

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25年10月 第152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>

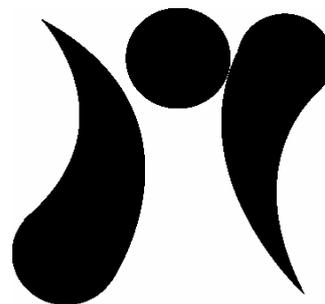
地域包括ケアは歴史をつなぐ町創り

日本では今、団塊の世代が後期高齢期に入るまでの10年間で地域包括ケアシステムを構築し、高齢者の暮らしを予防の時期から看取りの時までを通して、地域の中で支える仕組みを創ろうとしています。コミュニティケアが世界の潮流であり、それが次の世代に社会を引継ぎ、歴史と文化を伝える為の、最も有効な社会システムとされています。

老いて逝く途は、健康を損ない、命を失う途です。健康は現世の命の源であり、健康でありたいとの願いは、「いつまでも生きていたい」と願う万人の夢の実現につながります。秦の始皇帝は不老不死の薬を求めて世界中に使者を派遣しました。しかし現世には不老不死の薬は無く、万人に必ず死が訪れます。そして人は死後の世界で次世代に暮らしを引継ぎ、歴史を伝え、文化を育てて来ました。個体の命が途絶えても、社会は確実に繋がって来ています。

我々が住む町の周辺には今も、約2000年前の弥生時代の集落跡が在り、古墳や駅家跡など歴史を伝える遺跡が沢山あります。暮らしが繋がって道ができ、街が創られ、城下町や宿場町・門前町など歴史を伝え、昔を偲ぶことのできる町が沢山残っています。今を生きる我々にも、1000年後2000年後に社会を引継ぎ、歴史を伝える役割があり、責任があるのだと思います。

老いて死を迎えるのは自然の摂理であり、知性も理性も体力も衰えやがてはその全てを失う中で、感性や感覚・感情は最期まで肉体に宿り、生活に寄り添います。要介護になっても、認知症になっても、長年の生活経験で磨いてきた感性や感覚が働いて不安や混乱と折り合いを着け、経験則が適度に行動をコントロールして、時々失敗はするが、今まで生きて来たように懸命に生きようとしめます。適者生存の自然界で高齢期まで生きる人は、正に社会生活の適者であり、それは親から受継いだ遺伝子が左右する姿のようにも思えます。遺伝子情報と経験則に任せること以外に介護者の為すべき事は少ない、と感じます。(次ページへつづく)



(前ページのつづき)

要介護にならないように、重度化しないように、認知症にならないように、と懸命に努力をしても、確実な結果の保証は無く、むしろ全ての人に確実に老いと死は訪れます。老いて要介護になって他者に身を任せて迎える最期の姿は、『遺伝子では伝えられない経験知』を教える為の大切な時間なのではないか、と感じています。介護予防の努力と同時にその裏側で、老いと死を受け容れる思想と物差しを創る努力がもっと重要ではないのか、と強く感じます。

人は古来、日々の暮らしの中で不思議な出来事に出会い、魂の存在を感じて永遠の命を想定し、死の虚しさを超えて次の世代に社会と暮らしを引継いで来ました。健康は現世の命の源ですが、死は永遠の命の始まりです。魂の存在を感じる経験が死後の世界を想定する心を生み、永遠の命を確信して神や仏の存在を信じる心につながってきました。世界中で宗教が存在し、今も社会に大きな影響を与えている根拠が其処に在るのだと思います。

今の日本で我々は、要介護にならないように、重度化しないように、と健康志向を強くするあまり、要介護の暮らしに在る価値が見えず、死を虚しいものと捉え、死を避ける努力を最善として暮らします。その結果、価値を見いだせない要介護の暮らしを支える介護を、そして死を避ける技術を持たない介護を、高く評価する根拠が見当たらず、介護報酬の低さにつながっています。職業としての評価が上がらず、職業人としての誇りが希薄になって離職率も高く、介護現場の混乱が続いています。

