

# 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24年 7月 第137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>

## 自然淘汰・その悲しみと希望

昨年(23年)5月23日の読売新聞『人生案内』に『祖母置き逃げた自分呪う』というA子さんの相談記事が載りました。3・11の津波で、祖母を見殺しにして逃げた女子大生の悲しみが伝わり、今も気にかかります。彼女は精神を病む事なく、生きる希望を取り戻したのでしょうか。

津波から1年が過ぎた今年3月の当法人の運営推進会議で、災害時の避難が話題に上がった時、委員の一人が『自分の母が其処に居たなら、母は放っておいて、若い職員さんには逃げて欲しいと思います。母がその場にいたら、きっとそう言うと思います。』と言われました。

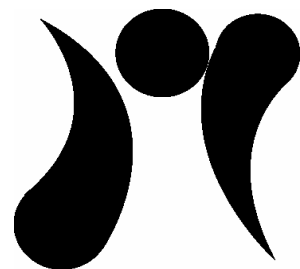
その委員のお母様は、当法人のマンション4階で当法人の小規模多機能サービスと訪問看護を利用して約3年暮らし、自然に平穏に92歳で最期を迎えられた方でした。田舎にある実家から長女である委員宅に程近いマンション4階に呼び寄せた時、委員のご主人が『この体(要介護4)では火事の時、助けてもらえると思うな。』と言われた事を話されました。

中学教師であった委員は現役の頃、『学校の避難訓練では子供達に障害のある弱い子供の手を引いて一緒に逃げるように指導している』と話すと、花の育種栽培を生業とされていたご主人は『旺盛な生命力を持つ子供が弱い子と共倒れになる可能性もある事を考えておくべきだ』と指摘されたとも話されました。

何度も津波が襲った東北・三陸地方では『津波てんでんこ』の教訓が残っています。『これより下には家を建てるな』の石碑が建っています。

『てんでんこ』は、自然淘汰をくぐり抜ける奥義を伝えると同時に、生き延びた命には、淘汰された命の分も含めて、強く生き抜く使命と責任がある事を教えた教訓です。A子さんには、強く強く生き抜いて欲しい、と祈念致します。

(次ページへつづく)



(前ページのつづき)

自力で避難する事が不可能な高齢で障害をもつお年よりを、人生の最終章を完結に向けて生きているお年よりを、多数抱える介護施設の施設長として、大規模災害・非常時の覚悟の程を突き付けられたように感じます。

お年寄りを置いて、職員に逃げろと指示するのか？できるのか？それが正しいのか？自分はどうする？逃げるのか？沈没する船と運命を共にする船長で在るべきなのか？世間の評価はどうなる？様々な想いと疑問が交錯し、簡単に答えが出せません。

### 3・11の地震と津波

は、人間が自然界の一員として生きている事を、改めて思い知る出来事でした。自然の中では、全ての生物が自然淘汰にさらされるのであり、其処で懸命に逃げて生き延びる本能を、動物は失ってはならないのです。A子さんの心の奥底に、其の本能が残っている事を心から祈ります。

そして我々は今、次の世代を担う子供達に平常時の助け合いを教える一方で、非常時の『てんでんこ』を教えなかった事を強く反省すべきと思います。経験したこともない大きな地殻変動の後、40分間も校庭で待機した数十人の子供達の命に報いる為にも、動物としての本能を退化させない指導が必要です。

命と向き合い、死を受け止める必要性は平常時にも起きています。自然の摂理は老いた生命体に、新たな生命が誕生し育つ土壌と環境を豊かにする役割を課しています。葉っぱのフレディが気付いたように、土に還って新たな生命の誕生と育成を見守り、命の連鎖と循環を実現します。

