

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 9月 第139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>

認知症の人の感性・感覚に学ぶ姿勢を

社会が超高齢化する中で、最大の課題が認知症対策と言われます。早期発見・早期対応と予防が大切で、地域での受け皿が重要とされます。認知症の人が精神科の病院に入院すると、長期化して最期も病院、と言う例が多くなり、認知症になっても最期まで地域で生活できる環境を創る事が、最も重要な課題とされています。

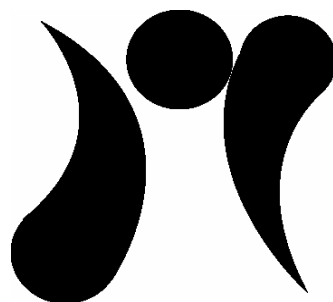
根本的な治療はできないが、進行を遅らせ、症状を改善する効果があると言われる薬が、1つから4つに増え、多くの人が期待を寄せています。しかし、脳細胞の変化や異常については外科的な処置もできず、認知症という病気とその症状には、最期まで付き合うしかないのも事実です。老いと密接に関係する認知症には、あらかじめ防ぐ予防策以上に、火災におけるスプリンクラーと同様に、あらかじめ備える対策が、非常に重要だと思います。

老いと死の過程は、生まれながらに遺伝子情報に織り込み済みであり、全ての人が加齢に伴い知性・理性・体力の低下に遭遇します。自然の摂理です。認知症に罹ると単なる老化を超えて、特に知性・理性面の低下が早く訪れ、激しくなり、ご本人とご家族の不安と混乱が大きくなります。しかし、感性・感覚・感情は最期まで残ると言われ、生活者としてのプライドは保持されます。

認知症の人が、他者の言動に立腹して怒りの行動がエスカレートし、手を振り上げる場面も生じますが、その手を振り下ろして攻撃する人は殆ど無く、私の経験では見たことはありません。長年の生活経験で培った感性や感覚が心の中で働いて、適度な処で折り合いを付けて怒りを収めているように観えます。手持無沙汰で退屈しているように見えても、他者の動きや周りの様子を的確に観察しており、その鋭い指摘に驚かされる場面が多々生じます。

認知症になっても、周囲の人をあまり困らせない生活力を持つ人が、結構たくさん居られます。少し変な行動があるけれども、周囲がその小さな異常を許容すれば、自分なりに折り合いをつけて、それなりに暮らせています。その暮らし振りと対応の中に、重要なヒントが潜んでいるように思います。

(次ページへつづく)



(前ページのつづき)

老いた人は、自然の一員・社会の一員として、自らの人生を締め括るのと引替えに、新たな生命が誕生する土壌と環境を豊かにする使命を負います。その使命を果たす為には、遺伝子と経験則が十分に働いて自然な姿で生命が完結し、穏やかな表情で人生を締め括る様子を、次世代の人が目にする事が非常に重要です。その様な暮らしの中で、命と暮らしが引継がれて行きます。

例え認知症になって知性・理性・体力が低下して混乱しても、数十年の生活経験で培った感性や感覚が働いて適度な処で折り合いをつけ、自分なりに判断して暮らす姿には、世間の常識から少々はみ出してはいても、生活の主演としての毅然とした顔つきにプライドが満ちています。適度に折り合う感性と感覚が最期の瞬間まで身体に宿り、その働きで家族の気配や生活の雰囲気を感じ取り、死への不安と折り合いを付け、死を待つ身でありながらも、安心して幸せな想いの中で、穏やかに人生を締め括ることが可能になるのです。

介護するご家族や介護職にとって最も大切な事は、死に逝く人が気配や雰囲気を感じている様子を、鋭く感じ取る感性・感覚を持ちあわせる事です。自分の存在を感じながら最期への途を過ぎた穏やかな死顔に出会う時、死を通して縁と絆につながり、死者を偲ぶ心が芽生えます。その心が家族と介護職と地域の協働を生み、思想や宗教を育み、連綿と続く社会を実現します。人の死は、人類にとって極めて創造的な営みなのです。