老いて要介護になって最期を迎える道筋は、万人が遺伝子情報として体内に受継いでいます。老いて要介護になって最期を迎える暮らしには、夫々の長い生活経験で培った感性・感覚・経験則が生きています。老いて迎える死は、既に引継いだ遺伝子情報に加えて、経験知を教え思想や宗教を伝える大切な営みであり、虚しいものではなく、最も人間的で創造的なのだと思います。

今まで我々は、1分でも1秒でも長く生きて貰う事が高齢者の恩に報いる途だと信じて、大半の人が医療に老いの最期を委ねてきました。しかし最近になって、自然の摂理に添わない姿で生きる高齢者を眼にして、老いの後に訪れる死を虚しく不幸、と多くの人が感じ始めました。また、自然には存在しない姿で生きる命を支える医療や介護に多額の費用を要し、それを国債を発行して賄う結果、国の負債総額は現在で1000兆円を超えています。今を生きる為の費用は主役の責任として、今の世代で始末を着けたい、と願います。

団塊の世代が高齢期に入る超高齢社会は超多死の社会でもあり、老いて迎える死を虚しく不幸と感じる人が多数であれば、それは超不幸な社会になってしまいます。団塊の一員として、老いと死が人間的で創造的な営みとして実現できる途を探り、同時に、次の世代に負債を残さぬ途を開きたい、と切に願います。

老いと死の営みを支える中で、人の気配や魂の存在を感じる感性と感覚を磨き、自らの老いと死を主役として受止める思想を養い、次の世代に夢と希望を託すことが出来る社会を創る事が、戦後社会を変革してきた団塊世代が最後に行う社会変革ではないか、と考えています。

2000年の歴史と文化を受継いだ我々が、1000年後2000年後の社会に歴史と文化を伝える為の町創りが、いま始まろうとしています。個体の命が途絶えても、魂が飛び交い幸福感に満ちた街を創りたい、と願います。老いと死の創造性を支える介護の価値を高めて評価を上げ、超幸福社会の実現を目指して、地域包括ケアには覚悟して取り組みたい、と祈念致します。

せいりょう園 渋谷 哲



H氏の看取りについて

ユニット型特養 副主任
別府 克彦 (介護福祉士)

H氏は去年の3月に入所され、今年の8月に亡くられました。歌うことが好きな方で、午後のリハビリ体操で歌を歌う際には誰よりも大きな声で歌っておられたことを思い出します。認知症はありましたが、自立されていることも多く、いつも笑顔でユニットではマイペースで穏やかに過ごされていました。

H氏、御家族との関わりを振り返ると印象に残っていることが2つあります。1つは今年の3月に入院された際のことです。御家族は話し好きな方で面会時には世間話しやH氏の終末期、「自然に亡くなるのが一番」「延命はしたくない」等の話しもしていました。入院についても始めは否定的で、状態も悪く長くないだろうと御家族とも話していましたが、検査結果から入院しほほ回復しました。しかし食事を食べようとせず「どうにかしたい」「胃瘻の増設も考えている」という御家族の想いを上司より報告を受けました。当時の主任、看護師、相談員は病院にてカンファレンスを行い、御家族からはユニットに相談の連絡がかかってくることもありました。もし胃瘻を造設するという判断をされてもユニットで引き続き受け入れる、という話にはなっていましたが、結果として慣れた環境なら食事が進むかも知れないという主治医からの意見もあった事で、胃瘻を造設せずにそのまま帰って来られました。

H氏はその後、御家族の支えもあり食事を食べられるようになり、その生命力に職員一同は驚かされました。ユニットとしては十分な対応がとれたと思います。しかし私はこの流れの中で後悔と大きく考えられることがありました。

入院する前に御家族と胃瘻について話すことがありました。その際は自身の経験で胃瘻について話しを行ったつもりでしたが、御家族が悩んでいると聞き、私は本当に胃瘻について専門的立場から話をしたのだろうか。延命に否定的だった家族に同調するような言葉を使ったのではないか。それらが悩んでいる一因になっているのではないのか。そして本当に御家族は延命を望んでいなかったのだろうか、と思いました。後悔するという事は不十分だったのだろうと思います。大事なことは職員の価値観ではなく、事実や経験を伝えること。入居者だけでなく、御家族の選択を尊重し、御家族の葛藤に気付き寄り添うことであると思います。それを今回考え、気付かされました。

