

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26年10月 第164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>

『命より大切なもの』が老いの中に

— いのち —

いのちが一番大切だと
思っていたころ
生きるのが苦しかった

いのちより大切なものが
あると知った日
生きているのが
嬉しかった

(1986年 星野富弘作)

老いて完結する命を『群の中で看取る』唯一の動物である人間は、動物の本能として『遺伝子を伝える』役割と、社会的要請として『命より大切なものを伝える』役割と、2つの重要な『使命』を帯びて生きています。

既に遺伝子を伝え終えた高齢者には、次の世代に『命より大切なもの』を伝える役割が残っています。老いて最期を迎える暮らしの中に、『命より大切なもの』が潜んでいるのです。

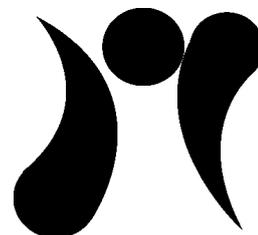
戦後直ぐの頃には50歳程度であった『平均寿命』が、60年を経た今では80歳を優に超えています。

一方でこの40年間ほぼ一貫して生れる子供の数が減り続け、今年一年間の出生児数は100万人を切りそうです。

高齢者の平均寿命が延びる、その一方で、子供を産まない選択をする若い人が増える、という『皮肉な現象』が生じています。若い人達には、『子供を産みたい』と願う本能を見失うことがないように、と切に願います。

命が一番大切だと信じて高齢者に施す救命医療の裏側で、『生きる苦しさ』を若い人達が敏感に感じ取っているのではないか、と強い懸念を抱きます。

確実に訪れる『死を予知』しながらも『今生きている事が
(次ページへつづく)



(前ページのつづき)

嬉しい』と想う姿を高齢者が表す時、若い人達はその嬉しい想いを受け止め、『命の輝き』を感じ取って素直に『子供を産みたい』と想うのではないかと期待します。

故スティーブ・ジョブズ氏は、『自らの死を想うことの創造性』について、学生たちに向けた講演の中で話されています。

人間社会は、命と引き換えに行う『判断と経験』が積み重なって思想や宗教を生み、科学や芸術を育み、進歩・発展してきたのだと思います。

社会を創る人間の原点に戻り、『老いた命を地域の一員として看取る』為の仕組みとして地域包括ケアシステムを創り上げたい、と心より願います。

せいりょう園 渋谷 哲

副主任となって

ユニット型特養副主任 羽府克彦

副主任になる際に、上司から「無理をせず、今まで通り頑張ってください。」と言って頂いたので、気負いはしていなかったのですが、実際になってみると仕事量が多く、相談や頼まれ事も増え、忙しくしているうちに、あっという間に1年が過ぎようとしています。1年を振り返り、すぐに頭に浮かんだエピソードがあります。

副主任になってすぐに、主任・看護師と共にターミナル診断が出た方のカンファレンスに初めて立ち会った時のことです。

急なレベル低下から家族はターミナル診断を受け入れきれないという状態で、家族の発言からは不安や職員との距離感が感じ取れました。

しかし、疑問に答え、経験を伝えて、これからについて分かり易く説明し、家族の想いを知ることで、カンファレンスが終わる頃には家族の表情が一変し、職員への接し方や発言も違ったものになっていました。

このカンファレンスだけが家族の気持ちを変えたとは思いませんが、終末期に向けての信頼関係を築くのに大きな役割になったと、大げさかもしれませんが感動しました。今までカンファレンスが行われていることは知っていましたが、それについて深く考えたことはなかったです。気がつくまでカンファレンスが行われ、対応が決まっているといった感じでした。

しかし、実際には今まで何名もの方々のカンファレンスが行われ、家族や私達が共に終末期に向えるように準備をしてくれました。そう考えると今までの上司は色々と陰で支えてくれたのだと実感し、知らなかった(大変さを知っているつもりだった)ことが恥ずかしくなりました。