人間には更にもう一つ、遺伝子では伝わらない社会性を伝えねばなりません。社会を形成する為の思想や宗教や哲学など、精神的な営みが人間には必要であり、老いた命が完結する営みは、其れを伝える役割を担っています。死と向き合い死について考える事を、次の世代に経験させ、自らの命と引き替えに、次の世代の自立を促し、輪廻の思想を実践するのです。其れが高齢者介護の目指す、本当の自立支援であり、地域包括ケアの本旨です。(次ページへつづく)

大学生の女子。何をしていたてもあのことばかりを思い出してしまいます。  
あの日、私は祖母と一緒に逃げました。でも祖母は坂道の途中で、「これ以上走れない」と言って座り込みました。私は祖母を背負おうとしましたが、祖母は頑として私の背中に乗ろうとせず、怒りながら私に「行け、行け」と言いました。私は祖母に謝りながら一人で逃げました。  
祖母は3日後、別れた場所からずっと離れたところ

## 祖母置き逃げた自分呪う

で、遺体で発見されました。気品があつて優しい祖母は私の憧れでした。でもその最期は、体育館で魚市場の魚のように転がされ、人間としての尊厳などどこにもない姿だったので。  
助けられたはずの祖母を見殺しにし、自分だけ逃げてしまった。そんな自分を一生呪って生きていくしかないのでしょうか。どうすれば償えますか。毎日とても苦しくて涙が出ます。助けて下さい。  
(A子)

(前ページのつづき)

自然淘汰で失われる命があり、自然の摂理で亡くなる命があり、それらの命を礎にして新たな命が芽生えて育つのが、自然界の営みであり、人間社会の輪廻です。A子さんのお婆様は、自然淘汰と自然の摂理を同時に受け止め、瞬時に判断して、孫の未来に自らの命と希望を託したのです。人として最も尊厳ある姿であり、その希望を受け止め、応えられる社会を創りたい、と願います。

3・11以降も、局地的な自然災害が各地で起こっています。自然の猛威の前では人は無力ですが、自然界の一員として命と死について絶えず考える姿勢を忘れる事無く、懸命に対処したいと願います。生活の中での安全と安心と未来への希望は、自らの懸命な対処が原点となって生み出されるものです。

目先の命に固執するのではなく、自然界の一員として死と向き合い、老いの命の主役として死を受け止め、次の世代に死について考えさせ、強く生き抜く本能を伝え、尊厳ある姿で生を全うする途を探ります。

高齢者介護施設の長として突き付けられた重い課題を心に留め、自然界の一員としての感性と感覚を豊かにして懸命に対処し、時宜に合わせて適切な判断が下せる介護現場でありたい、と心より願います。

せいりょう園 渋谷 哲

## ケアハウス等空き情報 [平成24年7月17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
・ カワイイ御立	: 1人部屋3室	・ 青山苑	: 1人部屋2室
・ ケアハウスペリヤ	: 1人部屋9室		: 2人部屋3室
・ ネバーランド	: 1人部屋1室	・ キャッシル真和	: 1人部屋1室
	: 2人部屋1室	・ むれさき苑	: 1人部屋3室
・ めぐみ苑	: 1人部屋1室	・ 香楽園	: 1人部屋3室
・ せいりょう園	: 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 先 ] せいりょう園介護相談室 TEL(079)421-7156/(079)424-3433



今年も蒸し暑い季節となりました。

せいりょう園の玄関に入ると、特養入所者のご家族にいただいたキリギリスの鳴き声が聞こえてきます。虫カゴも手作りですとても風情があります。この夏は、涼しげなキリギリスの鳴き声を聞くことで、暑さをしのげそうです。

