

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24年 6月 第136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>

社会保障と税の一体改革が目指すのは？

国会で今、「社会保障と税の一体改革」について激しく議論しています。現在5%の消費税を当面10%にしようとする政府に対し、強い反対と政治的な駆け引きの中社会保障制度の何が課題で、何処をどの様に変えるのか、についての具体的な中身が見えて来ません。

現在100兆円を超える社会保障給付費の半分は年金です。高齢者の医療費と介護費を合わせると、約8割が高齢者の為の費用です。国の財政は40兆円前後の税収を基に90兆円を超える予算を組み、毎年多くの国債を発行し、国全体の負債総額は現在1000兆円を超える、と言われます。

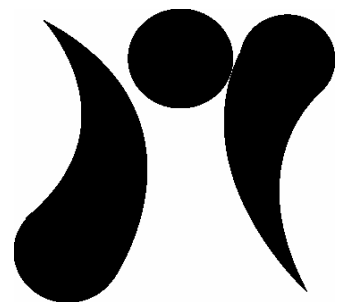
一方で、国民全体の個人金融資産は1400兆円を超え、その8割近くを高齢者が保有しています。老後の為に蓄えた貯金・不動産も老後の暮らしには使わず、更なる老後に備えて蓄えます。平均的な日本の高齢者は、年収の20年分を遺産として残して人生を締め括っています。

働く世代が多くを負担する公的な社会保障費の8割を高齢者が使って多額の負債が社会に残り、その高齢者が多額の個人資産を遺産として個人的に引き継いで行く現実を見ると、社会保障制度の持続が不可能である事を実感します。個人的に引継ぐ前に、『社会の負債を高齢者が補填する仕組み』が必要です。

生物として引き継いだ遺伝子情報のみでは人間社会は成り立たず、思想・宗教・科学・教育・文化・芸術など、遺伝子では伝わらない精神的な営みが生み出す多くの成果が人間の社会性を育み、文明を発展させて来ました。既に遺伝子を伝え終えた高齢者にとって最も大切な役割は、遺伝子では伝わらない精神的な営みを次の世代に伝える事です。

生殖機能を失った後も30年～40年と生きる動物は、人間以外にはないと言われます。人間のみが成し得る超高齢社会は、多くの高齢者が伝える思想や宗教が育む精神的な営みから、多様で豊富な成果が生み出される超高度に成熟した文明社会です。

(次ページへつづく)



(前ページのつづき)

その最先端にいる日本社会にとって、現在の超少子化と深刻な財政悪化は、危険を知らせる赤の点滅信号です。このままの状態が続いて子供が生まれず、財政破たんが進めば、国家も社会もやがて消滅します。歴史上、高度に成熟した文明社会は消滅しています。現状を継続するのみでは、日本社会もやがて消滅します。今年から順次高齢者の仲間に入る団塊の世代がやるべき事は、まず財政破たんを防ぐ事。同時に、次の世代に子を産み育てる喜びを伝える事。即ち、社会の変革を図る事です。団塊世代は生れついてより変革の先頭でした。

社会保障と税の一体改革は、国の負債をこれ以上増やさず、消費税を中心とした健全で安定的な財政構造を確立する為に、社会を流通する資金を豊富にする事を求めています。今の社会で最も多くの資産を保有する高齢者は、まず自分が保有する資産を社会に流通・循環させる事が求められます。老後の為に蓄えた貯金・不動産を老後の暮らしに消費する事が、公的なサービスを使う前提条件でなければ、国家の財政悪化は防げません。

死ぬまで確実に入る年金はその都度使い切る事。公的な医療や介護の費用もまずは自己負担し、資産も収入も使い切れれば公費で補填する事。社会への信頼と自己の責任をまず高齢者が示さなければ、次の世代につながる持続可能な制度と社会は実現しません。

人間が他の動物とは全く違う社会を創り得たのは、思想や宗教・芸術などの精神的な営みの成果であり、遺伝子では伝わらないからこそ、生殖機能を失った高齢者に伝える役割が回って来ます。昔はごく少数の長老が伝えるのみでしたが今は多数の人が高齢者となり、長い時間をかけて様々な事柄を伝える事が可能です。中で最も大切な事は、連綿とつながる命の連鎖を伝える事です。

