

# せいりょう園

[発行] 社会福祉法人はりま福社会 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 6月 第124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>

## 介護現場のアクティビティについて ～老いと死を創造的な営みとして～

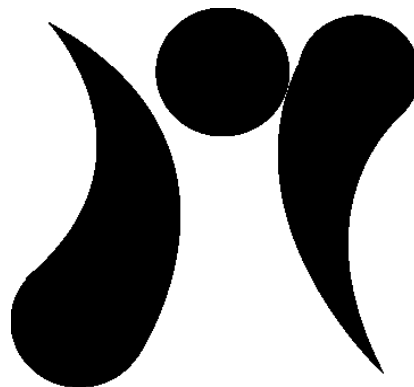
人には生物体として、生涯に3つの大きな創造的な営みがあります。自らの誕生と、出産と、死の営みです。誕生は自らの力では如何ともし難い事柄ですが、出産と死は自らの思想が反映する営みです。そして生殖機能を失った高齢者にとって、死はその思想を反映する最後の創造的な営みです。

自然界の一員として、死は「葉っぱのフレディ」と同じく永遠の命への旅立ちとなる創造的な営みです。社会の一員として老いと死の過程は、遺伝子では伝わらない思想や価値観を伝える、最も人間的な創造性を有する営みです。老いの命と死は、自然の営みの一つとして、連鎖と循環の中に在ります。

老いの過程で人は、知性や理性や体力を失う不安を抱えて生きています。不安を無くそうと、老いに抵抗し死を遠ざける努力をしても、老いと死は必ず訪れます。介護現場では従来、風船バレーや折り紙などレクリエーションを兼ねたアクティビティで知力や体力の活性化を目指し、短期的には一定の効果を得ますが、最期を病院で迎える結果にもつながります。必ず来る老いと死を受止める思想が重要であり、不安と折り合う安心感が、心の内に必要です。

安心感の一つは、老いの手順が載った遺伝子情報が生み出します。遺伝子の知る自然な営みを大切にして、不自然な対処は避けたい、と願います。不自然な処置に困惑する肉体の反応は、次の処置を求めて介護者を混乱させ、創造性を失います。もう一つの安心感、永い生活経験で培った感性や感覚が生み出します。生きている事を実感する時、生活者としての安心感が湧き出て、不安と折り合いを着け、自分成りに暮らします。感性や感覚を刺激して生活を実感する瞬間を創り出す様々な生活上の工夫が、介護の専門性とも言えます。

(次ページへつづく)



(前ページのつづき)

調理作業に伴う音や匂いの変化、洗濯物の手触り、掃除後の清潔感、外を吹く風の音や窓から見える草花など、暮らしを彩るさり気ない一瞬に感性や感覚が働き、生きている事を実感し、心の内に安心感が広がります。その安心感を支えに、主役として自らの人生を締め括り、創造的な営みが終了します。

**老いと死の過程は、次の世代の出産を巡る思想を創り、子の誕生につなぐ、人として最も重要な本能を支える創造的な営みです。その営みを支える介護とアクティビティについて、内容を変化させる時が来ているように思います。**

特養やグループホームやデイサービスで、そしてホームヘルプで、家事援助や環境整備と呼ばれる作業に、命の連鎖と循環を生む創造性が潜む事を忘れず、多様な生活場면을創出して感性や感覚を刺激し、不安と折り合う安心感を生み出す介護に務め、介護の価値と評価を高めて、価値に値する介護報酬を設定する為に、介護保険制度の  
変革・改正へつなげたい、と願います。 せいりょう園 渋谷 哲

平成23年度第1回グループホーム・小規模多機能ホーム運営推進会議の報告  
～5月28日(土) 14:00～16:00 特養1Fホールにて～

#### 利用者家族の想い

- K氏：最初は家に帰りたと言っていたが、職員さんに良くして頂き帰りたと言わなくなり、最期までお世話になり良かったと思う。
- I氏：最期の瞬間に家族みんなが、いろんな形で会えて良かった。不思議な力があつた気がした。
- M氏：母に接する時、姉妹がそれぞれ違う事をしていたら戸惑うのではないかと思ひ、妹に任せていたが、これからは母に会いに行こうと思う。

