

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 10月 第128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>

認知症—今を懸命に生きる人

9月10日に神戸で『認知症の人と家族の会兵庫県支部』主催の世界アルツハイマーデー記念講演会が行われ、大阪大学特任教授・西川勝氏の『老いと認知症—悲しみの意味』と題するお話を聞きました。

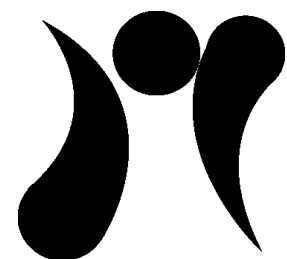
『認知症の人は、出来ていた事が出来なくなる悲しみ、自分がどんな状況に陥っているのか自分で把握し、助けを求める事が出来ない悲しみの中で暮らしている。私たちは、自分の時間を仕事や勉強など将来の為の手段、材料として使っているが、認知症の人には、今ここにしか時間がない。今をどう生きるかに懸命なのだ』と話され、『悲しいは愛しい』に通じる、と言われました。

昨年奈良で万葉文化館の中西進館長の講演を聞き、老いの過程の『寂しい』『悲しい』という想いは、老いと死を否定する言葉ではなく万葉の昔から、本来の姿に戻っていく自分を肯定し、愛しく想う心の表現、だと話されました。お2人が共に『悲しい』は『愛しい』に通じる、とされています。

西川教授は『私たちは、今を豊かにすることを認知症の人から学ぶことができる。そうすれば、人生は大きく変る。』と言われます。『認知症患者や子供は放っておけない弱い存在だが、自分が自由だからこそ、弱者に従い、守ることができる。自由とは、弱いものを切り捨てにしないこと。悲しみで人と人がつながる。それを自らの課題にしよう。』と提起されました。

数十年も前、糸賀一雄先生は知的障害の子供の教育に携わる中で、喜びや悲しみを全身で表現し、今を懸命に生きている知的障害の子供の姿は、世を照らす光になるとして、『この子らを世の光に』と言われました。今を懸命に生きる処は、認知症の人にも共通しています。懸命に生きる姿を支え、その環境を護り、そこを地域の人々の学びの場にすることが、福祉と介護に携わる者の役割だと、改めて認識させられました。

老いて認知症になった人は、自分では意識できなくとも、老いる自分を肯定し受容して自らを愛おしく想い、その心が自分成りに懸命に生きる姿を支えているように見えます。若い頃は、今という時間を将来の為の手段・材料として使えるが、高齢期に入ると、そして認知症になると、今という時間を懸命に生きるしかなく、今を自分成りに生きようと懸命になっている、その姿の中に、次世代の人の心を動かす何か、学ぶべき何か、が潜んでいるのだと思います。(次ページへつづく)



(前ページのつづき)

人の世はリレーのようなものであり、懸命に生きる姿の中に次世代の人に手渡すバトンが秘められています。このバトンタッチこそが、人の一生を通じて最も創造的で豊かな営みであり、バトンタッチが上手く完了してこそ、高いQOLを保って人生を締め括ることが出来るのです。

全国高齢者ケア協会の鎌田ケイ子会長は、QOLとQOD（クオリティ オブ デス・死の質）は表裏一体、同じ意味であり、死を避けようとする、生の質や意味や価値に気付けない、と言われます。

認知症の人が懸命に生きる姿は、最期の瞬間まで続きます。最期が近くなる程に、少ない余力を尽くした懸命な生命活動が顕著に現れ、介護現場に居る者は、自然界の一員としての最終末の生命現象に触れて、生命力の不思議さを感じるときや、不思議な縁や感覚に気付くときがあります。人の命が、その人限りのものではなく、社会の一員として多くの他者の心を動かし、死後にも多くの人の心の中に住み続けることを感じます。バトンタッチを実感します。