『死を避けたい』との想いがつのり、そこに神経が集中すると、感性・感覚が鈍り、『死を避ける処置』を行う中で、感性や感覚を忘れ去ります。やがて想いに反して迎えた死に対して、後悔が残り反省がつのり、死者への想いを心の奥底に閉じ込めます。そして、死者を偲ぶ心を封印して、世間の義理を優先する営みが始まります。その中で、多くの縁が薄れ、絆が途切れ、無縁社会の扉につながって行くように感じます。

認知症に対してあらかじめ備える予防策として、認知症になった人の感性や感覚を最期まで保持する事の重要性を、しっかりと認識する事が必要です。例え認知症になっても、感性と感覚が、穏やかな最期への途を開きます。

予防・治療・改善の為の服薬やリハビリも、過剰になると感性や感覚を奪い、心身のバランスを崩します。服薬で身体のバランス感覚が鈍り、転んで大けがをする方が、薬を止めると、転びはしても怪我が少なくなる例があります。身体の動きが鈍りながらも、無意識に身をひねる感覚が、大けがを防ぎます。心身の機能低下によるダメージを少しでも和らげ、穏やかに老いと死を迎える途を、経験則として蓄えた感性と感覚がしっかりと支えています。心身機能の維持・向上を優先する医療・介護の裏で、多くの人が感性・感覚を失い、8割以上の方が病院で最期を迎え、後には後悔と反省が残ります。

アメリカのレーガン元大統領が認知症になった時、ナンシー夫人は『スローグッバイ』と言われました。少し先に来る別れを覚悟し、夫の老いと病にゆっくりと寄り添う決意を感じさせる言葉です。認知症の人の老いと病にゆっくりと寄り添い、その人の感性や感覚に学ぶ姿勢を持って介護する時、ご家族と介護職と地域の人との協働が可能になり、老いと死が創造性を取り戻し、死後にも縁と絆が結ばれ、連綿と続く社会の実現につながります。

認知症の人の感性・感覚に学ぶ姿勢が、認知症対策の原点であり、超高齢社会を次の世代に引継ぐ営みの出発点です。

せいりょう園 渋谷 哲

100歳表敬訪問(9月13日)



百寿のお祝いに兵庫県と加古川市から表敬訪問がありました。
今回はショートステイを利用されている方がお2人、特別養護老人ホームに入所されている方がお2人と4人の方々のお祝いを光栄にもせいらょう園でさせていただきました。
ご家族の皆様にもおいでいただき職員共々、**100歳**というご長寿の祝福をさせていただきました。



今後もそれぞれの方らしくせいらょう園で過ごしていただければと思います。



せいらょう園待機者状況

＜平成24年9月12日現在＞

○入所判定済み者 416名 (グループの内訳)

Iグループ…137名 IIグループ…159名 IIIグループ…114名

○入所判定済み者の現在状況

在宅174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95名/障害者施設2名/医療機関入院中105名

グループホーム入居中13名/所在不明5名

○辞退その他 せいらょう園入所1名/死去5名



介護についてみんなで語ろう会（8月24日）

テーマ「介護技術ミニ講座3 ～食事介助～」



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

食べ物を食べることは、生きていく上で必要不可欠なことです。しかし、高齢者になると、嚙んだり飲み込んだりする力が弱くなり、内臓の機能も衰えて行く傾向にあるため、十分に栄養を補給することが困難になります。特に、麻痺があり自分自身では、食べ物を口に運べない方や、嚥下障害があり飲み込みが出来にくい方には、介護者による食事介助が必要になります。

今回の語ろう会では、食事介助の方法について皆さんと語り合いました。

食事介助が必要な状態とは・・・

食事介助が必要な場合、様々な状況が考えられます。中でも脳梗塞や脳出血などの脳血管疾患を発症し、後遺症として手に麻痺があり、機能的に自分自身では食べ物を口に運ぶことが出来ない方や、認知症の症状が進み、食べる意欲や食事の認識が心理的に出来ない方など、自分自身では食事を摂取することができない方がいらっしゃいます。

飲み込みの悪い状態とは・・・

私たちもお茶を飲み込んだ時に、咽こんでしまい苦しくなった経験があると思います。これは嚥下が上手く行えていない状態です。『嚥下』とは、水分や食べ物を口の中に取り込んで、咽頭から食道・胃へと送り込むことです。これらの過程のどこかが正常に働かないことを『嚥下障害』といいます。

