

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25年11月 第153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>

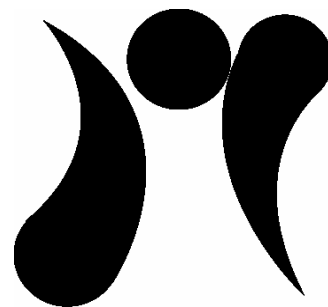
退屈

10月26日付毎日新聞朝刊「香山リカのココロの万華鏡」に、統合失調症で幻聴に悩む男性の治療で、患者さん自身の「困り感」に寄り添おうとせず、一方的に「人間の健康な生活とはこうあるべきだ」というモデルに彼を合わせようとしていた事に気付いた、という話が書かれています。

精神科医として「幻聴さえ消えればまた仕事に戻れるはずなのに、これでは毎日がむなしいに違いない」と思い「仕事に追われて忙しく生活するのが普通と考え、彼を早くそんな”普通の生活”に戻そう」と焦っていた。しかし、彼の「困り感」はまったく別のところにあったのだ。「先生は私の生活が退屈じゃないかと心配してくれているみたいだけど、その反対なのです。いろいろな『声』が聞こえてきて、その意味を考えているうちに一日はあっという間で過ぎていきます。私の悩みは『この気ぜわしさを何とかしてもう少しゆっくりしたい』ということなんですよ」。

これを読んで、数年前に私共の運営する高齢者住宅で穏やかに亡くなられた94歳の女性を思い浮かべました。長女が近くに居て通い易い、という事で引っ越して来られて3年程を過ごされましたが、田舎の広い自宅での一人暮らしでも「退屈」はしなかったそうです。「天井の上からも、畳の下からも、亡くなった舅・姑・小姑がしょっちゅう現れて話しかけてくる」と。老いの暮らしには、若い頃には見えなかった、来世とつながる『魂の世界』が拮がっているのかも知れません。

我々は今、特養やデイサービスでお年寄りに日中を過ごして頂く中で、「退屈は敵だ」とばかりに様々なプログラムを用意して、心身の活性化を図ります。アンチ・エイジングをモットーに、要介護にならないように、重度化しないようにとサービスに努め、活性化に効果のあるメニューを探します。そして「楽しかったよ、有難う」と言われて大勢の介護職が遣り甲斐を感じています。(次ページへつづく)



(前ページのつづき)

しかし老いの特性は、心身機能の低下に連れて時間がゆっくりと流れる処に在るのです。若い頃の様にはテキパキと事が進められなくなり、時間を持て余すようになりますが、一方で若い頃には気付かなかった事に心が留まり、新たな出会いが生まれます。空に浮かぶ雲を見ても、窓の外の木々の葉を見ても、様々な想いが巡り、幸せな時を過ごせるのです。お茶の香りや味噌汁の匂いに幼き日の暮らしを思い出し、家族の気配を感じて幸せな縁のつながりを感じます。そしてその先に魂との出逢いがあり、穏やかな最期が待っています。穏やかに迎えた最期の姿は、席を譲る老いのマナーにも映ります。

日本では今、亡くなる人の約8割が病院で最期を迎えます。病院では当然に救命処置が優先され、生活は遠ざけられます。介護現場が、ご利用者の若い頃の活力を求めるあまり老いの特性に気付かず、病院への道筋を整えているようにも思います。香山先生の気付きを見倣いたい、と切に願います。

せいりょう園 渋谷 哲



～看取りについて～

従来型特養 介護支援専門員
谷川 正樹 (社会福祉士・介護福祉士)

Mさんは、平成25年5月29日に従来型特養に入所され、8月17日に亡くなりました。86歳でした。せいりょう園での生活は、約3ヶ月弱と短い期間でしたが、印象深い方の一人となっています。

入所当初は、歩行器を使用して、障害物にぶつかりながらも園内を歩く姿は新鮮で、毎度驚かされていました。寡黙な方で、職員が休憩の言葉を掛けなければ、一日中でも黙々と園内を歩行器で歩いており、休憩の言葉を掛けても、ものの5分もたたないうちに、再び歩き始める方でした。また一日中歩き通しの疲れによる発熱が見られることがありましたが、翌日には発熱も下がり、再び園内を歩行器で歩かれる姿に、Mさんの力強さを感じていました。事務所の中へも歩行器でどんどん進んで行き、洗濯場の狭いスペースへもお構いなく進んで行き、気が付けば後ろに下がることもできず、身動きができません、立ち往生しているということもありました。そのように一日中歩き通しのMさんに、「どうして、一日中歩いているのですか？ 疲れませんか？」と尋ねたことがあります。Mさんは、歩いている足を止め、ただ一言「健康の為…」と言い、再び歩き始めました。