#### 意見交換

- 身寄りのない方の入所について
- ・入所するまでに保証人の方に、緊急時やどのような最期を望むのかの判断をご本人に代わってお願いしている。このような場合保証人とは家族が担っていることが殆どだが、家族や身寄りがおられない方の場合は、誰がその判断をして下さるのが問題になってくる。
  - ・あらためて、家族がいない人の最期を考えさせられた。事前に最期の準備を判断能力のあるうちにしておきたい。
  - ・今後、少子化・核家族化が進み、身寄りのない高齢者が増えていくのではないか。
- 胃ろうの功罪
- ・NHKで胃ろうの功と罪が同等に取り扱われていた。人生の最終章にちょっと命を延ばす為だけに使われている。医者の中でも賛否両論だが、命のつなぎ方を考えていくべきだ。
- 東日本大震災について
- ・読売新聞記事「人生案内」の中で今回の震災で津波に襲われた大学生の女子が祖母を置き去りにしたことを悔やむ内容の記事の話がある。祖母は背負おうとした孫に向かって「行け！行け！」と言った。せつぱつまった時の命のつなぎ方を、孫は祖母から受け継いだのではないか。

今回は、癌の発生と免疫細胞について考えてみよう。36.2度以下の体温は低体温だ。理想的には36.4度乃至36.8度くらいがよいとされている。日本人は、50年くらい前までは36.8度くらいであったのに、現在では36.2度以下になっているようだ。

体の免疫機構は、36.5度から37.1度の時にもっともよく働くそうだ。体温が低いということは免疫力が低下している。つまり、病気になりやすいということであるから、冷え性にならないように注意しなければならない。体温が1度下がると、免疫力は30パーセントも下がるといわれる。こんな状態で外からのウイルスと、内からの癌に対処しているのである。はなはだ心もとない気がする。

「癌はどうして発症するのか」

さて、免疫細胞と癌の発生との間にはどんな関係があるのだろうか。癌は細胞分裂の際にコピーミスをしてがん細胞になると考えられている。私たちの体は、毎日5000億個の細胞が生まれるが、そのうち5000個ほどの細胞が癌になるといわれる。もし私たちの免疫細胞が正常であれば、生まれてくる癌細胞をみんなやっつけてくれる筈であるが、免疫細胞が弱っていると、癌が発生しやすくなるのは当然である。

癌細胞は、10年も15年もかかって大きくなる。人間は40歳までは体温も高めに維持され、免疫力も強く元気だが、その年を越えてくると癌が発生しやすくなる。だから、身体を冷やさず免疫力を低下させないようにしておくべきなのだ。それなのにどうして日本人は低体温になってしまったのだろう。

その1は、日本人の筋肉量が低下していることだ。戦後までは男も女も農作業をみても分かるように、肉体トレーニングをしているような生活様式であった。筋肉を使うと熱が出る。つまり、体温も高くなる。筋肉量の低下がだめな原因の一つなのだ。

その2は、エアコンの存在だ。現代人は汗をかかなくなってしまうことにより、発汗中枢がうまく作動せず、自然に低体温になってしまったのだ。

その3は、ストレスである。ストレス社会の現代では逃れることの出来ない環境だ。この環境下では視床下部で自律神経とホルモンとのバランスコントロールがうまくいかなくなり、血流量も徐々に減少する方向に作用する。当然体温も低下するようになる。

それでは、どうすれば低体温状態から抜け出し、免疫力を高めることができるであろうか。それには生活習慣を改めることも必要だ。

まず考えられることは、ウォーキングをする。白湯を飲む。お風呂に入る。(適温は41度)。つまり、一時的に体温を上げる習慣を取り入れることが大切だ。しかし、これはすぐ元に戻ってしまうから、やはり筋肉トレーニングを着実にやること。そして、運動、睡眠、食事の三つをしっかり見直してバランスよく実施する。免疫力が高まれば、体温も上昇しているだろう。これを根気よく継続実施すればよいのだ。とは言うものの、三日坊主の横着者にできるかしら。