もう一つ印象に残ったことは看取った際の御家族からの言葉です。最期の2週間は毎日面会に来られ同じ時間を過ごされていました。亡くなられた朝、状態が徐々に悪くなってきていた為、御家族に連絡しましたが、来られる1分前に亡くなられました。もう少し早く連絡していればと言うと、「心の準備はできていた。前日も目と目で話し合った。本人も家族も良い最期が迎えられたと思っている。だから申し訳ないようにしないでほしい。私は覚悟ができていた。だから涙は出ません。そのかわりに職員さんが泣いて下さってありがたい」と言って下さり、とても良い言葉をかけてもらえたと思います。そしてこの後も、金品引渡しの際もせりょう園の看取りについてや、職員の対応についての感謝やお褒めの言葉を多く頂きました。

改めて振り返ると、H氏とその御家族を含め良い関係が築けていたと思います。今までは胃瘻をしている状態で入所されることはあっても、胃瘻を造設するか悩んでいる御家族と接したことがなかった為、良い経験をさせて頂いたことと共に非常に考えさせられることも多かったです。今後この経験を活かし、他の入居者、御家族共に良い関係を築いていきたいと思っています。



テーマ「世界一幸せな国デンマークに学ぶ幸福論」

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

5年前の平成20年5月13日から20日までの間、デンマークに海外研修へ行かせていただきました。その研修で感じたことを今回の語ろう会で皆さんと語り合いました。

【世界で最も幸せな国デンマーク】

英国・レスター大学社会心理学エードリアン・ホワイト氏が、全世界178カ国を対象に幸福度調査を2007年に行っています。この「幸福度調査」は、平均寿命・経済状況・教育レベルなどを数値化して決められたものとされています。その調査の結果、最も国民自らが幸せだと感じている国が「デンマーク」なのです。ちなみに、女性の平均寿命が世界1位の長寿大国で食べる物にも困らず、治安も良い日本は90位だそうです。

【デンマークという国】

デンマークの国土は大小500の島とユトランド半島からなり、総面積は自治国であるグリーンランドとフェロー諸島を除いて43,000㎡（九州と同じ位）になります。ほとんどが平坦な土地で、耕地面積が全体の8割を占め、残りの2割弱の土地が居住地となっています。王国であり女王マルグレーテ2世が即位されています。首都はコペンハーゲンです。人口は538万人（北海道と同じ位）で、国が教育を、県が病院、市が福祉サービスを運営しています。

デンマークの宗教は、ほとんどの国民がキリスト教を信仰しています。国の宗教にもなっていて、宗教庁が置かれています。国民にはこのキリスト教の持つ隣人愛が根底にあり「ソリダリティー＝連帯」という価値観が存在するそうです。

社会保障についてですが、年金、医療、教育、介護すべてが国民の税金で賄われており、すべて無料です。その代わり税率が高く設定されており、消費税が25%になります。ペットボトルの水が日本円で約500円もします。そして、所得税が50%です。給料の半分は税金で無くなります。これらの税金はオンブズマンや第三者機関の監視が強く、税金の使い道に常に厳しい目が光っています。税金が国民の納得の上で使われているということになります。

就労に関してですが、女性の就業率が世界一位です。また、給料よりも、働く人間が満足して心も体も健康に仕事ができる環境であるかどうかを重視しており、労働満足度に関して世界一位だそうです。

【デンマークの福祉を通して本当の意味の「やさしさ」を学ぶ】

1980年に「高齢者福祉三原則」自己決定、生活の継続性、残存能力の活用を提唱しています。デンマーク語には定年、老後、余生という言葉が存在しないそうです。

在宅での訪問リハビリの成功事例として紹介してもらったのが、オーレさんの事例です。オーレさんは左官工をされていた54歳の男性です。脳卒中で半身麻痺、言語障害が残りました。病院に2ヶ月入院し、リハビリセンターに1ヶ月入所を経て在宅に戻ってきました。しかし、喪失感が強くうつ病を患ってしまい生活意欲が減退します。OTのマリアンヌさんはモチベーションを高める為家庭訪問を頻繁に行い、補装具の着脱を自分で出来るように改良。自分で靴紐を結べるように特訓します。初めは服を着るのに3時間かかりましたが、3ヶ月後には自分で服を着替え、スクーターで買い物ができるようになりました。