Mさんの状態に変化が現われたのは、7月25日に転倒され右大腿部に骨折の疑いがあると診断があったからのことでした。ご家族と相談して、病院で手術はせずに保存療法をとり、1ヵ月間のベッドでの安静臥床となりました。一人、居室で過ごすことが寂しくないように、居室を訪ね、言葉を掛け、体をさする等して状態を見守っていました。ベッドでの安静臥床状態が続く中で、誤嚥性肺炎を発症し、症状としては不安定で、主治医の往診を受け、薬を処方してもらい、肺の音や呼吸状態を注意深く観察していましたが、誤嚥性肺炎の状態は安定せず、8月17日に亡くなりました。

状態が変化していく中で、また亡くなられた後で、ご家族といろいろな話をさせていただきました。ご家族がこのような話をされていました。父親は健康の為に歩いていると言っていたが、歩くことを止めたら、本当に身体が弱っていった。父親は、歩くことを止めたら、

身体を動かすことを止めたら、自分が弱っていくということを、どこかで分かっていたのではないか、だから毎日黙々と歩いていたように思う。父親の足を見ただけでも、骨と皮だけだといっても良いほど細く、どこにあのように歩く力があつたのかと勝手に思う。本当に、父親は自分の持てる限りの力を出し切って、生活していたのだと思う、とおっしゃっていました。また、父親は、せいりょう園でたくさんの職員の目で見守られながら、生活していたように思う。園内のいろいろな場所を歩行器で歩く父親を、介護スタッフだけでなく、事務所の職員、洗濯場の職員、食事を作っている職員、別の事業所の職員とたくさんの職員の見守りの中、父親のやりたいように、歩くことを制限なくできる環境の中で生活できたことを感謝している、ともおっしゃっていました。

介護の仕事を通して「死」というものに接する機会があります。自分がせいりょう園で働くようになってからも、たくさんの利用者の方が亡くなりました。利用者の方の死を聞くたびに寂しさを感じるのですが、気が付けばそんなことも忘れて今まで通り仕事をしている自分がいます。自分自身がなぜこんなにも簡単に死を受け入れられるのだろう、と思いました。90歳や100歳のお年寄りが亡くなられても、大往生だとして死を受け入れることができます。それは90歳のお年寄りとは間違いなく90年間という過去を生き抜き、100歳のお年寄りは間違いなく100年間という過去を生き抜いています。その90年間、100年間は、そのまま重みとなるのではないかと考えました。90年生き抜いたお年寄りには90年間という死の重みが、100年生き抜いたお年寄りには100年間という死の重みがあるのだと思います。もっと長く生きてほしかったと思ったり、人の死とは悲しいものだという認識がある中においては、利用者の方が亡くなられて悲しくならない、すぐに悲しさを忘れてしまうのは駄目ではないか、と考えてしまいます。しかしそれは自分自身に問題があるわけではなく、悲しいと思わせないような過去を利用者の方が送ってこられ、そして亡くなられているからではないかと思いました。重みのある過去を生き抜き、悲しみを越えた重みがそこにあるからではないかと思いました。その重みを感じることができるのが介護の仕事であって、その重みを感じなければならぬのが介護の仕事をしている自分なのか、と思いました。一人の利用者の方が亡くなられ、また新しい利用者の方を迎える。今までも、これからもそれを繰り返していくのだと思います。そうして重みが積み重なって、少しずつ自分自身の重みも増していくのだと思います。

【せいりょう園空き情報 平成25年11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：1室
- ③グループホームまどか：1室
- ④サービス付き高齢者向け住宅「リバティかがわ」：1室
- ⑤サービス付き高齢者向け住宅「自愛の家さくら」：空きあり



【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2室 |
| ○清華苑湘がーライ | ：1人部屋2室 | | ：2人部屋2室 |
| ○ネバーランド | ：1人部屋1室 | ○あさなぎ | ：1人部屋2室 |
| | ：2人部屋2室 | ○サンライフ御立 | ：1人部屋2室 |
| ○サリットひまわり園 | ：1人部屋1室 | ○香樂園 | ：1人部屋1室 |
| ○キャッシル真和 | ：1人部屋1室 | | |