しかし、老いに抵抗し、老い故の現象や認知症の症状を治療や改善の対象とのみ捉えて対処するとき、老いの身を肯定できずに、自分成りの生き方に不安を抱え続けることとなります。不安への対処に、薬剤や介護者への依存を強くしていき、短期的には改善が見られても、しばらくするともっと悪化し、やがては自分成りの生活から遠ざかっていきます。その結果、ご本人と周りの人の双方の混乱がますます大きくなり、認知症介護が学びのない困難な問題とのみ捉えられ、生の質や意味や価値（QOL）を見失っていきます。

介護保険制度の改正は、団塊の世代が75歳を超える2025年を目途にしています。その後15年で全員が90歳を超えます。今現在では、92歳～93歳が最も多く最期を迎える年齢層であり、30年後には団塊の世代全員が丁度その年齢層となり、高齢化のピークが過ぎ去ります。その後は急速に高齢者が少なくなり、新たな課題に直面します。30年後の新たな課題をも想定しながら、今の対策を決める必要があると考えます。団塊の一員の老いと死の営みを通して、次の世代に生きる力と希望を伝え、思想と文化と人間性を引継ぎたい、と願います。それが30年後の新たな課題に向き合う土台となります。

2009年度の医療費総額が約36兆円、その内75歳以上の後期高齢者医療費が約12兆円、国民一人当たり平均の医療費約28万円に対して、75歳以上では約85万円となっています。老いの身を医療に委ねることで次の世代に、負債以上に大きな価値のあるものを残せるのか、考えさせられる数字です。

今を懸命に生きる人＝認知症の人や知的障害をもつ人たちの姿に、何を学ぶのか。いま我々が、学ぶべき答えを見つけ、次の世代に引継がなければ、我々団塊の世代は、歴史上最も大きな負債を残す世代になってしまいます。

例え認知症になっても、愛しみの心をつなぎ、生きる力と希望を伝える途を探り、確立することが、今の我々の責務です。高齢期を何処でどの様に暮らし、どの様な介護を提供するのか、真剣に考え、高齢者住宅を提案したいと思います。時期を逸すれば30年はあっという間に過ぎ去ってしまいます。介護事業に携わる一員として、残りの時間が少ないことを覚悟して、新たな事業の展開と業務の変革を提起したい、と考えています。

年をとると記憶力は衰えるか？

表題に関して多くの方は、「その通りだ。若い頃ならいざ知らず、年をとると憶えは悪くなるし、物忘れはひどくなる一方だ。」とよく言う。このように、普通多くの方は年とともに記憶力は衰えると思っているようであるが、私はこれは正しくないように思う。

年をとると、確かに人名や地名、あるいはありふれた物の名前までがど忘れして出てきにくくなるのは疑う余地のないところではある。それなのに子どもがよく覚えているのは何故だろうか。それは、一説によると子どもは情報量が少ないからそのことがクローズアップされやすくなっているのに対し、大人は情報量が多いのでそれがクローズアップされにくくなっているからだろう。もし、ある一つのことに関心を持てば、そのことに関してあまり忘れることはない。また、よく記憶も出来ているものだ。物事に興味がなくなれば、記憶もすぐ抜け落ちてしまうものだ。

私は病魔によって中途失明し、生活のために鍼灸マッサージ師の資格を取ろうとして42歳で盲学校に入学した。もちろんクラスでは最年長、他の生徒はせいぜい20歳過ぎであった。

こんな年になって、あの難解な中国の古典やツボの名前、それに現代医学の概略などが覚えられるかなと心配していたが、実際には案ずるより生むが安かったというか、その気になって真剣に取り組めば、一つずつ頭の中に取り込むことができたのではないか。学校を離れて20有余年の空白期間は何ら問題にはならなかったように思われた。

若い人達というか、高校、大学上がりものは、年頃のことであって気が散るようで、異性のことや趣味、特に音楽や楽器、それに遊びのことが気になって勉強に集中出来ていないようであったが、無趣味で妻帯している私はそんなことは論外で、ただ資格を取ることで、つまり生活の自立を目指してただひたすら勉強に邁進すべしとの暗示にかけられていたように思う。そんなことで本当に勉強に打ち込むことが出来たので、若い時と比較することもなく努力に応じて着実に記憶出来たように思う。