ご寄贈ありがとうございました。



## 介護についてみんなで語ろう会（6月22日）

### テーマ「介護技術ミニ講座」



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

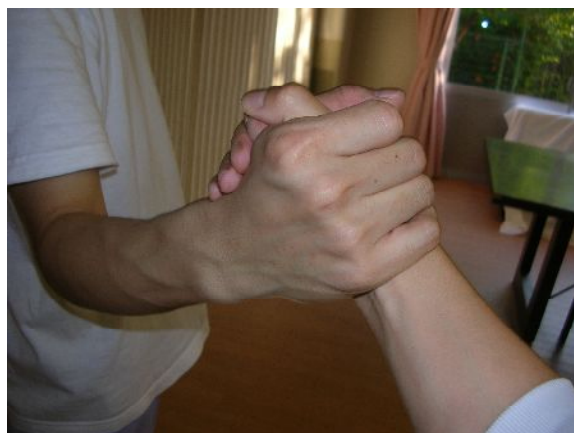
介護が必要な要介護者の内、多くの方は自宅で介護を受けながら生活されています。私たちの家族や身近にいる方の中にも介護が必要な方がおられ、実際に介護をする機会もあるのではないかと思います。

今回の語ろう会では、いざという時に役に立つ介護技術を皆さんと一緒に語り合いました。

### 立ち上がりの介助

#### ○手の握り方

立ち上がりの際の手の握り方として一番良いとされるのは、お互いの手が離れないように握る力が伝わりやすい握り方が有効です。手首を持ったり、手の甲を持つ場合は、力が上手く伝わりにくく、また、つかまれている方の手を痛めてしまう場合があります。手の握り方としては、腕相撲を組む際の握り方が最も力が伝わり、手が外れない握り方だそうです。この場合、相手の握る力も利用することができますし、自分自身も握っていることで安心にもつながります。



#### ○手を引く方向

人が椅子から立ち上がるときには、生理的曲線を意識します。生理的曲線とは人間の身体の仕組みや関節の動きによって、ある程度決められた生理的な動作のことです。椅子からの立ち上がりの場合、まず足を引いて頂きます。そして、頭は斜め上に行くようなイメージがありますが、実際には斜め下に頭は下がり、おじぎをするような形になります。つまり、手を引く方向は上ではなく、斜め下に引き、おじぎに合わせて曲線を描くように斜め上に手を引きます。重心が下がり前後のバランスが取れることで、お尻が自然に浮いて来て、そしてまた、頭がグッと上に上がってきます。



体の動きのバランス、生理的曲線は様々な生活動作に応用されます。生理的曲線を意識しながら行うことで、椅子の位置、ベッドの位置などの配置や介護者の立ち位置などを考える際にも役立ちます。また、自分自身が出来る自然な動きに合わせて行うので、介護する人もされる人も、楽に行うことができます。

## ベッドから車椅子へ、車椅子からベッドへの移り方

日常的に車椅子を使用している方にとっては、ベッドから車椅子、車椅子からベッドに移っていただくことは、生活をする上で必ず行う動作になります。

### ○ベッドや車椅子などの福祉用具を活用

本人の身体の状態にもよりますが、ある程度座位保持が出来て、支持力のある方は、電動ベッドやモジュール式の手押し車椅子を使用することで自分の力で移ることが出来ます。モジュール式の手押し車椅子とは、肘掛が跳ね上がったり、足を置くフットレストが外れたりする可変式の手押し車椅子になります。ベッドに手押し車椅子を横づけし、肘掛を上げ、手押し車椅子の座面にベッドの高さを合わせることで、お尻を少しずつスライドさせ移ることが出来ます。

### ○介助する場合

座位保持もなく、身体的支持力もない場合は、介助を行い移ってもらいます。手押し車椅子は肘掛を上げ、フットレストを外しておきます。重要になるのが、手押し車椅子の位置です。ベッドの横につけるのではなく、ベッドの側面に対して斜めにつけます。