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



テーマ「感染症について」

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

今年も風邪が流行る季節となりました。皆様は風邪をひかれていないでしょうか。季節の変わり目には体温の調節などが難しく、体調を崩しやすくなっています。免疫力の弱い、子供やお年寄りは、風邪をひきやすく重度化すると、命にも関わることがあります。特に高齢者施設では、主に職員、家族が風邪のウイルスを持ち運ぶこととなりますので気をつけたいところです。

インフルエンザとは

インフルエンザウイルスによる感染症です。38度以上の急な発熱・頭痛・関節痛・筋肉痛など全身症状が強く現れます。のどの痛み・鼻汁等の症状も見られますが、普通のかぜと違い、肺炎や中耳炎などの合併症を起こし易く、また、まれにインフルエンザ脳症という重篤な合併症を認める事があります。

以前、新型ブタインフルエンザとして日本で猛威を振った新型ウイルスも、現在は新型ではなく通常の型と同じ扱いになっています。感染力が強く、児童に感染者が多いのが特徴です。

⇒インフルエンザの予防

例年11月頃から発生し、1月下旬から2月にピークを迎えた後、4月上旬頃までに終息します。予防においては、流行前の予防接種を受けることで、重篤な合併症や死亡を予防し症状を抑えることが期待できます。今期流行するだろうと予測される型のウイルスを数種類選び、ワクチンとして接種します。

有症状患者のマスク着用も飛沫感染防止に効果的ですが、完全に防げない場合もあります。マスクのみでは空気感染や接触感染を防ぐことができないため、手洗い・うがいなどの対策が重要です。

最も重要なことは、メリハリのある生活をして自己免疫力を高めることです。予防接種しても不摂生な生活をしていては意味がありません。免疫力の低下は感染しやすい状態を作るため、偏らない十分な栄養や睡眠休息を十分とることが大事です。これは風邪やほかの感染症に関してもいえることだと思います。

ノロウイルスとは

ノロウイルスは経口感染して、十二指腸から小腸上部で増殖し伝染性の消化器感染症（感染性胃腸炎）を起こします。感染から発病までの潜伏期間は12時間～72時間（平均1～2日）で、症状が収まった後も便からのウイルスの排出は1～3週間程度続く。年間を通じて発症しますが、秋頃から冬場の発症が多く報告されています。

ノロウイルスは二枚貝を食した際に、食中毒として感染する場合があります。しかし、ノロウイルスの原因食材がカキと特定される割合は年々低下しています。カキ以外の食材、あるいは直接・間接的なウイルスへの接触による、原因の特定しづらい感染経路が圧倒

的であると考えられます。また、二枚貝にウイルスが蓄積するという知識が浸透し、食用生ガキの流通経路においてその対策もとられつつあることがカキを原因とする食中毒の減少にもつながっているとされています。

ノロウイルスの主な症状は突発的な激しい吐き気や嘔吐、下痢、腹痛、悪寒、38℃程度の発熱で、嘔吐の数時間前から胃に膨満感やもたれを感じる場合もあります。これらの症状は通常、1、2日で治癒し、後遺症が残ることもあまりありません。ただし、免疫力の低下した老人や乳幼児では長引くことがあり、死亡した例（吐瀉物を喉に詰まらせることによる窒息、誤嚥性肺炎による死亡転帰）も報告されています。

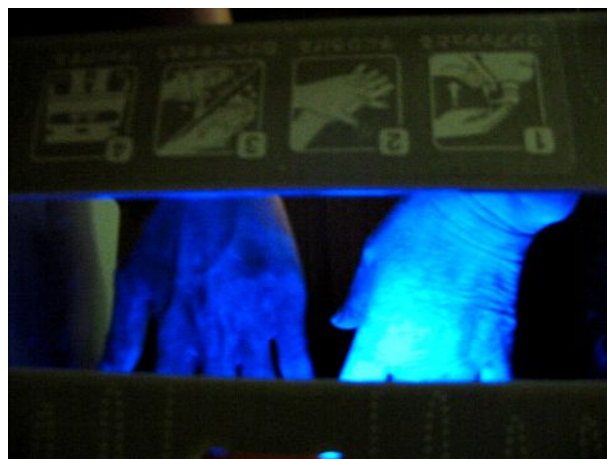
⇒ノロウイルスの予防

主に経口感染であることから、調理者が十分に手洗いすること、そして調理器具を衛生的に保つことが重要です。ノロウイルスは、手洗いによって物理的に洗い流すことが感染予防につながります。また、85℃以上1分間以上の加熱によって感染力を失うため、特にカキなどの食品は中心部まで充分加熱することが食中毒予防に重要です。生のカキを扱った包丁やまな板、食器などを、そのまま生野菜など生食するものに用いないよう、調理器具をよく洗浄・塩素系漂白剤による消毒をすることも大事です。