物の本によれば、子どもの記憶はせいぜい1週間の間のようなのだが、大人のそれは2～3年くらいと長いそう。だから、その間に忘れる物の数も圧倒的に大人が多いから、年を取ると忘れやすくなると感じるのだそうである。物忘れは脳のせいではなく、気のせいであると言えるようだ。

感動したり、興味がもてた時、心は大きく揺れ動き、記憶に残りやすくなる。だからこんな時の記憶はいつまでも残っていることになるのだ。

明日は今日とは違い、新しい日なのだ。だからよくても悪くても今日は今日。明日は新しい今日とは別の日が始まるのだ。記憶に残る心新しい日を迎えよう。まさに日々新たなりだ。

せいりょう園待機者状況

＜平成23年10月12日現在＞

○入所判定済み者 409名 (グループの内訳)

Iグループ…131名 IIグループ…156名 IIIグループ…105名

○入所判定済み者の現在状況

在宅157名/特別養護老人ホーム入所中13名/医療機関入院中111名

老人保健施設入所中86名/ケアハウス入居中4名

グループホーム入居中15名/所在不明5名

○辞退その他 せいりょう園入所5名/他施設入所8名/辞退1名/死去4名



介護についてみんなで語ろう会

テーマ「高齢者を狙った犯罪について」

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

2015年には国民の4人に1人が高齢者となるなど、日本は世界でトップクラスの高齢社会です。少子高齢化社会は、地域コミュニティの低下を招き、特に都市部においては「隣人の顔が見えない」というコミュニティの希薄な地域社会ができており、それが犯罪者にとって狙いやすい環境となっています。

老人を狙った犯罪としては、「オレオレ詐欺」など振り込め詐欺や悪徳リフォーム、悪徳商法等があります。特に詐欺被害の根底には「孤独」があり、被害に遭ったお年寄りは「親切に話を聞いてくれた」「親身に相談に乗ってくれた」と犯人を話しており、日頃より社会から隔離され孤独であるところに犯罪者がつけ込んでいることがわかります。

今回の語ろう会では、高齢者を狙った犯罪について皆さんと語りました。

高齢者を狙う犯罪

○オレオレ詐欺

家族を装って電話をかけ、事故に遭って至急金がいるなどと演技をし、高額な金を振り込みさせる詐欺手口です。複数人間が弁護士、警察官、被害者などの役割を演じる巧妙な手口もあります。「振り込め詐欺」の一種です。オレオレ詐欺の被害者の性別・年齢別構成をみると、60歳代以上の女性が全体の約8割を占めているそうです。



オレオレ詐欺対策

- 不審な電話がかかってきたら、慌てずに、
- ・家族の名前を相手に質問してみる。
 - ・一度電話を切って、こちらから家族に電話をして事実かどうか調べる。
 - ・警察や市役所へ相談する。

○悪徳リフォーム

屋根の無料点検などを口実にしつこい勧誘を繰り返し、点検をした後高額なリフォーム工事を契約させるといった被害です。特に認知症のお年寄りに対して複数の悪徳リフォーム会社が複数の工事を次々に契約するといった被害が多発しています。点検商法、工事内容など詳細記載のない契約書、効果のほとんどないリフォーム内容などが問題となっています。



悪徳リフォーム対策

- ・「無料点検したい」などと業者が訪問しても家の中に上げない。
- ・言葉巧みに反論するため、扉を開けず、相手にしないことが大切。
- ・一人ですぐに契約しない。必ず家族や知人と相談してから決定する。