又、それは日常業務や職員の体調、職場環境についても同じで、勤務表を作成する際の注意事項には細かいルールや配慮があり、いつも補充されている記録用紙やファイルと言った細かい物品の準備、イベント時や新しい物事が決まった際の資料の作成など今まで気にも留めなかった事が実際に副主任になってみると、どれだけ上司が職場の事を考えていたのかを知ることが出来ました。

この一年、自分なりに職場環境を整えようと考えたり、職員の体調を気にかけてきたつもりですが、至らない点が多く、指示を出したり、配慮しようと話をしても、人に物事を伝えるのは難しいと実感することも多々あります。私は、まだまだ覚える事や悩む事も多いですが、ユニットのために副主任として頑張っていきたいです。

せいりょう園で、ご主人を看取られたご家族より手紙が届きました。
ご了承の上、機関誌にて発信させていただきます。



— 夫を送るということ —

渋谷 芳枝

夫、真和は8月12日満75歳で息を引き取った。最後の最後まで精いっぱい生き切ってくれたと思っている。

2人の両親4人を送ったが、それは、兄弟や姉妹の預り人と言うか命を託された者として自分をとらえていた。しかし夫は違う。唯一、自分がこれから共に生きていく人として私が決めたのである。命ある限り側に居たかった。

4年前、夫が下血で緊急入院した時、東京に住む娘に「命にかかわる訳ではないから来る必要はない」と伝えたのに対して「私は、お父さんの元気な顔が見たい。後何回会えると思う？」と尋ねられた。返す言葉のない私だったが、娘はその後8回は父に会えただろうか。2人の息子にとっては、強さの象徴であった父の弱り果てた姿を見、長男は「せめて酸素吸入だけでもしてやりたい」と言い、二男は「俺が一人で見ている間に死んでもらっては困る」と心底思ったと言った。夫は10年程前、私に「倒れるようなことがあったら、おまえが看てくれるか、死んだらお前ひとりでも見送れるか」と。私は「任せて下さい」と答えた。「お前が、ひとりでは無理になったらせいりょう園の世話になる」とも言っていた。その言葉どおり3年前からせいりょう園のデイサービス、ショートステイを利用した。そして昨年末、状態が悪くなってからはロングショートの利用となった。

デイサービスのスタッフが作ってくれたカレンダーを1枚めくることがどんなにありがたかったか。「マサカズさーん。」と大きな明るい声で呼んで、ほおをなでて下さったこと。花見に出られなかった夫に、枕元に桜の花を手折って置いて下さったこと。「まだまだ大丈夫」と私を励まししながら、吸入、吸引、アイスノン、皮膚の手当など次々と増える仕事を笑ってして下さった看護師方、食事の飲み込みが難しくなり「もう食事はいりません」と断った私に「口から摂れなくても、せめてにおいだけでも味わってもらって下さい」とやんわり言って下さったこと。うれしかったことは数々ある。せいりょう園のすべてのスタッフにお礼を言いたい。利用者の家族との日々の会話もどれほど力強く感じたか知れない。

又、利用者の方の「もう帰るんか」「気い付けて帰りよ」「明日もおいでよ」などの温かい言葉が咳込む夫に後髪引かれる思いで帰る背中を毎日のように押してくれた。

私と夫は別れの前の8か月余りの時を、せいりょう園の大勢の人達に支えられて本当に幸せに過ごすことができた。そのことを心より感謝している。私は、夫との約束どおり家から家族葬として送り出した。大つぶの雨の中、近隣の多くの人が傘をさし、見送ってくれた。ありがたさをかみしめたことである。

介護についてみんなで語ろう会（9月26日）

テーマ「『みとりびと』を観て」

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

今回の語ろう会では、NHKのハートネットTVで放送されていた「“みとりびと” 一看取りの時間に伝えあうこと一」を皆さまと一緒に鑑賞し、意見交換をしました。

内容

亡くなる高齢者の半数以上が、病気になっても最先端の医療を求めることなく、いわゆる自然な最期を選択する村が、滋賀県東近江市、永源寺地区にあります。ごはんが食べられなくなって数週間、村の人たちは静かに枯れるように亡くなっていきます。看取る家族は、最期の時間に目を背けず寄り添うことで、死と向き合うきっかけを得ます。