嘔吐物や便の処理を行うことで二次感染をする場合も考えられます。処理の方法としては、手袋とマスクを着用し、飛沫しないように新聞紙を被せ、塩素系の漂白剤をかけることでウイルスを死滅させます。処理した後は、手袋、マスクは廃棄し手洗いうがいをしましょう。

手洗いチェッカーでチェックしてみよう

インフルエンザ、ノロウイルス共に手洗いうがいなどの基本的な予防が大事です。では、皆さんに基本的なことが出来ているかどうか、洗い残しがひと目で分かる手洗いチェッカーでチェックしていただきました。手洗いチェッカーとは、ブラックライトに反応する特殊な液体を手塗ってもらった後、手を洗ってもらい、洗い残しがあれば白く反応するというものです。チェックの結果、シワの間や爪の間が白く反応していました。チェックすると分かっても洗い残しがあることが分かりました。



感想

インフルエンザは予防接種を行うことで、たとえ感染したとしても重症化を防ぐことが期待されています。しかし、これはあくまでも重症化しないことを期待されているだけで、感染自体を防ぐことではありません。

施設でも感染症が流行る際には、あっという間に広がり、感染力の強さを痛感しています。利用者が外で感染するケースは少なく、施設に出入りする人間が媒介者になる恐れがあります。特にケアに携わる私たち介護職員は普段から健康管理に気をつけ、自己免疫力を高めることを心がけたいと思います。





真宗 大谷派 光念寺
本多 正尚 住職

デイサービス 谷澤 高明

今月の仏教講話には真宗 大谷派 光念寺 本多正尚ご住職に来て頂いた。冒頭『ナマステ』と、両手を合わされた。これは「あなたを敬います」という意味で、今でもインドで日常的に使われている挨拶とか。仏教とは！と一度大きく発せられてから、講話に入って行かれた。まず今の世相を反映した話題から。

ある新しく住職になられた方に、檀家さんから質問があった。「あなたにとって一番大切なものは何ですか」。「お金です」。(尤もですね。現代の事だからお金があれば大概のことは望みどおりになります)。二番目は「健康です」。(今や日本人は健康に対してすごく気を遣っています。そのためにお金も使います。日本人は健康維持食品等に年間総額2～3兆円かけるとも言われています)。三番目は「人間関係です」。(家族、社会との関係は大切ですね。いくら美味しいモノを口にしても、いがみあった者同士でテーブルを囲んでいては、折角の料理も台無しです)。

住職は高校の教師をしている娘婿に自分が受けた同じ質問を若者にしてくれるように頼まれました。すると回答は、二番目が「お金」。三番目が「友達：人間関係」。それでは一番目は？「携帯電話：スマホ」だったそうです。生徒は宿題を忘れてきても取りには帰りませんが、スマホを忘れてきた時は取りに帰らせてくれと切願するそうです。彼等にとってすべてのことがスマホを通して成り立っているらしい。友人関係も部活も。授業までもスマホがなければ始まらない。教師が記した黒板の内容もスマホで「カシャ!」。いちいち書き写したりしないんです。三番目までに「健康」はなかった。それはそうかもしれませんが。「健

康」は失って初めてその大切さを痛感するのです。

「幸せの条件は沢山あるのですが、普段はあまり気にしない、気にならない、気づかないことでも、後の人に伝えておきたい大切なモノはたくさんあるんでしょね」。と話されて、こんな話をされた。成績の良い女の子がよい高校に入り、成績も順調に伸ばしてきたが、誰もが疑わなかった大学入試に失敗する。ドン底に突き落とされたような心境でふさぎ込んでいる彼女に父親が言った。「めぐみ！おめでとう。君はいくらお金を出しても経験できない大切な勉強をさせてもらったんだよ。この経験がいつか『良かった』と思われるようになってほしい。自分が絶頂の時、どこかで泣いている人がいることを忘れないでほしい」。