遺伝子で伝える命は限りある生命であり、精神的な営みの成果を生み出すには、永く他者の心の中で生き続ける命が必要です。其れは日々の暮らしの中の記憶や、思想や宗教への共感が生み出す命の連鎖です。高齢者は自分の命が尽きる営みを通して、命より大切なもの、永遠につながる命の連鎖を伝えます。

高齢者医療費が現在では約18兆円と言われます。高齢者には、医療で延びる自らの命とその費用と、自然に尽きる命とその質を考え併せて、医療内容を決めなければなりません。長さを測る客観的な物差しと、質を測る主観的な物差しと、費用に対する社会的な責任と、それらを総合して、生活と生命の主役として判断しなければなりません。観念論としての命の価値ではなく、連綿と連鎖が続く社会の一員としての役割と責任が、具体的に問われます。

生産に限りある社会の中で、長さに限りある命を生きている高齢者は、その両方の限界を現実の暮らしの中で受け容れ、連綿と続く社会の一員として真摯に死を受け止める思想が求められます。その思想が子供を産み育てる次世代の意欲を育み、永く後世につながる社会を創ります。老いた人の死は、極めて創造的な人間性豊かな営みです。深沢七郎氏が『榎山節考』で描く姥捨の歴史が日本社会の礎を築き、今の超高齢社会につながっています。

介護現場が今直面する胃ろうや、人工透析・ペースメーカー等の高額医療は、次の世代に引継ぐ社会への責任を問い掛けます。目先の命にこだわって自然の摂理と社会の限界を忘れ、多くの負債を後世に残す施策はもう限界です。老いの暮らしに豊かな人間性と創造性を復活する為に、一体改革を急がなければ、との焦りを感じます。団塊世代にとって時間の余裕はありません。

骨粗鬆症とは

骨が悪いと老けて見える。健康意識の高まりから、これまでの内臓を主とした病気の観念から、骨や皮膚状況までも健康管理の範疇に入れられるようになって来たが、これは当然のことでありました。身体のとどこが悪くても健康とは言い難いことは自明の理である。

さて、人間の形状を司る骨は、その密度が大人の平均値の70%未満のものを骨粗鬆症という。骨粗鬆症になると、ちょっとした動作で背骨に圧迫骨折が起こったり、背骨が曲がってしまい、老けて見られるようになってしまう。この老けて見られる年頃というか、そう見られる骨の曲がり角というべき年齢は、特に女性では更年期が最も注意すべき時である。肌だけを見れば40歳代半ばかと思われる人でも、背骨の曲がった状態で肌を見せれば、50歳代後半の評価になってしまふ。背骨が曲がるようでは決して良い姿勢を保つことが出来ないから、骨粗鬆症にならないように、栄養面や運動面においてもいろいろと努力を重ねなければならない。

最近、整形外科だけに限らず、あちこちの医院で骨密度を測ってくれるところがあるので、良い機会を捉え、一度は測ってもらっておけばよい参考になると思う。50代、あるいは60代ではぜひとも一度は測っておくべきだ。

人間の骨は20歳代から45歳くらいまでが最も密度が高く安定しているが、その年を越してくるに従い、骨密度は徐々に低下してくる傾向にある。特に閉経期以後の女性の骨密度の低下傾向は著しく、転倒予防に万全を期さなければならない。

骨粗鬆症は、女性は男性の3倍くらいもあり、60歳以上では女性の約半数が骨粗鬆症になっているといわれる。その分骨折事故も多くなり、痛みも出てくるようになる。

しかし、骨粗鬆症と診断を受けても落ち込むことはない。医者に薬や注射を処方してもらい、適度に運動の指導を受ければ、徐々に回復するであろうからさほど心配することはない。そして骨を健康に保つために、エージングケアとして、カルシウムとビタミンDをしっかり食物から摂るように心がけることだ。幸い、最近はそのような成分を含んだサプリメントも発売されているようなので、それらを利用するのも一つの方法である。そして栄養素が揃ってからは、適度な運動を継続していけば良いではないか。