死を忌むべきものと捉えず、日常生活にある出来事としてとらえる村の人々。命のバトンが受け継がれる、村の看取りに密着したドキュメントです。

ひいおばあさんの教え

4年前、92歳の女性が自宅で息を引き取ったときの写真です。枕元で見つめているのは、ひ孫の小学5年生の女の子。女の子は、亡くなったあとも、いつものように手を握っていました。冷たくなるまで足をなで続けていました。最後にお別れのキスをしました。このとき、



女の子は初めて人の死を看取りました。そこは、点滴などの医療機器がない、いつもの部屋でした。ひいおばあさんと過ごした最後の10日間は、今でも心に強く残っているといいます。映像の中で女の子が「ごはんも食べれへんくなって、ここにずっと寝てはったときに、『ありがとう』ってちっちゃい声だったけど、言いはって。そういうところを私も見習わなとか思えたし、自分もいつも笑顔でいたいなって思えたし、それを“ひいおばあさんは”教えてくれはったっていうか。」という言葉を残しており、ひいおばあさんの看取りの中で、「教え」があったことを話しています。

この写真を撮影した、國森康弘さんは戦場カメラマンとして世界の紛争地を巡り、あっけなく失われていく命を数多く見てきました。そのうちに、「幸せな死はあるのか」と疑問を抱き、看取りの場にカメラを向けるようになったといいます。國森さん曰く「そばにいる家族、残される愛する人たちが、最後の時間、別れと感謝を交わして、何か大切な命のバトンというか、とっても大切なものをそばで寄り添って受けとる、引き継ぐ、そういう温かいものが看取りにあるのではないかと思っています。みんなが“みとりびと”になっていくのがきっと、命を大切に継いでいく世の中になっていくんじゃないか。」という言葉映像の中で語っていました。

大好きな祖父の最期に寄り添う

大好きな祖父の最期に寄り添う中で大切な事を伝えてもらったという子どもがいます。小学5年生の松明日郁（あすか）ちゃんです。明日郁ちゃんには、生まれた時から一緒に暮らすおじいさんがいました。一日の出来事からささいな悩み事まで、何でも話せる家族でした。祖父の松玄太郎（げんたろう）さんは当時、末期の胃がんが見つかり、手術を勧められていました。でも、孫と一緒に過ごしたいと、家で暮らしていました。玄太郎さんは明日郁ちゃんに、得意だった絵の描き方を教えたり、村の昔話を聞かせたり、残された時間の中でできる限りの事を伝えようとしました。やがて少しずつ、玄太郎さんの体力は落ちていきました。明日郁ちゃんはそうしたおじいさんの姿を見るうちに、生きていく時間には限りがあるという事を知ったのです。

しばらくして、玄太郎さんは自宅で息を引き取りました。明日郁ちゃんは初め眠っているのかと思って、おじいさんの手や足に触ってみました。けれど、いつものように目を覚ます事はありませんでした。おじいさんを看取ったあと、明日郁ちゃんは、限りある命を自分は どう使っていいのか考え始めるようになりました。明日郁ちゃんは言います。

「人生は時間を使ってるから、時間は命やから、命を使うってことは、自分の人生の時間を使うことになるから、やっぱり人といるときの時間も大切なんかなって思った。」大好きな祖父の死を通して教えてもらったことでした。