## せいりょう園待機者状況 <平成23年6月9日現在>

○入所判定済み者 400名 (グループの内訳)

Iグループ…133名 IIグループ…158名 IIIグループ…105名

○入所判定済み者の現在状況

在宅154名/特別養護老人ホーム入所中14名/医療機関入院中113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0名/他施設入所1名/辞退1名/死去2名

## 介護についてみんなで語ろう会

### テーマ「身寄りのない方の入所申し込みについて」

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

特別養護老人ホームの入所の相談を受けていて、考えさせられることがあります。それは身寄りのない方の入所の申し込みについてです。

加古川市内でも多くの特別養護老人ホームがありますが、どの老人ホームも多くの方が待機されている状況です。せいりょう園でも待機者が400人を超えました。入所については順番だけではなく、本人を取り巻く様々な状況を考慮し選ばせていただいておりますが、身元引受人である保証人がいらっしゃるかどうか重要です。

今回の語ろう会では、身寄りのない方が施設に入所する為に問題となっていることについてお伝えしました。

#### ○入所に至るまで・・・

せいりょう園へ入所するまでに保証人の方をお願いしていることがあります。それは、施設を利用する為のお金の問題ではなく、緊急時やどのような最期を望むのかの判断をお願いしています。ご本人が出来れば一番良いのですが、ご自身では判断出来ない状態になられていますので、本人に代わって保証人に判断をお願いしています。この場合の保証人とは家族が担っていることがほとんどです。では、家族や身寄りがいらない方の場合は、誰がその判断をしてくださるのでしょうか。

#### ○身寄りのない方が入所申し込みする為には・・・

#### 遺言書を作成しておく

遺言の最も重要な機能は、遺産の処分についてですが、自分が亡くなった後の葬式のことやお墓のことなどの意思を法的な効力のもとで反映させることができます。

#### 成年後見制度を利用する

本人に判断能力がある場合は、自分の代わりに判断する者をあらかじめ決めておく任意後見契約、もしくは判断能力がなくなった状態で利用する法定成年後見制度があります。特養入所の場合介護度が重度になり、判断能力がすでにない方が多いので後者の制度を利用する機会が多いように思います。後者の場合は時間がかかり、費用も多額となります。この制度を利用することにより金銭の管理を本人に成り代わって法的に認められた形で行えることと、他の親族がいた場合でも法的に認められた形で管理することが出来るのでトラブルになることを防げます。特に銀行では実の子供でさえもお金を引き出すことは難しいのが現状です。

ここで気をつけていただきたいことがあります。それは、延命をするかしないかの判断を後見人に委任することは出来ないのです。司法書士が後見人になる場合は、金銭管理は出来ても緊急時や最期をどうするか判断までは行っていない場合が多いそうです。さら(次ページへつづく)

(前ページのつづき)

に、成年後見制度の契約は本人が亡くなった時点で切れることになるので、葬式のことまで判断する決まりはないそうです。これではせいりょう園に入所することはできません。

○では、どうすれば良いか・・・

せいりょう園では、例え他人であったとしても後見人制度を利用し後見人となり、金銭管理を行い、延命の有無や葬式まで含む最期の判断を責任をもって判断していただけるのであれば、入所は大丈夫です。

一番良い方法は自分自身に判断能力がある内に任意後見契約を結び、遺言書を作成し葬式の方法や延命の有無などの自分の最期をどう迎えたいのかを残しておくと思いいます。

以上の方法を利用し、実際にせいりょう園で生活されている事例もあります。

## 感想

身寄りのない方の入所については、せいりょう園だけの問題ではなく、全国の老人ホームでも同じような問題が生じています。保証人に求めることは施設ごとの方針によって違っているとは思いますが、ご本人は必ず老いて寿命を迎える訳なので人生の締めくくりである最期の判断をすることについては、どこの施設においても必要なことなのだと思います。

特に成年後見制度を利用し本人に成り代わって判断するはずの後見人が、最も重要な本人の最期について判断する権限がないことは、制度として完結していないのではないかと、思うのです。