ここでいう適度な運動とは、ウォーキングとかランニング、あるいはジョギングとかエアロビクスのような有酸素運動が適しているように思われる。これによって負荷をかけた加重運動を考えれば良い。

骨の密度の変化は殊に女性では、骨の曲がり角である更年期から急激に進行する。それ故に、骨粗鬆症になってしまうと日常のちょっとした動作で骨折を起こし、背中が曲がってしまい、ひいては寝たきりになってしまう。

サア皆様、寝たきり防止を念じ、三日坊主にならないよう挑戦してみてください。

せいりょう園待機者状況

<平成24年6月14日現在>

○入所判定済み者 391名 (グループの内訳)

Iグループ…129名 IIグループ…149名 IIIグループ…113名

○入所判定済み者の現在状況

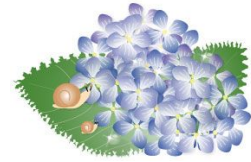
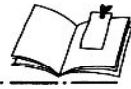
在宅170名/特別養護老人ホーム入所中12名/医療機関入院中101名

老人保健施設入所中85名/ケアハウス入居中4名/障害者施設1名

グループホーム入居中13名/所在不明5名

○辞退その他 他施設入所4名/死去5名/辞退2名





講師 真宗大谷派 真宗寺
邨上 了圓 住職

デイサービス 谷澤 高明

94歳の母親を遠距離介護している70代の大学教授の記事。そこには「老々ならぬ朗々介護が目的だ」とあった。親の介護も問題だが、核家族時代がもはや一時代のことでなくあたりまえの家族形態になった現代、老夫婦の生活も切実な問題である。いつ片方が介護を必要とするようになるか分からない。朗々介護を目指すにはいろんなスキルが必要と思われるが、料理の出来不出来も大きなポイントではと思う。男性の料理の出来不出来が深刻な問題となりうる時代の到来である。我々男性軍としても心しておく必要がある。ある小説の一節にこんなものがあった。「闘う男のメシは卵に始まり卵に終わるのだ。『ロッキー』でシルベスター・スターローンが見せた生卵の一气飲みしかり、『クレイマークレイマー』で奥さんに逃げられたダスティン・ホフマンが作るフレンチトーストしかり、逆境に立ち向かう男達に力を与えてくれるのは、卵である。あれこれ手を広げるより、とにかく卵なら誰にも負けないっていうのが大事なんだよ。それが男の自信につながる。」映画をご覧になっていない方には理解してもらえないだろうが、しかし現実はこの恰好の良いものだけではない。毎日のことである。我が『せいりょう園』でも「男性料理教室」を開設している。簡単な家庭料理を手間暇かけずに仕上げるのは、ことのほか大変なものである。逆に料理を提供された場合は「お任せしている」のであるから、感謝して文句を言わずに頂こう。家内に暫く家を留守にされるとよく分かる。男性諸君よ、料理に限らず家事にもっともっと強くなろう！！

今月の仏教講話は真宗大谷派 真宗寺 邨上(むらかみ)了圓ご住職に来て頂いた。ご住職には何度か講話頂いているが、最初はいつもの通り三帰依文を唱えられた。ご住職は毎月1回ご自分のお寺で法話されているらしいが、それ以外にもいろんな施設で講話の会を持たれているとのことである。最近はその際ご持参の冊子の一節を話される。その中に

は「親鸞聖人の法話カレンダー」が掲載されていて、6月の言葉は

『ただ 如来に まかせまいらせ おわしますべく 候う 未燈鈔』

親鸞聖人の法話が弟子の唯円により編纂されたのが『歎異抄』であるが、聖人の手紙をまとめたものが『未燈鈔』で、内容は：如来(阿弥陀様)にお任せするしかないんですよという意味。

人は生まれた時は全く人任せである。何も出来ない。誰かの手助けがなければ、生き延びることは不可能である。その内に少しずつ自我が目覚めて来る。オムツの好みで気分の変化を見せる赤子もいるとか。人はこの現象を『知恵が付いた』とその成長を喜ぶ。さらに成長を遂げると、本人も自分のことを「出来る私」「何でも分かってるよ！」と自覚する。ところがある時から、今まで出来ていたことが出来なくなる。「出来ない私」「分かんない！」人はこの現象を老化と呼ぶ。自我に目覚め、知恵が付き、成長を実感した喜ばしい現象から、一気に嘆きの現象につき落とされる。しかし本人はこの「出来ない私」を受け入れにくい。出来なければお任せすればいいのだが、お任せ出来ない厄介な私。「任せる」と言っておきながら「やり方が違う」「駄目だ!」「任せられない」となる。