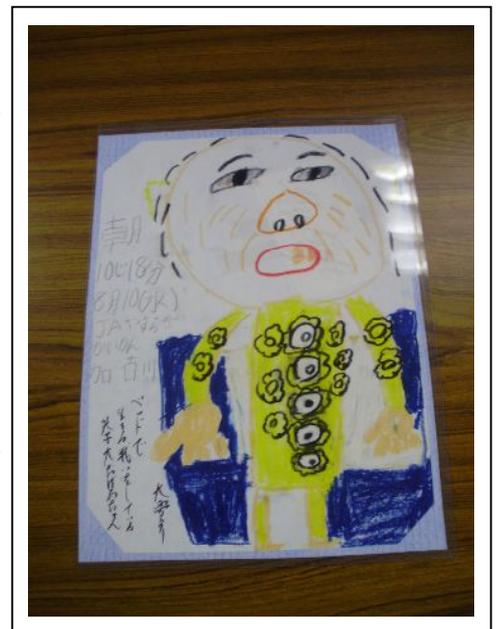
感想

自分自身の最期を考える上で「まわりに迷惑がかからないような最期」を口に出される方が多いように思います。しかし、この映像の中で伝わってくるのは、「死」を忌み嫌うのではなく、非常にポジティブに捉えています。特に子供たちの言葉には「生きる勇気」すら感じることができます。少なくとも「迷惑」としてではなく、「学び」や「教え」といった残された者への「バトン」になっている、と観ることができます。

せりょう園で看取りに立ち会ったお孫さんが書いた絵があります。当時で5歳ぐらいの子供さんだったと思います。白黒で分かりづらいですが、印象的なのは、ご本人の着ている服や顔に明るい黄色やオレンジを使用しているところです。祖母の死から何らかの影響を受けていることが分かります。

なぜ、このように「死」を学びとして肯定的に捉えることができるのでしょうか。私は、老いて死にゆく姿やご本人の生活が「尊厳のある生活」であり「尊厳のある死」であったからではないか、と考えています。老いて死にゆく生活が迷惑である、「かわいそうな生活」「あってはならない期間」と捉えてしまうのであれば、尊厳のある生活としては映らなかったでしょう。

「迷惑である」と感じるのは、介護の負担であってその人自身の「老い」や「死」ではないはずです。介護の負担は、私たち専門職がチームとして、尊厳を保つことのできるように支えます。これから老い、死んでいく方には安心して次の世代へ「教え」を伝え、尊厳のある中で最期を過ごしていただきたい、と思っています。



※参考文献；写真絵本・いのちつぐ「みとりびと」恋ちゃん はじめての看取り 撮影：國森康弘



仏教講話 10月6日(月)



真宗 大谷派 光念寺
本多 正尚 住職

デイサービス 谷澤 高明

木曾の御嶽山がまた爆発した。子供の頃学校で活火山、休火山、死火山の分類を学び、今でも頭の中でこう理解されている方も多いと思う。浅間山、阿蘇山は活火山、富士山は休火山、箱根山や御嶽山は死火山とされていた。当時は有史以来活動記録のない火山を死火山としていた。しかし過去の火山活動が明らかになるにつれ、数万年周期の噴火活動があることなどが解明されたことにより、現在では死火山という言葉は休火山とともに学術的には使用されない。そのきっかけとなったのが従来、死火山とみなされていた御嶽山が、1979年に水蒸気爆発を起こし、定義を大きく見直すきっかけとなったとのことである。1991年に起こった雲仙普賢岳の爆発は“マグマ爆発”で、大量の火砕流が山肌を流れ落ち、たくさんの犠牲者を出した。その映像がいまでも鮮烈に残っているので、今回“水蒸気爆発”と耳にしたときはこんなに被害が甚大になるとはとても思えなかった。しかし、火山噴火事故でわが国史上最悪の結果を招いてしまった。

登山といえば、その規模の大小を問わずつねに危険と隣り合わせの行動だ。そしてひとたび遭難すれば、捜索救助に多大なコストがかかる。幼い頃から「山は怖い、遭難したら家がつぶれる」とよく耳にした。また登山を目指す人は日頃から、たくさんの本などを詰め込んだ重いリュックサックを背負って訓練している。そうした危険と訓練があっても、それらをものともしない何かが登山にはあるのだろう。



～せいりょう園開設記念コンサート～

第24回ロンドンアンサンブル

日時：平成26年12月13日(土)

18:00 開場 18:30 開演

場所：リパティかこがわ2階
かこバス「長砂公民館前」
下車すぐ(駐車場有り)

料金：4500円

(休憩時間にドリンク
サービスがあります。)