介助者の肩から首に手を回してもらいしっかりと持ってもらいます。介助者は本人の腰に手を回し、しっかりと手を組みます。立ち上がりの際にも説明した生理的曲線がここに応用することが出来ます。「持ち上げる」というイメージではなく、立ち上がりと同じように、おじぎをするように前に重心が動きお尻が浮いた反動を利用し後ろへ移動しながらベッドに移ってもらいます。この際に注意しなければならないのは、本人の足の位置です。高齢の方は皮膚が弱く、少しの衝撃でも皮膚が剥離してしまうので、手押し車椅子のフットレストやベッドの端に当たらないように注意が必要です。また、身体が密着していればしているほど、力は伝わりやすく、お互いの腰や背骨を痛めずに済みます。



## 感想

普段なにげなく行っている動作にも、仕組みや理由があります。それを理解することで、様々な場面で応用出来ることが分かりました。また、手押し車椅子や電動ベッドを活用することで、お互いにとって体を痛めないような介護をすることが出来るようになりました。

今回の語ろう会で行った介護技術というのは、一般的な技術ですべての方、すべての場面で当てはまることではありません。その人の障害や病気、精神状況に合わせ、応用していく必要があると思います。

## ～口腔ケアについて～

特養介護支援専門員 谷川正樹

特養せいりょう園では、5月よりうちだ歯科医院の歯科医の往診と歯科衛生士による口腔ケアを開始しました。

これまでせいりょう園では口腔ケアに力を入れていましたが、できるだけ長く自分の口で食事を食べ続けることができるように、また誤嚥性肺炎のさらなる防止を目指し、月1回の歯科医の往診、月4回の歯科衛生士による口腔ケアを行う体制となりました。歯科衛生士の指導のもと、職員が口腔ケアの知識や技術の向上に努めていきたいと思っています。

お年寄りの口腔内の状態は、加齢現象の一つとして歯茎がやせてきます。歯茎がやせて下がると、歯の柔らかい部分が露出して、その部分が削れてきます。また、歯茎がやせてくると、歯と歯の間にすき間ができ、食べかすがたまったり、汚れがたまりやすくなります。もう一つの大きな変化は唾液の量です。加齢により分泌量が少なくなりがちです。唾液による自浄作用が減少するので、口臭が強くなり、舌苔も増加する等、口腔内の衛生状態は悪化します。そして、歯茎がやせる、唾液が減る等の条件が重なると、虫歯ができやすくなります。特にやせてしまった歯茎の部分、歯の根元が虫歯になりやすくなります。



↑ 打田先生



↑ 中稲先生

高齢になってくると自分では思うように歯磨きや義歯の手入れができず、時間をかけてもきれいにならなくなります。手伝えは短時間できれいになるので、そのようにしてしまいがちですが、できる限り自分で歯を磨くことは、リハビリの面からみても重要です。歯ブラシがうまく持てなかったら、握りを太いものに変える等して、できるだけ自身で磨ける工夫をします。自分では磨けないお年寄りには職員が口腔内を清潔にします。ヘッドが小さめのブラシを使って行っています。

最近では、口腔ケアに関する様々な用具が整えられています。歯の表面、歯茎、舌の汚れを効果的に取り除く「スポンジブラシ」、クルクルと回しながら清掃する、毛で覆われた「球面ブラシ」、口臭や肺炎の原因となる舌苔を効果的に取り除く「舌ブラシ」等があります。

快適な食生活、誤嚥性肺炎の防止のためにも、お年寄り個々の口腔内の状況に合う、適切な口腔ケアの支援は大切です。ターミナル期となり食事が摂れなくなっても、胃ろうにより口腔摂取をしなくなっても、口腔内の衛生を保つことは生活者として不可欠です。口腔ケアで口腔衛生を保つことは、懸命に生きることの手助けとなるのではないのでしょうか。

### せいりょう園 待機者状況

＜平成24年7月11日現在＞

○入所判定済み者 406名 (グループの内訳)