正常な場合は嚥下反射により咽頭が上がり、咽頭蓋というフタが気道をふさぎ食物が気管に入るのをふせぎます。同時に食道入り口が開き、食物は食道へ入っていきます。咽頭蓋が閉まらず、誤って気道に食べ物が入ってしまい咽こむことを『誤嚥』といいます。特に脳梗塞などを発症し麻痺が残っている方に嚥下障害が残っている方が多く、頻繁に誤嚥を起こし苦しい思いをされています。

食事介助を行う前に・・・

食事を食べる前に、その方の健康状態や疾患、麻痺の有無などの身体状況を確認した上で、その人に合った食材・調理法・食事形態を考え、本人の意志を尊重しながらストレスのない食事介助を行います。出来るだけ、自分自身の手で食べることが出来るように心がけることが大切です。私たちが介助すれば早く食事が済むかもしれませんが、ゆっくりでも自分の手で自分のタイミングで食事を摂ることが、おいしく安全にいただける方法です。

エプロンが必要な方はエプロンを付けてもらい、濡れタオルで手を拭いていただき清潔に食事が摂れるようにします。

食事時の姿勢について

通常の食事の場合は90度座位の姿勢をとっていると思います。90度座位の姿勢は誤嚥しにくい体位です。介護者も座って介助します。机や椅子の配置にもよりますが、出来るだ

け本人の隣に座り、本人の顔と食べ物を両方把握出来るような位置に座ります。そして、本人が食べ物を食べやすい角度で食べ物を口に運びます。

調理の工夫

飲み込みやすいように食材を工夫することも大切です。消化の良い物、柔らかくて食べやすい物を中心に考えましょう。食材によっては、咀嚼しやすいように刻んだものや、誤嚥を防止する為に、ミキサーにかけ食べやすくします。汁物はサラサラの液体だと嚥下反射が起こりにくく、とろみを付けると飲みやすくなります。刻み食もトロミのあんをかけると食べやすくなります。



鮭の刻み食です



鮭のミキサー食です

刻み食やミキサー食は見た目が悪い為、出来るだけ形のある見栄えの良い状態が望ましいです。現在では、圧力鍋などを使用することで、形を崩さずにやわらかく調理できるソフト食が良く使われています。

トロミ茶の試飲、介助体験

参加者の皆さんに、せいりょう園で実際に出しているトロミ茶を試飲し、お互いに介助していただきました。液体にトロミをつける為、トロミーナという市販のトロミ剤を使用しています。皆さんの感想は、「あまりおいしくない」、「口の中がべちゃべちゃする」、という感想が多かったです。自分自身の手で、形あるものを食べることの幸せを実感されたようです。

感想

一般的には、食事介助の際に全量食べさせなければいけない、と介助者は思いがちです。私たちもそうですが、食欲が無い日は食べたくないのと同じで、本人の意志を尊重し本人のペースで食べていただくことが大事だと思います。

老衰の過程にある方に対しても同じことがいえます。日中の活動量も少なく消費エネルギーも少ない為、食事量も少量で充分です。ご飯を食べても消化、吸収、排泄する機能が徐々に弱くなっていき、飲み込みも悪くなります。吸収出来ない食べ物は異物となり、排泄も出来ない為、本人自ら食事を拒否される方もいらっしゃいます。最後は余分な肉が削ぎ落ち、骨と皮の状態になります。つまり、老衰とは食べることが出来なくなり、枯れるように亡くなっていくことをいいます。

生きていく以上、人間は食べ続けなければいけませんが、死の準備をする上では、食べることが出来なくなります。介助者には、その見極めが問われているように思います。

～ユニット型特別養護老人ホーム開設5年目にあたり～

介護主任 入江 良行



今年の9月1日に、ユニット型特養が開設して5年目を迎えることになりました。開設当初から従事している私は、ユニットリーダー⇒介護副主任を経て、現在は介護主任として業務を遂行しています。開設当初は、業務が定着しておらず、全てにおいて職員が、試行錯誤を繰り返しながら、新しい環境の下で切り開いていこうと全員が奮闘していたと思います。あれから丸4年経過して、ある程度業務が形となりました。振り返ると色んな事が