半身麻痺のオーレさんが電動車椅子に初めて乗り、転倒してしまうかもしれない、とつい

手を差し伸べてしまいそうになる場面がありました。しかし、マリアン又さんはポケットに手を突っ込んで指示しているだけです。これは決して寒いからポケットに手をいれている訳ではなく、マリアン又さんはあえてこうしているのだと言います。「私はあなたの力を信じています、あなたを尊重しています、だから自分の力で運転してください」と。それが、本当のやさしさであると、人から逃げていない、人と向き合っている介護なのだと感じました。福祉の先進国は決して人にやさしい国ではなく、むしろ人に厳しい国で、それが本当の意味での「やさしさ」だと気づかされました。

【自己決定、自己責任、自己実現を養う教育】

なぜ、デンマークの方々は幸せを感じ、生きることが出来ているのか。デンマークの人たちは皆、納得するまで話し合いをします。価値観が違っている者同士がお互いを尊重し合い、大切なことは何かを話し合えるのです。この背景には、デンマークの徹底した「対話の教育」が関係しています。無意味な暗記、試験、理念のない実学教育を「死の学校」と呼び、義務教育では、聴くということ・自分の考えを表現すること、これに重きを置いています。生きた言葉による「対話」こそが教育の生命線であると考え、自己決定、自己責任、自己実現を促しています。

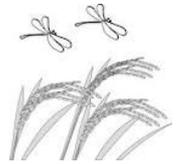
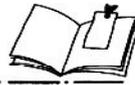
デンマークの社会保障が素晴らしい訳ではなく、そのシステムに皆が納得しているだけなのです。人が財産であるという考えから、税金の使い道も日本のように物ではなく人に使われます。通貨はユーロではなくデンマーククローネという通貨です。原子力発電は一切使用せず、風力発電を使用しています。すべて国民投票で決まったことで、デンマーク国民ひとりひとりが自己決定、自己責任、自己実現の精神を持ち、また、それを誇りに思っているようです。

【感想】

テレビで「世界番付」という番組があります。そこで、ある実験をしていました。大きな袋一杯にみかんを入れ、持って歩き、わざと落としてしまいます。行き交う人々はみかんを拾って助けてくれるのか、という内容でした。世界各国で20回ずつ実験した結果、発展途上国では20回中、2回ほどしか拾ってくれませんでした。ヨーロッパ諸国でも20回中拾ったのは10回前後でした。20回中20回とも誰も拾わなかった国があります、それは中国でした。そして、唯一、20回ともみかんを拾った国が日本だったのです。私は妻と手をとりました。やっぱり日本人は素晴らしい、と思った瞬間でした。番組の中でも皆が拍手し喜んでいました。誰もこの結果に疑問を感じている人はいみせんでしたが、ふと考えると、中国と日本は、まったく真逆の結果になっていますが、ベクトルの数値的には同じ±20です。つまり、みかんを拾うことが良いか悪いかは別にして、-20の中国と同じぐらい極端なことが日本の中でも起きているということです。各国の拾わなかった方の意見の中に「自分で拾えると思った」「助けを求めなかった」という応えがありました。

さて、日本はどうでしょうか。「やさしさ」が時には、相手の「自立」を奪っていないでしょうか。認知症の方や障害者の「チャレンジ」「自己決定」「自己責任」を尊重出来ているだろうか。また、来年4月からは消費税が5%から8%に上がりますが、誰かに責任を押しつけ、不満ばかり言っていないでしょうか。90位の日本はデンマークから学ぶことがたくさんあるのではないかと、思います。