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。御嶽山の噴火や台風の話をしてから、先人の教育者の若き日の体験をお話しされた。最初は戦後初の東大総長の話。博士が幼い頃、夜道を急ぐ母の背できれいな月を仰ぎ見た。あまりに母が急ぐあまり、彼には月に追っかけられているように思えた。「お母さん！お月さんが僕についてきてるよ」母は「そうですよ。お月さんはいつも見守ってくれているんですよ。お月さんは見る目、聞く耳があって、だれも居ないで独りぼっちだと思っても、いつも見たり、聞いたりして下さっているんですよ」。幼い心が感じたことに素直に「そうですよ！」と答えた母。それを聞いた彼は手を合わせていたかもしれない。彼は一生涯その母の言葉、対応を忘れずに教え子に接し、育てることができたと思懐したそうである。

もう一例は京都大学の名誉教授をした人の話。若い頃、ヨーロッパへ向かう途中船上で駄々をこねる息子と若い母親に会う。息子の機嫌がいつまでもなおらないので、その教授は持っていたチョコレートを用意して息子に与えた。息子は機嫌を直してすぐに口にしようとする、母親が「お礼を言いなさい！」とたしなめる。小さい息子はお構いなしですぐに食べようとする。いきなり母親は息子を膝に抱えて、お尻を何度も叩いた。彼は驚いて「いいですよ。たかが一枚のチョコレートです。わざわざお礼なんて……」と告げた。若い母親は「ご親切なあなたにお言葉を返すようですが、あなたはお礼なんていいと仰った。本当にお礼はどうでもいいんでしょうか？それからあなたはたかが一枚のチョコレートと言われた。何枚ならお礼が必要と言われるんでしょうか？おこがましい言い方ではないですが、たとえ一枚だろうと半枚だろうと与えて下さった方にお礼を言うのは大事なことです。その大切なことを教えるのは学校でも社会でもない、人の親の務めなんです」。この若きドイツ人の母親の言葉が彼の一生涯を貫く大切な教えとなって心に残ったそうである。いずれも若い頃に貴重な経験があって、そのことが立派な教育者に二人をなきしめたのであろう。『最も大切なこと・もの』は人によっていろいろあると思われるが、何か（原因）があって何か（結果）が成し遂げられる。人それぞれ思い当たるものがあるはず。何かが存在している、そのありようを仏教においては『縁起』というとか。台風一過、秋晴れの清々しい午後でした。ありがとうございました。

【せいりょう園待機者状況 平成26年10月10日現在】

○入所判定済み者 338人（グループの内）

Iグループ…113名 IIグループ…126名 IIIグループ…99名

【せいりょう園空き情報 平成26年10月14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」：3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

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



9月10日(水)・19日(金)

祝100歳の表敬訪問



上田ウタさん(左) 正木ユリエさん(右)



ご家族と共に金屏風前で撮影

ショートステイご利用の上田ウタさん、ユニット型特養の正木ユリエさんが、今年100歳を迎えられ、加古川市(10日)と兵庫県(19日)より、御祝いの表敬訪問がありました。

様々な人生経験を積まれた御二方を、ご家族と共に祝う事が出来て、職員も嬉しく思います。これからも素晴らしい人生を私達に見せて下さい。宜しくお願いします。



厨房だより

管理栄養士 田村愛弓

10月に入り、皆様秋の訪れを実感しているかと思います。私も先日、ふと見上げた木々が黄色や赤色に変化している様子を見つけ秋を目で感じたところです。木々が紅葉し食欲が増す秋に美味しい食材といえば、「栗」「銀杏」「さつまいも」を思い浮かべる方も多いでしょう。この度はこれらの食材についてご紹介いたします。栗や銀杏、さつまいもに共通しているのが、ビタミンCが摂取しやすい食品であるということです。ビタミンCは熱に弱く生でなければ摂りにくい栄養素ですが、栗やさつまいもでは熱を加えてもビタミンCが壊れにくいように保護されているので摂取しやすく、美肌効果や免疫力アップが期待できます。夏に紫外線を浴びすぎて肌が傷んだと感じている女性にはうれしい食材です。

秋はまだまだおいしい食材がいっぱいです。秋の味覚を食べて、日本独特の四季を楽しみましょう。