明治の宗教学者清澤満之(きよざわまんし)の言葉の紹介があった。「汽車に乗ったら持つてる荷物を全て汽車の中に置きなさい。汽車の中でまだ荷物を持っているのは汽車の役目を信じないばかりか、その役目まで奪うことである。汽車に乗ったら全て汽車に任せましょう。」

『絆』の話になる。昨年(2011年)の東日本大震災以来よく耳にする。絆は犬や馬などの動物を繋ぎとめておく綱の意味から家族や友人など人と人を離れがたくしている結びつきを言うようになったのだが、本来の意味は糸偏に半と書くように、片方、一方通行で良しとしたもので、お互いに見返りを要求するものではない

かった。絆を持ちながら「騙された」「裏切られた」はあくまで自分勝手、自分の都合で、親鸞聖人は「騙されても、地獄へ突き落されても結構だ」と言われた。「お任せすると言えば心は安んじられるが、実は自分の心が一番厄介なのです。人は口に出すのと本心とは違います。年を取ると人はよく、もう欲も得もないと口にしますが、それは違います。欲得の質が変わっただけです。若い頃欲しかっ

たもの、今は欲しくないかも知れませんが違ったもの、別なものが欲しくなるのです。若い頃見向きもしなかったものかも知れません。欲得を持つなど言うのでは決してありません。人間とはいくつになってもそういうものだと自覚して生活して行きましようと言ったことなのです。」今回も身近な話題を盛り込ませながら、心に残るお話をありがとうございました。

24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

[平成24年5月26日(土) 14:00~16:00]

意見交換

- ・介護について語ろう会「看取りを支える介護と医療の連携」の報告を聞いて最期のことは家族と話し合っておかなければいけないと思った。
- ・看取りについて石飛幸三先生のビデオを見て、三宅島の自然な死は、自分たちの死を考える良い機会だった。
- ・本『大往生したかったら病院に行くな』を読んで、著者の先生は自然に任せの方が良いという指導をされている。
- ・当施設では契約の中で入所の段階で看取り介護の加算の同意をもらっている。
- ・死に対して具体的にふれる場面が微妙である。入院すると胃ろうをつけて戻ってくる人が多いが、最近は断る家族も出てきた。点滴などしない方が安らかに眠ったままで昏睡もなく最期を迎えている。
- ・日本では今、子供が産めない、育てられない、虐待が多い。日本人には上手く遺伝子を伝えることが出来ていないのではないか。
- ・自然淘汰は、強いものは逃げて弱いものはそれを受け入れる。自然の中で生きているものは自然淘汰を想定していなければならない。
- ・厳しい選択を迫られた時、人間として後ろ髪を引かれる。はたして動物的になれるのか。
- ・平成22、23年の2年間で施設での看取りは22名、在宅での看取りが38名と聞いて、日々死に直面されているのに驚きと敬意を感じた。
- ・ひやりはつの報告の中で、本人の自由な行動については仕方がないことだが、介護ミスの再発防止はお願いしたい。
- ・ひやりはつの事故報告の中で小さなことでも取りあげて、再発防止に取り組んでいる。風通しを良くしてオープンにしていくことが信頼関係の構築につながる。
- ・日本で4つも矯正施設があるのは加古川市だけである。当施設にも月に1回少年院から数人が奉仕活動に来ている。



介護についてみんなで語ろう会（5月25日）



テーマ「聴き上手、話し上手になろう」

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

人に上手く話せた時、自分の考えていることを上手く表現出来たと思う時は、自分に説明する力があつたのではなく、拙い話を相手が上手く聴いてくれていたと感ずることがあります。普段、何気なく行っているコミュニケーションの中に話を上手く聴きだすポイントがいくつかあるように思ひます。そのポイントを意識することにより、相手の話を聴くこと、相手に伝えることで、より良い対人関係を築くことが出来ます。