同じような例をもう一つされた。男子高校生二人の話。二人は成績優秀でずば抜けていた。しかし成績順位は常にA君が一番。B君は二番であった。同じ大学を受験した結果、B君が合格。A君は失敗する。失意のA君は自室に閉じこもって誰にも会おうとしない。B君が訪ねてきた。A君は「今、世界で一番会いたくないのはだれか分かる。B君だよ」と、お母さんに告げる。お母さんが言う「一番大切な友人はB君ではないの。失ってしまってもいいの?」。B君が部屋の前に来て「僕だけ合格してしまってゴメンネ」と言って帰っていった。A君は激しい感情に揺り動かされた。もし自分だけが合格していたらどう思っただろう。『やはりB君はいつも二番だったからな、しようがないな一』で済ませていただろうな。B君のような態度や言葉はなかったらう。

最後に一編の詩を紹介してください

った。作者はブッシュ・孝子（旧姓服部孝子）。1970年、3年間のドイツ留学から一時帰国した際に、孝子は乳がんの宣告を受ける。絶望の淵にあった孝子を救ったのは、留学先で知り合ったドイツ人男性、ヨハネス・ブッシュであった。彼は、孝子のために来日し、1971年、二人は日本で結婚する。その後、28歳の若さで亡くなるまで、壮絶な闘病生活を過ごすことになる。孝子は、1973年から、詩を書き留めるようになり、それは、孝子の亡くなる2週間前まで、続いた。

過ちは誰でもする
強い人も弱い人も
偉い人も愚かな人も

過ちは人間を決めない
過ちのあとが人間を決める

過ちの重さを
自分の肩に背負うか
過ちから逃れて
次の過ちを犯すか

過ちは 人生を決めない
過ちのあとが 人生を決める

ありがとうございました。
いつも興味あるテーマでご講話いた
だいて感謝しております。



平成25年10月17日（木）
タイ国のマハサラカム大学の皆様を迎えて



兵庫大学と親交のあるタイ国のマハサラカム大学の看護学部の教授、学生の方達が日本の高齢者看護の向学の為、国際交流事業の一環として、光栄にもせいりょう園にご訪問いただきました。

日本では、介護保険があり、自己負担分が少ない額で利用出来ますが、タイでは保険ではなく、自費利用になるそうです。

こちらの特別養護老人ホームは、タイではナーシングホームと呼ばれており、日本のように何百人もの待機者がいる訳ではなく、必要な方は入所出来ているそうです。ただ、タイでは村ごとに住民の繋がりが強く、介護が必要になれば、近所に住んでいる方々がボランティアで介護をされているそうです。国民の90パーセント以上は仏教を信仰しており、助けあいの精神が根付いているのが背景にあるようです。



↑訪問看護の様子を見学

タイの看護師は簡単な手術なら行うことが出来ます。また、地域に出て在宅介護を行うボランティアやヘルパーの支援を行うことで中核的な役割を担い、日本で言うところの保健師とケアマネジャーにあたる仕事も行っているそうです。

私たちにとっても、他の国の介護事情を知ることが出来、良い刺激を受けることが出来ました。

厨房だより

～日常の彩「行事食」～



毎日のお食事はメニューが変わっても、あまり新鮮味がないもの。時々変わったお食事を食べ、食事を楽しんでもらいたい。そこでせいりょう園では毎月、年間行事以外にも行事食を提供しています。誕生日会のお弁当、利用者の目の前で調理を行う昼食会、地方の料理を提供する郷土料理の日など。毎月違う内容で料理提供を行うため、利用者の方には「今月の料理は何？」と楽しみにしていただいています。食事に興味を持っていただけているこの言葉は、言われるたび嬉しく感じます。これから寒くなる季節には昼食会に鍋物を提供するなどとして、季節に合わせた料理をお出しして今後も食事でも日常に彩りを添えていきたいと思えます。

管理栄養士 田村 愛弓



サービス付き高齢者向け住宅 「せいりょう園 自愛の家さくら」完成！

鉄骨造り3階の全24室（2階・3階）全室バス・トイレ・ミニキッチン
収納・エアコンを設置しています。

A：19.07㎡（12室） B：20.33㎡（4室）
C：24.67㎡（4室） D：25.16㎡（2室）
E：25.80㎡（2室） ★入居者募集中！

【問合せ先】せいりょう園介護相談室

TEL（079）424-3433



居室A・B 417°（南向き窓）



居室A・B:バス・トイレ



居室C・D・E:バス・トイレ



居室C・D・E 417°

せいりょう園待機者状況

＜平成25年11月13日現在＞

○入所判定済み者 399人（グループの内）

Iグループ…136名 IIグループ…155名 IIIグループ…108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93名／障害者施設2名／医療機関入院中111名

グループホーム入居中12名／所在不明5名

○辞退その他 他施設入所5名／辞退3名／死去2名