みかんの実験には続きがあります。他の国々では、転がるみかんを足で止めるなどして拾ったそうですが、唯一日本だけ、すべての人がみかんを手で止め拾ったそうです。これは「ご飯粒を残してはいけない」と小さい頃からしつけされてきた教育があったからこそ、食べ物や物を大切にする日本人の精神が現れたのではないかと、思います。これは世界に誇れる日本の良い教育なのではないでしょうか。



浄土真宗 本願寺派 南宗寺
月嶋 (つきしま) 教史 住職

デイサービス 谷澤 高明

日本に大きな被害を残した台風 18 号が猛暑を連れて行ったかのような日が続いた。つい最近まで T シャツ一枚で歩いても汗ばむ気候であったが、一気に長袖が必要になってきた。早朝、空を見上げると私の好きな星座『オリオン座』がくっきりと見える。そしてオリオン座のベテルギウス、大イヌ座のシリウス、小イヌ座のプロキオンで形作る『冬の大三角形』も大きく輝いている。先日このオリオン座のベテルギウスに関する新聞記事を目にした。かなり大きな記事であったので記憶されている方も多いのではと思うが、見出しに『オリオン座の 1 等星 異変』とあり、読んでいくと「冬の夜空に明るく輝くオリオン座の 1 等星が従来より 2~3 倍大きく膨らんで見えたとする観測結果を大学のチームなどが発表した。この星は一生の最後に大爆発する「超新星爆発」が近いとされ、何らかの変化が起きたとみられる。実際の星がこれほど急激に膨らむとは考えづらく大爆発の前兆とは言えないだろうが何か変化が起こったのは確か。ベテルギウスで何が起きているのか突き止めたいと識者は話している」というものだった。しかし現実的には、近い将来の爆発は予測されているものの、それがいつか (明日なのか 100 万年後なのか) を示したとする観測データや解析結果は発表されていない。全く気の遠くなる話ではある。

今月の仏教講話は浄土真宗 本願寺派 南宗寺 月嶋(つきしま)教史ご住職に来て頂いた。4 年ほど前に一度来て頂いて今回が 2 度目である。冒頭、皆さんはどこから情報を得ていますか? と尋ねられ、TV の話題から始められた。世間はまだまだ暑い日が続いているのに早くも「おせち料理」の予約番組があり、戸惑う話。東京オリンピッ

クの開催が決まった話。踏切内の老人を救って自らは亡くなった女性の話。ご住職も「私もこの身であり、仏教は利他の心とは言え、果たして己がその場で同じことができたでしょうか? と考えます。その行為には賛否両論があるようですが、勇気ある行動には違いありません」。

「では一緒にジャンケンをしましょう。大きく手を上げて」。ご住職に勝ったものが残っていく勝ち抜き戦。3 回やって 1 人 3 連勝の人が一人残った。「どうですか? 勝ったら嬉しいですか? 少なくとも気持ちはいいですよね! 仏様だったらなんといわれるでしょう」。ここから講話の本題に入っていた。

仏教とは文字通り『仏様の教え』です。その教えとはなんでしょう。簡単に言うと私たちの真逆の方向・教えを説いておられる。人間だれしもジャンケンすると勝とうとする、勝ちたいと思う。仏様は“勝たなくていいですよ。勝つことだけじゃないですよ。ジャンケンするには一人ではできません。相手が必要です。自分が勝てば、相手が負けるのです”と、仰るでしょうね。仏様、御釈迦様は皆を平等に救おうと出家されたのです。

次にご住職はホワイトボードに線を図を二つ描かれた。二つの線の長さは同じなのだが、何気なく見ると片方が長く見える。人は目で見たことを信用してしまう。それはその人がそれまでのいろんな経験からくる知恵によるものであるが、仏教ではその知恵を『真実』としないとか。

もう一つ話をされた。仲の良い二人の男が旅に出た。森を抜け、暫く行くと立派なお城が見えてきた。一人の男が「立派な大きな赤い城だな」という。も一人の男は「あそこに見えるの

