。大石順教尼は元は上村流(踊り)の名取りで舞に精進していたが16歳の時に、養父が乱心して屋敷内で日本刀を振り回し、この惨事に巻き込まれ、両腕を失った。彼女は口で字を書く技法を習得、長年培われてきた口筆による書画が入選し、高野山で得度もされます。その後、勸修寺での活動が始まり仏道の毎日を送る傍ら自分と同じ立場の身体障害者の世話をする福祉活動に励む。

全教さんの申し入れに驚き、猛反対をした両親も彼女の決心に抗しきれなくなり、「きつと厳しい修行に耐えられず戻って来るだろう」と考え、仕方なく京都の順教尼さんの元へ連れて行った。はじめは絵の修業くらいに考えていた全教さんは大変な苦労を経験し、順教尼さんの教えに導かれて、ついには障害を持つ女性を引き取って共同生活を通じて立派な人に育て、社会に送り返す活動を続けていくようになる。お二人とも亡くなられたが、その志は受け継がれている。『他の人を救おうとしていること。その努力を続けていること』が大事です。

時間を少し気にされながら、「何でもいいです。人の為に出来ることを見出して、続

けたいものですね！うちは浄土真宗ですので今日は真宗の話は無かったですね。」終始にこやかに、快活に講話頂きました。有難うございました。今後ともよろしく願いいたします。

余談ですが、浄土真宗と言えば、神戸新聞に本年1月1日から五木寛之・作、山口

晃・画による長編小説「親鸞 激動編」が掲載されています。流罪後の越後から関東へ、波乱の時代を生き、親鸞像が描かれています。デイサービスでは、第1回から新聞を切り抜いて綴っています。もう一度眼を通したい方、見落とされた方があればいつでもどうぞ。



5月15日 和太鼓



特別養護老人ホームで和太鼓の演奏をしていただきました。

太鼓の音はひびきますので、体で体感することができます。太鼓のリズムに合わせて詩吟も披露していただきました。

利用者の方も大迫力の太鼓の音に喜ばれていました。



★職員募集のお知らせ（介護職・登録ヘルパー・訪問看護師・介助員）

せいりょう園では、自然の営みとして老いを支え、最期を看取ります。特別養護老人ホーム（従来型20名）とショートステイ（20名）では、夜勤職員配置を基準より多い3名体制で行い、人生のゴールインに敬意を払って伴走しています。

グループホームでもケアハウスでも多くの方が最期まで暮らされています。是非、一緒に働いてみませんか。詳しくは採用担当までご連絡ください。

（見学可・事前連絡要）Tel (079) 421-7156