○催眠商法とは

「催眠商法（SF商法）」とは、チラシや、くじ引き、景品などで通行人を誘い、会場に呼び込んだ後、景品を無料で配ったり、巧みな話術で雰囲気盛り上げ、会場にいる人を興奮させて、冷静な判断を失わせてから、高価な商品を買わせる詐欺商法です。被害者は高齢者が多いのですが、



催眠商法対策

- ・会場に行かないこと、近づかないことが一番です。
- ・「ただより高くつくものはない」ということを忘れずに、わけの判らないタダ券を受け取った時に「何か裏があるのではないかと冷静に考えることが大切です。
- ・チラシや引換券に書かれた会場が、すぐに撤収することができる仮設の臨時店舗の場合は注意が必要です。

主婦もねらわれています。最近では、契約に依らないと、「数人で囲まれて脅かされた」「暴力をふるわれた」といった事例もあるそうです。



・催眠商法（SF商法）は、特定商取引法で規制の対象になっているので、クーリング・オフが適用されます。契約書を受け取った日を含めて8日間以内であれば無条件で解約することができます。

※通信販売で購入した場合は、クーリング・オフができませんので業者の返品ルールに従うこととなりますが、返品ルールが記載されていない場合は、商品の到着後8日以内は消費者が送料を負担すれば返品することができます。不審に思った場合はお住まいの地域の消費生活相談窓口にご相談ください。

・加古川市消費生活センター（市役所 生活・交通安全課内、電話 079-427-9179）

参加者の方の体験談

- ・浄水器の訪問販売で加古川の水は石灰が多く含まれている、などの健康被害の不安を煽り高額の商品を売りつけられたことがある。
- ・暇潰しに催眠商法に参加したことがあるが、購入はしていない。

感想

参加者の方の体験談のようなことが、私の住んでいたマンションでも同じようなことがありました。頻繁に訪問販売や勧誘の方が来ていたのでインターフォンが鳴ってもドアを開けないことにしていましたが、過去に一回だけドアを開けてしまったことがあります。その時の訪問者は、浄水器の訪問販売の方でした。その方は、加古川の水は石灰が多く含まれていて、石が溜まり腎臓結石などの病気になりやすい、という理由から、浄水器を薦められました。浄水器の代金は2万円ほどだったと思います。健康被害をネタに不安を煽る話を聞いて、悪質だな、と感じたので途中でドアを閉めました。最近では、放射線の被曝についての関心が高まり不安が広がる中で、インターネットの通信販売や家庭への訪問販売などで、放射性物質を取り除くことができるという広告や勧誘をしている商品が見受けられます。

一人暮らしの高齢者を狙う犯罪には、孤立させないように周りの住民の関わりが必要ではないか、と思う反面、最期まで一社会人として、消費者として生活していただく為には、本人の権利を奪わないように、私たち介護サービス事業者の専門職の関わりも必要なのだと感じています。

ケアハウス等空き情報 [平成23年10月14日現在]



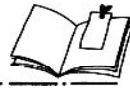
《ケアハウス》

- | | | | |
|----------|----------|------------|----------|
| ・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2室 |
| ・ツバメ 御津 | : 1人部屋2室 | ・あさなぎ | : 1人部屋3室 |
| ・サライ7御立 | : 1人部屋6室 | | : 2人部屋2室 |
| ・ケアハウスピア | : 1人部屋1室 | ・青山苑 | : 1人部屋2室 |
| | : 2人部屋1室 | | : 2人部屋2室 |

《グループホーム》 せいりょう園 1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

私は早朝4時半前後に起床する。雨天でない限り身支度をして外に飛び出す。左手にゴミ袋、右手に炭バサミを持って、少し速足で小1時間歩く。途中、目につくゴミを摘まみあげる。その事もあってか、あまりゆっくりと空を見上げることはない。ところが、先日何気なしに空を見上げたら、南東の空に私の最も好きな星座のひとつである「オリオン座」が『冬の大三角形』と共に鮮明に目に飛び込んできた。昼間はまだ暑さを感じていたが、明らかに季節は移っているようだ。あまり星座に関心のない人の為に『冬の大三角形』を説明しておこう。「オリオン座」の鼓型の左上の赤い星『ベテルギウス』を頂点にして、空の低い所で、キラキラと白く輝くのが、「おおいぬ座」の『シリウス』。シリウスの東側（左側）に「こいぬ座」があり、この中にある1等星『プロキオン』として形作られているのが『冬の大三角形』である。『冬の・・・』と言われるからには当然『夏の大きな大三角形』もある。興味を覚えられたら是非調べて頂きたい。