ありましたが、過ぎ去ると早かったようにも感じます。

4年の間には入居者との沢山の出会い、そして別れがありました。先輩職員から教わった事で肝に銘じている言葉があります。「ターミナルを知ることにより、その入所者に対しての介護評価が出てくる。そして通夜・告別式に参列する事で、故人の身内からの評価や新たな事を知る。」私が主任となってから特に意識しているフレーズです。入所者にとってターミナルを避けることは出来ません。職員は入所者の日常生活の介護の中で共に喜怒哀楽を感じ、自分の人生について学ばせて頂く事があります。その中でも終末期(ターミナル)には本当に沢山感じ取る出来事があると思います。今まで一緒に生活の介護をしてきた入居者が終末期に入る。その際には、今まで出来てきた事が段々と出来なくなってしまいます。その事に対して目を逸らしてしまうと何も見えません。私達介護職員は様々な入所者のターミナルに遭遇しました。各自色んな事を感じ取ったと思います。介護という仕事を選んだからこそ感じ取れる人生観だと思っています。

ターミナル時期に感じた人生観を自分の財産として、御家族に伝える事も介護職として大切な仕事だとも感じています。私は昔から緊張し過ぎて人前で話す事が大の苦手でした。そんな自分が主任となって導いた考えがあります。「プライドを捨てる事がプライド」です。言葉だけ見ると「変なの？」と思いますが、昔の私は人前に立つ人間になったから強くあり続けられないといけない。と変に自分自身を押し殺して格好よく見せようとしていたかもしれません。そんな意固地な自分だと疲れ果てて必ずボロが出ます。「主任だからこうあるべき!!」と世間的に思われているイメージを払拭して自分らしくあろう。弱さを露呈したり、素直になって皆と接していこうと決めました。そうすると肩の力も抜けて緊張が解けました。主任として御家族に入所者の状態報告を行い、ターミナル期には今まで自分が経験した出来事を力にして、御家族に身内の死と向き合えるように話をさせていただきます。入所者の看取り後や葬儀に参列した際、御家族が話す言葉の節々に介護評価が表れます。「ありがとう」の言葉を頂くと本当にこの仕事をしてきて良かった。という充実感と遣り甲斐を強く感じます。

これから先も介護を通じて人生観を勉強させて頂きたいです。一人の力では介護は微々たるものです。現場にいる介護職員だけでなく、御家族・ケアマネ・相談員・医務・事務所・ボランティア etc…様々な人々が協力し合って介護は成り立っています。感謝の心を忘れずに従事していきたいと改めて感じました。





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。この日ご住職は檀家さんの納骨の仏事を済まされて駆けつけて下さり、インドやネパールで交わされる挨拶「ナマステ」で講話を始められた。「お墓へ行きますと、六地蔵がありますね。あのお地蔵さんは何でしょうかね？何故六体あるんでしょう？」。

六地蔵とは六道（6種類の迷いある世界）のそれぞれにあって、衆生（生きとし生きるもの）の苦悩を救済する地蔵菩薩のことなのです。六つの世界には地獄道、餓鬼道、畜生道、修羅道、人間道、天上道があって、「地獄道」、「餓鬼道」、「畜生道」は苦しみの世界。「修羅道」は終始戦い争うとされ、苦しみや怒りが絶えないが「地獄道」ほどではない。「天上道」は苦しみもほとんどなく享樂のうちに生涯を過ごすと言われるが、楽しすぎて自分を忘れてしまう。「人間道」は四苦八苦に悩まされる苦しみの大きい世界であるが、苦しみが続くばかりではなく楽しみもあり、ここではみ仏の教えに出会え、また仏になりうるという救いもある。「とすれば、この『人間道』の世界で生きて行くのが一番良いのでしょうかね？」と六地蔵の話が結ばれた。私の両親が眠る墓地の入り口にも六地蔵さんがある。法事で墓参するとき、うちのお寺さんは必ず行きと帰りにお地蔵さんに参られていた。私自身これまで一度もお参りしたことも、お寺さんにその事を聞いたこともなかった。送迎の途中でも六地蔵さんを目にする時があるが、これからは見方が大分変わってくる気がする。

次に最近お読みになった本から『縁起を担ぐ』というテーマで話された。内容は、大根の種まきに出かけた人が途中で出会う人との会話から。最初に出会った人は「虫歯がひどくてこれから歯医者に行くんです」という。葉に虫がつくなんて何と不吉だ。今日は種ま