今回の語ろう会では、上手に話しを聴くこと、上手に伝えることについてゲームを交えて皆さんと語り合ひました。

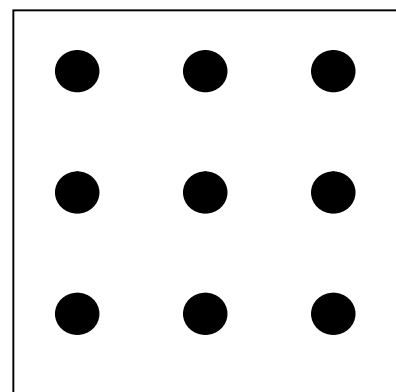
価値観を捨てよう

初対面の人間同士が対面する時、様々な情報をもとに相手を理解しようとしみます。特に見た目や外見などの視覚からの情報が83%を占め、続いて聴覚11%、嗅覚3.5%、触覚1.5%、味覚1.0%となります。ニオイのレベルが実際には低いトイレでも、見た目が汚いと、多くの人間がくさいと感ずるそうです。物事を判断する時にどうしても見た目で判断し、自分の価値観が入ってしまうことがあります。

価値観が入ってしまうと、相手から聞き出した内容にも自分の価値観が入ってしまい、事実と違ふ内容になってしまう場合があります。また、こちらの聴く姿勢にも大きく影響が表れます。

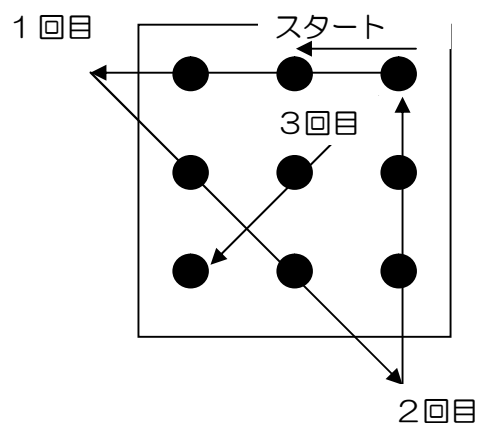
ここで問題です

この問題は、価値観の枠を取り払う問題です。右図の点をすべて通るようにな筆書きで通ってください。ただし、一直線で3回までしか曲がる事ができません。また、同じ点を通ることは可能です。



正解例

あくまでも、ひとつの正解例です。図の通り、枠をはみ出し曲がることで、すべての点を通ることが出来ます。どうしても枠があると枠内だけで考えてしまひがちです。文字通り、価値観の枠を取り払うことで見えてくる視点だといえます。もしかしたら、他の発想もあるかもしれません。

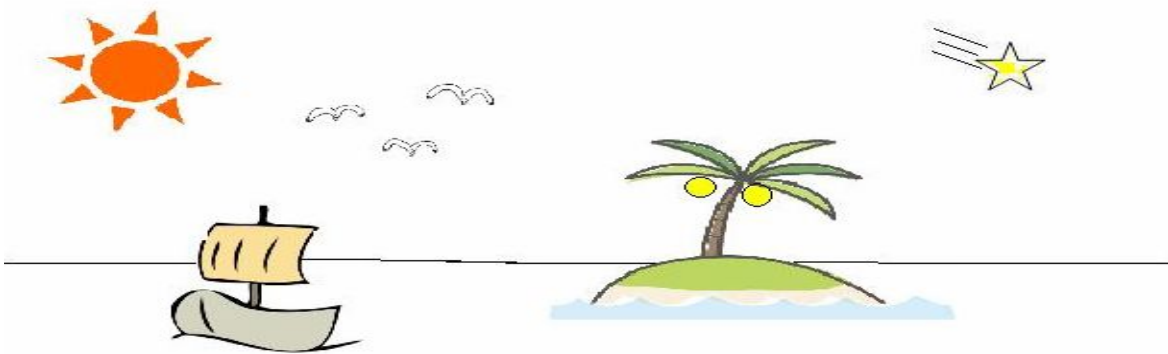


事実だけを受け止めよう

どれだけ純粋で素直な心の持ち主でも、自分の価値観をゼロにすることは出来ません。しかし、単純に事実を受け止めることは、意識し訓練することで出来るようになります。その人が話している内容、そのままの事実だけを聴くようにします。相手が悲しいと言えば悲しい、辛いと言えばその人にとっては辛いのです。相手を自分の価値観で決めつけないことが重要です。