Iグループ…131名 IIグループ…157名 IIIグループ…118名

○入所判定済み者の現在状況

在宅173名/特別養護老人ホーム入所中12名/ケアハウス入居中4名

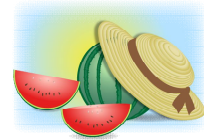
老人保健施設入所中93名/障害者施設2名/医療機関入院中102名

グループホーム入居中15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 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、真宗大谷派光念寺本多正尚ご住職に来て頂いた。梅雨の合間の好天気で午後からは真夏を思わせる天候となった。この炎天下の中、ご住職は二件の仏事を済まされて駆けつけて下さった。「今年も早、半年が過ぎてしまいましたね!どのようにして半年生きてきたかな?」知人の床屋さんとの話をされながら人との出会いについて話し始められた。「あう」「合う」「遭う」「遇う」の四字をホワイトボードに書かれて、順次解説された。

\*『会う』…予定が出来、段取りして対面する。「客に会う」「いつもの場所で会おう」

\*『合う』…互いに相手に働きかけながらある動作をする意を表す。「心が通じ合う」「ぴったり合う」「愛し合う」「話し合う」「子犬がじゃれ合う」

\*『遭う』…思いがけない出遭い。それも、「カベにぶつかる」「危機に見舞われる」「被害をこうむる」「しわ寄せを受ける」「事件に巻き込まれる」「遭難する」といった好ましくない場合に多く使われる。

\*『遇う』…意味は「偶」と同じ意味がある。偶然の「偶」で、予期も期待もしていなかった、驚きのある出会いを「遇う」という。

「偶然」の反対語は「必然」。しかし、「偶然」には「必然」の意味がギュッと込められている。親鸞聖人は「遇」を「たまたま」と読んでいる。

「たまたま」というと、偶然性が強く感じられる。しかし、親鸞聖人の想いとしては「たまたま」の中に、遇い難い教えに遇うべくして遇うことが出来た喜びが込められているように感じられる。仏教で「あう」といえば、「あいがたきご縁に出遇う」ことなのである。

次に最近読まれた本の内容を紹介された。子どもを出産してすぐに亡くなった母親とその息子の話。子供を宿した時、医師から母体が心配だから子供を諦めるように言われた。しかし母親は出産を選び、子どもを産み落と

してすぐに亡くなった。息子は成長するにつれ、非行に走るようになる。母親がなく、父親は仕事にかまけて留守がちである。遊び賃欲しさに家財を持ち出しては遊び呆けていた。愈々、金目のものが無くなり、母親を祀った仏壇に手をかける。引き出しを開けると、中に綺麗な箱が入っていた。何とはなしに開いてみるとビデオテープが一本入っていた。気になって流してみた。見たこともないお腹の大きな女性が映っている。

『お母さんですよ!』

『これを見るときあなたは何歳かな? 5歳? 10歳? それとも20歳?』

『あなたを妊娠した時、出産を止められたの。危険だから諦めろって言われたの。』

『でも私はあなたに会いたくて、会える日をじっと待ったの』

『私は今、如来様のそばにいるの。心配しないでね』

『だから私の分までしっかり生きてね』

『生まれたことを決して無駄にしないでね』

『お父さんの事、大事にしてね。お願いよ』

「母さんはいつも自分の側にいてくれたんだ。母さんの言う通りこれからは一生懸命生きるよ」と彼は父親に誓った。というものであった。

最後に東南アジアに医療奉仕で出掛けた医師の経験談を話された。手を菌におかされた青年がいた。現地の医療レベルでは生存はかなり難しいと判断し、片手の切断手術を提示し、準備をして待ったが患者は来ない。青年は「私が手を無くしたら、家族の迷惑になる。命が助かっても喜べません。手術しないで生きながらえればそれは神様のご加護があるからです。」

「こんな出会いもあるのです。これからもいろんな出会いの中で『いいあい』を感じて下さいね。暑さに負けないでがんばって下さい。」

お忙しい中有難うございました。仏教講話8月はお休みです。9月3日を予定します。水分をしっかりと取って、無理をせず、夏を乗り切りましょう。