は青い城ではないか」。二人で赤だ、青だと喧嘩になった。そこに通りかかった御釈迦様に尋ねた。「よーく見なさい。あそこに見えるのは赤でも青でもない、真っ白なお城ですよ。心に付けているメガネを取り除きなさい」と言われた。真っ白な心で誕生した赤子も次第に知恵がつき、好き嫌いが生まれてくる。それが積み重なって心に厚いフィルターを作っていく。何を見てもそのフィルターを通した心のメガネでモノを見るようになる。人が皆フィルターをつけていることに気づかせてくれるのが仏様であり、人はそのことを意識するように心掛ける必要があるのではないのでしょうか。意見が違うのは心のメガネ(フィルター)の精だということを理解し、少しでも心のフィルターを薄く

する努力をすることが大切である。

仏様の心はすべてを等しく想い、みんなが等しく救われていかなければならない。その心を『お慈悲』という。仏教用語に抜苦与楽(ばっくよろく)という言葉がある。抜苦(苦を抜く)が、悲をあらわし、与楽(樂を与える)が、慈をあらわす。「仏様は『命が終わったとき、必ず救い取りますよ』とされています。まだまだ皆さんは先の事です。東京オリンピックを必ずTVで観て応援しましょう。一生のうち二度も自国開催のオリンピックを観戦できるなんてこんな素晴らしいことはありません。頑張ってください」。ありがとうございました。是非また次の機会をお願いします。

【せいりょう園空き情報 平成25年10月15日現在】

- ①ケアハウス：空きなし(バス・トイレ・キッチン付24㎡)
- ②グループホーム：空きなし
- ③グループホームまどか：空きなし
- ④サービス付き高齢者向け住宅「リバティかこがわ」：1室
- ⑤サービス付き高齢者向け住宅「自愛の家さくら」：予約受付中



※ご夫婦でも入居できますのでご相談ください。

※11月より見学できますので、事前にお電話にてご連絡ください。

【他ケアハウス空き情報】

- | | | | |
|-----------|----------|------------|----------|
| ○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 | ○青山苑 | : 1人部屋5室 |
| ○清華苑刈苅ライフ | : 1人部屋2室 | | : 2人部屋3室 |
| ○ネバーランド | : 1人部屋1室 | ○あさなぎ | : 1人部屋1室 |
| | : 2人部屋2室 | ○サンライフ御立 | : 1人部屋2室 |

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

せいりょう園待機者状況

<平成25年10月10日現在>

○入所判定済み者 396人(グループの内)

Iグループ…137名 IIグループ…152名 IIIグループ…107名

○入所判定済み者の現在状況

在宅158名/特別養護老人ホーム入所中14名/ケアハウス入居中4名

老人保健施設入所中92名/障害者施設2名/医療機関入院中109名

グループホーム入居中12名/所在不明5名

○辞退その他 せいりょう園入所1名/他施設入所5名/辞退5名/死去3名



厨房だより

～おいしさの秘密「だし汁」～



せいりょう園の料理はおいしい、と利用者の方から嬉しいお言葉をいただきます。調理員がおいしく作っているというのも理由ですが、調理に使用しているだし汁にも秘密があります。

特養やグループホームなど事業所はいろいろありますが、全て園のだし汁は「昆布」と「いりこ」「かつお」から毎日とっています。特に昆布は肉厚で長さ1mもあり、その状態のものを厨房でカットして使用しています。1mもの長さの昆布はなかなか圧巻です。これらの材料から毎日一番だしを取り使用するため、煮物や味噌汁の味・香りは共に格別です。市販品のだしでは味わえない風味がせいりょう園の食事にはあり、それがおいしさの秘密にもなっています。

管理栄養士 田村 愛弓

～せいりょう園開設記念コンサート～

第23回ロンドン・アンサンブル



日時：平成25年12月9日（月）18：30開演
場所：リバティかこがわ（駐車場有）
料金：4,500円（ドリンクタイム有）



平成25年10月13日（日）秋祭り

澄み切った秋晴れの中、今年も長砂町内会の子供達の元気な掛け声と共に神輿がやってきました。

10月というのに、暑いくらいの強い日差しに照らされながらも、利用者の皆様は神輿の到着を楽しみにされ、目の前で担ぎ上げられた神輿の迫力に驚かれたりもしましたが、とても喜んでいただきました。