事実をありのままの伝え、ありのまま描こう

語ろう会の参加者の皆さんに、ゲームをしていただきました。出題者が下の絵をどのような絵であるか説明し、聞く側は説明の通りに聴いたままの絵を描きます。説明する側も聞く側も自分の価値観、主観が入ってしまうので、事実をありのまま説明すること、聴いたままの絵を描くことは難しいことが分かります。



出来上がった絵を見ると、シンプルな絵なので、上の絵に近い内容の絵がほとんどですが、位置が違っていたり、船の形などが少しずつ違っていておもしろかったです。

聴く姿勢を

今回のテーマで一番伝えたかったことは、姿勢についてです。初対面で相手を理解しようとする時、視覚からの情報が8割であることは書きましたが、特に相手の話を真剣に聴く姿勢が、相手にとっては話しやすい状況となります。話の合間に頷きや相槌が入ると、自分の話を聴いてくれているのだと、安心して話すことが出来るのです。

価値観を捨てよう、と書きましたが、価値観は姿勢にも表れます。どうしてもよいと思っている人の話は、それなりの姿勢で聞いてしまいます。

頷きと相槌

今回の語ろう会に参加して下さった方に、ペアになっていただき、片方の方には自分の自己紹介をしていただき、もう片方の方には聞き役に回っていただきました。ただし、ルールとして話しを聞く側は頷きや相槌などの反応を一切してはいけないこととします。この状態で2分間話をしていただきました。皆さん、反応しない相手に対して話しづらく、困った顔で黙ってしまう方もいらっしゃいました。後で感想を聞くと、相手の反応がないとたった2分が長く感じたり、話を聞く側も申し訳ない気持ちになる、とのことでした。

私たちが、人の話しを聞く際に普段何気なく行っている頷きや相槌などの姿勢が、相手の話しやすさに如何に関わっているのかが分かったと思います。重要なのは、こういった姿勢



や表現を意図的に行うことで、話しやすい環境を作るとのことだと思ひます。

感想

他人の話を聴く時には、その人の話の内容を理解することは大切なことですが、前提として「話を理解しようとする姿勢」が重要だと思ひます。私たちは自分が理解したいと思ふものだけを理解し、理解したくないものは、はじめから理解しようとしなひことがあり、それが姿勢に表れてるように思ひます。

傾聴する、という言葉があります。これは、心から耳を傾ける、という姿勢の表れを言葉にしたものです。相手を如何に尊重しているかどうかによつても姿勢は変わってくるものです。また、自分がどのような姿勢で他者と関わっているか、どのように映っているのかは自分自身では分からないことが多く、特に私たち専門職は、普段から自分とはどのような人間で、どのような判断基準を持つ人間であるのかを知る必要があると思ひます。



せいりよう園盆踊り大会のご案内

平成24年7月28日（土）に恒例の盆踊り大会を開催いたします。
ご家族様はもちろん、日頃お世話になっているボランティアや地域の方々にもお越し頂き、利用者の皆様と夏の夕暮れを楽しんで頂きたいと思ひます。

屋台は、地域の方や障害者施設の方々にも出店して頂き、おでん、焼きそば、焼き鳥、とうもろこし、ヨーヨー、たこやき、わたがし、カキ氷などを予定しており、全て有料となります。

たくさんの皆様のご来場をお待ちしております。

屋台：17時～売り切れ次第終了

踊り：18時～19時30分

※雨天決行（屋内にて）



ケアハウス等空き情報 [平成24年6月15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	・ あさなぎ	： 1人部屋3室
・ カライ御立	： 1人部屋3室	・ 青山苑	： 1人部屋2室
・ ケアハウスアザリア	： 1人部屋8室		： 2人部屋2室
・ 志深の苑	： 1人部屋1室	・ キャッシル真和	： 1人部屋1室
・ むれさき苑	： 1人部屋2室	・ せいりよう園	： 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 3室