厚生労働省の発表によると2010年の合計特殊出生率(一人の女性が生涯に産む子供の数に近い推計値)は1.39人となり、前年に比べると増加しているようですが、高齢者人口も増えていきますので、依然として身寄りのない方の数は今後増えていくのではないかと、思っています。核家族化も進んでいる状況で、家族がいたとしても疎遠を理由に関わりを避けるケースも多いように思います。

私は、自分の人生の締めくくりをどう迎えたいかについては、やはり自分自身が決めたいな、と思うのです。必ず自分の死は訪れます。そして、死はこれまで自分自身の生き方を決めてきたように最後の自己実現でもあります。だからこそ、自分の死に方を自己決定できるような世の中であって欲しいと思います。

### ケアハウス等空き情報 <平成23年6月13日現在>

#### 《ケアハウス》

・ 恵泉	: 1人部屋若干 : 2人部屋若干	・ 第二ケアハウス恵泉	: 1人部屋若干
・ 双ヶ浦 御津	: 1人部屋3室	・ めぐみ苑	: 1人部屋2室
・ ケアハウスアベリア	: 1人部屋4室 : 2人部屋2室	・ あさなぎ	: 2人部屋1室
・ 川比ヶ谷 はりま	: 1人部屋1室	・ キャッシル真和	: 1人部屋1室
		・ 青山苑	: 2人部屋2室 : 1人部屋2室

《バリアフリーマンション》 リバティかこがわ 3室

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



講師 真宗大谷派

真宗寺 邨上 了圓ご住職

デイサービス 谷澤 高明

今日6月6日は、二十四節気の芒種(ぼうしゅ):イネの類の穀物の種をまく頃の意味であるらしいが、昨今の季節感だとむしろ田植えの時期との感が強い。それであってかどうか梅雨の中休みと言われる昨日今日、一気に田植えが進んだ。さて、今月の仏教講話には東神吉町神吉、真宗大谷派、真宗寺 邨上 了圓(むらかみりょうえん)ご住職に来て頂いた。ご住職には、前に一度『親鸞上人について』の講話を頂いた。今回は冒頭に真宗大谷派の声明文ともいうべき『三帰依文』(さんきえもん)の一節を唱えられた。具体的な内容は聞き取れなかったが『三帰依文』とは、お釈迦さまが教えてくださった「法」と、法に目覚めた「仏」と、その仏の教えられる法を依りどころとする人の集まり(=「僧」)の三つを「三宝」といい、その三つの宝への帰依が誓われてきたものである。

ついで自己紹介。真宗寺は戦国時代、別所長治の三木城の出城の一つであった神吉城(いずれも織田信長の命を受けた羽柴秀吉によって攻め滅ぼされた)の西の丸跡に江戸時代建てられたお寺であって、インターネットには、『172cm×83cm×28cmの家型石棺の蓋があり、現在は手水鉢として使用されている』とある。邨上住職は13代目の住職とのことで、本名「邨上了圓」。9歳で得度されて法名:釋了圓(しゃくりょうえん)。釋は勿論お釈迦さんのことで、お釈迦さんの弟子の法名は、はじめに「釋」が付き、その後には仏弟子(ぶっでし)誰々となる。真宗の開祖は釋親鸞。「了圓」について、これは祖父「了尊」、父「文圓」の夫々一文字を頂いて「了圓」と名付けられたらしい。本名邨上の「邨」という字もあまり親しみが無い。意味は「村」や「邑」と同じ人家が集まっている所をさすが、規模の大きさから邨>村>邑となるらしい。