今月の仏教講話には「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、これまで二度ご講話を頂いた。最初に「三帰依文：さんきえもん、仏・法・僧の三宝に帰依することの大切さを説いた文」を唱えられ、先日の台風12、15号による水害の話から始められた。12号の時は門徒さんの「法事」の最中で、激しい雨にお寺も少なからず音を上げたらしい。門徒さんのなかにも床上、床下浸水の被害に遭われた方もあったという。最近、よく思うのは「自分の小さい頃、最近のような激しい集中豪雨を経験したことが無い。」ということである。ところがTVの天気予報の『アメダス』の画面を見ていると、ところどころ点で凄い雨雲が映っている。そしてその通りに激しい雨が襲ってくる。その時は正直、恐怖を感じる。今日北海道で初雪があった。ご住職のお知り合いからの情報では、平年より20日早い初雪だとか。先の東日本大震災を見ても、確かに環境は変化してきたように感じられる。

今年は法然上人の800回忌、親鸞聖人の750回忌の年である。我々は当時のことは

全く想像も出来ないが、今の時代はどういう時代であろうか？確かに当時と比べれば便利な時代といえる。しかしこの便利さは、健康な人にとっての便利さであって、老人・障害を持つ人には不便な時代ではないか。皆、老いて行くのが分かっているのに、若くて元気な者たちにもみ便利な世の中になってしまった。こんな世の中に誰がした！「残念ながら、我々みんなですってしまったんですね。こういう世の中でどう生きるべきか、どう生き切るかが問題です。」と話された。お釈迦様は自らの入滅後の未来について、『正法：しょうぼう・像法：ぞうぼう・末法：まっぽう』という三つの時代が来ることを、阿弥陀経に説いている。正法時代とは、釈尊の仏法が正しく伝えられ、これを修行する民衆が盛んに証しを得る時代、像法時代とは、民衆の仏法に対する素養は正法時代より劣るけれども、仏法を盛んに修行する姿は正法時代に似ており、形式化されて仏法が伝えられ多少は利益をもたらす時代、末法時代とは、釈尊の仏法の利益が全て失われてしまう『五濁悪世（ごじょくあくせ）の世』時代とある。具体的には『劫濁：こうじょく』、『見濁：けんじょく』、『煩惱濁：ぼんのうじょく』、『衆生濁：しゅじょうじょく』、『命濁：みょうじょく』の五濁で、「劫濁」は時代の濁れ、環境破壊や戦争の勃発を指す。「見濁」は思想の乱れ。よこしまな思想がはびこる。「煩惱濁」は煩惱が塵の数のようにはびこって腹立たしいことが募る。「衆生濁」は人物が小さくなり、意思が低下し、怒りが強くなる。「命濁」は大切ないのちを無意味にすり減らし、道ならぬことにいがみあう、とある。最後の「命濁」で命が短くなると言われたことに反して寿命は延びてはいるが、問題はその時間をどのように生きるかが大事である。「よく老人が『もう私は欲も得もありません』と口にされるが決してそうではありません。欲得の中身が変わっただけで、欲得を一杯持って生きています。いいじゃないですか。素直にいきましょ。私は『頑張る』という言葉は好きではありません。それよりもこういう時代『踏ん張って』生きて下さい。私はそうしたいと思います。」今回も快活に講話頂きました。有難うございました。