きはやめよう。あくる日、出かけると昨日会った人のお父さんに会い「これから種まきに行くんです」というと「それはそれは、はばかりさん（ごくろうさん）」と言われた。葉ばかりで大根がならないとは。今日も種まきはやめよう。そしてまたその次の日、誰にも会わないことを祈りながら出かけたら、最初の日に出会った人に又出会った。これまでの事を云ったら、「そんな根も葉もないことを言いなさんな」。こんな日に種まきなどとんでもないと又、帰ってしまった。

縁起と言えば『六曜』：先勝・友引・先負・仏滅・大安・赤口が一般的だが、これはお釈迦さんが話された事ではなく、元来は仏教と関係が深かったわけでもない。俗説では、三国志で有名な劉備玄徳が三顧の礼を尽くして軍師に迎えたとされる諸葛孔明が提案し、六曜を用いて軍略を立てたとされるが、定かではない。もう一つお話があった。『犀(さい)に学べ』

あるお坊さんがネパールにある動植物が群生する原生林を訪れた話。お坊さんは夜明け前、猛獣たちがまだ眠っている間にジャングルへ出かけた。乾季だと云うのに直径2～3mの穴がそこらにあって、水が溜まっていた。聞いてみるとそれは年老いた犀が、体を地面に横たえ、ぐるぐる回って大きな穴を明けるとか。乾季の間に穴を開けておくと、雨期にはそこに水が溜まる。その上に葉っぱが落ち、蒸発を防いでくれる。そうして乾季になった時、それが若い犀の命を救う。穴を掘った犀は、一週間以内に森に入って死んでいくと云う。不思議に感じたことがまだあった。他の動物がその水を飲みに来ても、犀は文句を言わない。文句を言えば諍いが生じる。犀の世界では昔から続いていると云う。どこにそんな知恵があるのか。どうやって子孫に伝えているのか。穴を掘っている年老いた犀を見て若い犀は学習しているのだろうか？

人間には、言葉があり、生きざまがあり、先祖代々の願いがある。人間として生まれ、生きて、子孫を作る。生きざまは今も昔もそんなに変わっていないのではないだろうか。かつては窮屈な時代があったかもしれないが、今は何でも出来る手に入る時代であるが為に何をしたらいいのか分からなくなってしまう。何か手に入れると、すぐに他のものが欲しくなる。どこまで行っても満足することが無い、出来ない。足りることを知らない者はいくら裕

福であっても心は貧しい。「そんな時は如来さんと出会い、ご先祖さんと会いましょう。仏教では『少欲知足』(欲を少なくして足りることを知る)が大事とされます。欲を少し横に置くには『私はこういう生き方をするんだ』という強い心、決心が必要です。がむしゃらに突き進むのではなく、一歩下がって考える、一歩下がって世界を見ることが大切ではないでしょうか。いつもの通り穏やかな笑顔でご講話頂きました。有難うございました。

ロンドンアンサンブルコンサートのご案内



日時：平成24年12月11日(火) 18:30 開演

場所：リバティかこがわ(せいりょう園西隣)

(加古川市野口町長砂95-2 駐車場あり)

料金：4,500円(休憩時間に飲み物をご用意しています)

交通：加古川駅又は東加古川駅よりゾーンバス長砂公民館前下車すぐ

問合先：079-421-7156(せいりょう園)



ケアハウス等空き情報

[平成24年9月14日現在]

《ケアハウス》

・恵泉 : 1人部屋若干
 : 2人部屋若干
 ・サライ御立 : 1人部屋3室
 ・ケアハウスアリア : 1人部屋6室
 ・キャッシル真和 : 1人部屋2室
 ・めぐみ苑 : 1人部屋3室
 ・ネバーランド : 1人部屋1室
 : 2人部屋1室
 ・清華苑サバライフ : 1人部屋2室
 ・せいりょう園 : 1人部屋1室

・第二ケアハウス恵泉 : 1人部屋若干
 ・あさなぎ : 1人部屋2室
 ・青山苑 : 1人部屋1室
 : 2人部屋2室
 ・むれさき苑 : 1人部屋2室
 ・香楽園 : 1人部屋3室
 ・サライひまわり園 : 1人部屋1室
 ・シスナブ御津 : 1人部屋1室
 ・虹ビザはりま : 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 3室



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