法名、(宗派によって戒名)の話から、ご

住職は生前法名(戒名)の取得を勧められた。「自分の名前も知らずにお浄土へ行くよりも、気の知れたお寺さんに自分らしい納得のいく法名(戒名)を付けてもらうのがいいでしょう」と言われる。主人が亡くなった時、ご主人の戒名の横に奥さんが生前戒名をもらって一つの位牌に刻まれた例は覚えがある。そこから話は遺言の話へと進む。今、東北地方では多くの死体の処理に困り、一時埋葬し、時間をかけて掘り起こして荼毘(だび)にふしている。親鸞聖人は「自分が息を引き取った後は、加茂川に自らの亡骸を投棄して、そこに棲む魚たちの餌にしてくれればよい・・・」、そのように遺言したという。真意は「自分は年を取ったから迷惑をかけているのではなく、生まれた時から迷惑をかけたまま生きて来られなかったからである。又、「僧にあらざる儀を表して、教信沙弥のごとくなるべし」ということで、親鸞聖人が教信沙弥を目標にしていたとされている。教信沙弥(きょうしんさみ)は野口町の教信寺に祀られている。その身は犬に食らわせ、首だけを祀ったという逸話が残っている。同じような葬儀の仕方は各地に存在した。川に遺体を流すのは『水葬』(先のヴィンラディンも同じ)。鳥に任せるのは『鳥葬』。ところで水葬する地域では『魚』は食べなく、鳥葬する所では『鳥』は食べないらしい。但し、養殖ものはこの限りではないとか。

大切なことは、遺言の言葉を単純に受けるのではなくて、言葉の中味を深く理解し、受け取ることが大切だと話される。葬儀も決して『縁切り』の場になってはならない。これまでどれだけの『ご縁』があったかを気付く、感じる場であり時であると、熱く講話を締められた。

ありがとうございました。是非、機会があればご講話お願いいたします。

# 介護現場発信情報

～かけがえのない<sup>ひととき</sup>一刻を

新人職員より

この2ヶ月を振り返って

介護職 伊藤 勇介

せいりょう園で働き始めてから約1ヶ月半が経過し、研修期間等も含めると2ヶ月が経過しました。この2ヶ月はとても早く過ぎていき、一日一日が初めて経験する事ばかりの日々でした。研修中に学んだ体位交換の仕方やシーツ交換等、学ぶこと全てが上手く出来ずに「自分にこの仕事出来るだろうか」と思っていました。研修が終了し、現場に入ってもこの思いは消えないままでした。トイレ介助は出来ない、失禁交換も出来ない、雑務にも時間がかかる、何より利用者の方との関わり方が全然分からない。自分に自信がなくなり職場へと向かう足取りが重い日もありました。そんな時に先輩職員に「今は出来なくて当たり前。出来ることを一つ一つやっていったらいいよ」と言われて気持ちが楽になりました。

その日から、今の自分に出来る事を確実に行き、一日ずつ「今日は〇〇さんのトイレ介助が出来るようになるろう」等、その日その日の目標を立てて仕事に臨んでいくようにしました。そうすると「昨日はこれが出来たから、今日はこれとこれを出来るようになるろう」と、昨日よりも今日、今日よりも明日と確実に少しずつでも自分に出来る事が増えていき、自分に自信が付いていくのが実感出来、職場へ向かう足取りも気が付けば軽くなっていきました。

5月からは日誌や遅番、日勤業務の独り立ち等自分のやるべき事、新たに覚える事もまだまだありますが、今は4月の頃とは全く違う気持ちで臨んでいます。とは言っても、やはり体力的にはしんどく感じているのが正直な感想です。そのような中で仕事を行っていても、利用者の方に言われる「ありがとう」という言葉と笑顔に触れた時に頑張っ<sup>て</sup>働こうという思いになります。これだけは介護職という専門職にだけ存在する特権のように感じています。「ありがとう」の言葉が聞きたい、利用者の方の笑顔が見たい、その為にはこのように関われば喜ばれるんじゃないかという考えにさせてくれるのです。この事がこの2ヶ月の自分の成長につながっていると感じています。未熟な介護にも「ありがとう」と言って下さる利用者の方には感謝の気持ちで一杯です。

それと同時に、先輩職員にも感謝の気持ちで一杯です。一つ一つ丁寧に教えてもらい、ある時は遅くまで一緒に残ってくれました。

これからまだまだ覚える事が多く、出来ない事も多く、周りの職員に迷惑をかける事も多くあると思います。それでも焦らず、一つ一つ確実に出来るようにして、一日一日を無駄にはせず、一年後、五年後といった先の自分につなげていき、少しでも多く利用者の方の「ありがとう」の言葉と笑顔に触れる事の出来る職員になれるよう努力していきたいと思ひます。