23年度第2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

平成23年9月24日(土) 14:00～16:00 特養1Fホールにて

参加者からの意見交換から

①在宅での介護方法

- ・家族で介護している場合、楽に介護出来る方法を学ぶ場所は在るのか
- ・介護者の集いに参加し相談をしてみる
- ・居住地にある支援センターを訪ねてみる等
- ・沢山の知識や情報を得て近隣や知人等なるべく多くの人に発信していきたいと思う

②胃ろうの造設について

- ・以前に何度か話を聞いたことで造設しない決断した知人がいる
- ・家族の中でもっと学習していく必要がある(自分はどうしたいのか)

③認知症の方のケアについて

- ・認知症があるとの理由で家庭内や地域の中で排除をする傾向が多々見られるが、可能な限り地域が一体となって見守り、認知症があっても一人の社会人として最期まで誇りを持って暮らし続けていただける環境を作っていけたらと思う
(認知症サポーターの役割も重要になってくる)
- ・年齢を重ねていくにつれて自身の問題として考える
- ・日常生活の中で少しでも認知症と疑われる症状が見られたら早期に受診をし正しい診断のもとで正しいケアをしていくことが大切
- ・社会資源の有効活用も一つの方法

10月9日(日)長砂少年団子ども神輿

今年も浜の宮神社の秋祭りで、長砂町内会の少年団の皆さんによるお神輿がせいのう園の前を通過してくださいました。今年は日差しも心地良いお天気となりました。迫力のあるお神輿と元気な子供たちの



掛け声を聞き、利用者の方々からも歓声があがりました。また、来年も楽しみにしています。





ボランティア通信



今回のボランティア通信では、「自彊術体操」を教えていただいている、佐藤鈴子先生のことを紹介したいと思います。

まず、「自彊術」は、治療法が土台になっているという点において、ただの体操ではないところに大きな特徴があります。現在の按摩、指圧、整体、カイロプラクティック、マッサージ等をミックスした31の体の動かし方が「自彊術体操」なのです。実際、自彊術体操に参加したことがあるのですが、激しい運動ではなく椅子に座ったままで出来る体操にも関わらず、体がポカポカして、暖かくなるという、不思議な体験をしたことがあります。これは、人間の体には365以上の関節があり、その関節をほぐすことで副交感神経を活性化させ、血流やリンパの流れを良くする効果があるそうです。

せいりょう園が佐藤先生と関わりを持ったきっかけは、20年前にせいりょう園の職員が、利用者と心がホッとするような取り組みを何か出来ないだろうか、と考えていたところ、先生が開いていた教室にお邪魔し、利用者に対して自彊術体操をしていただくことをお願いしたそうです。その時、先生は老人ホームという場所で介護が必要な方達に対して、自彊術体操を行う事の不安はあったが、是非やってみたいという気持ちの方が強かった、と言われていました。



その後、20年以上に渡り、せいりょう園で毎週月・木曜日の「のびのびルーム」、毎週水曜日の「自彊術療法」をしていただいています。その中で先生がいつも感じているのが、老いにより、体を自由に動かせなくなり、機能が改善しなくなることは自然なことだけでも、自彊術を行うことで、その瞬間は心身がほぐれ表情が笑顔で穏やかになっていくのを見ると自彊術を習得して良かった、と思えることだそうです。

佐藤先生は自彊術のことを、身体を整え、呼吸を整えることで自分の心を整える鍛練である

「調身調息調心」という言葉で表現されました。自彊術を25年以上続けた今、その意味を理解出来るようになった、と先生はおっしゃっておられました。

今後とも、利用者の心身をほぐす自彊術を引き続き、よろしくお願い致します。

～ 男性介護者の為の料理教室の参加者募集中 ～

日時：11月16日（水）
13：30～15：00
費用：食材費の実費負担
1,000円～1,500円
作った料理は持ち帰ります
申込：せいりょう園

(079) 421-7156
(079) 424-3433



※9月2日（金）の神戸新聞に教室の様子が掲載されました