

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27年 7月 第173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>

長寿と少子と自然の摂理

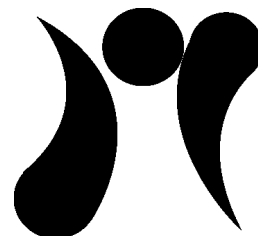
5月2日、入所しておられるお年寄りと施設長との懇談会の席でW氏から、同性カップルの結婚を巡るニュースについて話があり、『少子化少子化と騒いでいるが、こんなことでは子供が減るのも当然だな』と言われました。4月28日の神戸新聞『宝塚市性的少数者支援へ』の記事で、同性カップルの支援や権利保障が全国の自治体で広がっている様子を伝えています。日陰の存在であった同性カップルの権利に目を当てようとする動きに対して、自然の摂理に添った営みを基本に法や制度を整えてきた人間社会の中で、自然の摂理を超えた同性カップルをどの様に取り扱うのか、少々戸惑っています。そしてW氏の鋭い指摘に答え、自然の摂理に添った『人の寿命』と『新たな命の誕生』の関係性について深く掘り下げて考えてみる必要性を強く感じました。

1947年には子供が262万人生れ、48年270万人、49年269万人、『団塊の世代』と呼ばれ私もその一員です。1972年は206万人、73年210万人、74年206万人が生れ『団塊ジュニア』と呼ばれる世代です。そして2014年の出生児数は100万人を少々上回る程度で、2015年は100万人を下回りそうな気配です。

一方で、1947年の平均寿命は男性50歳・女性53才、1960年は男性65才・女性70才、71年は男性70才・女性75才、2014年は男性80才・女性87才、となっています。この40年間で、平均寿命は10才以上延びるその一方で、出生児数は半減しています。

少しでも長く生きたい、との『願望』は誰しも抱きます。戦後70年の歩みは、経済の成長と科学・医学の発達により、その願望を叶える努力が実を結び世界で最長寿の社会を創り上げました。しかしその一方で、世界最少子の社会にも成りました。5月5日の新聞に『子どもの数34年連続減』の記事が載っています。14歳以下の子どもの数は34年連続で減少して1617万人となり、総人口に占める子どもの割合も過去最低の12.7%で、41年連続で低下し

(次ページへつづく)



(前ページのつづき)

た、とあります。国際比較でも、人口4千万人以上の30カ国中、日本の子どもの割合はドイツの13.1%を下回り最も低い、と載っています。

老いた命の寿命が尽きるのも、新たな命を妊娠・出産するのも、全ての動物にとって自然の摂理に添った最も基本的な本能であり宿命です。そして数ある動物の中で唯一人間のみが、集団の中で寿命が尽きて仲間が看取ります。野生動物の『群』と『人間社会』の違いが、その『寿命が尽きる命を看取る営み』から生じて来たように思います。『群』は遺伝子が伝える本能のみで維持されるのに比べ、人間の『社会』は遺伝子では伝わることのない思想や宗教と言った精神的な営みの成果が反映します。

『老いと寿命』は当然に死と向き合う事を求めます。個体保存の本能と寿命の狭間で精神の葛藤が生じます。そして欧米諸国では社会の高齢化に連れて『QOLの尊重』という理念が強く問われ始めました。「命の長さ」と「命の質」を対比する中で、『生活と死』を巡る多様な価値観と物差しが派生し、思想や宗教・哲学の深化を進め、『ノーマライゼーション』の理念を生み出しました。『QOLの尊重』と『ノーマライゼーション』の理念は、もう一つの基本的な本能である『妊娠・出産・育児』を支える理念と相通じるものでした。そして現在では、医学の進歩に伴い出生前診断が一般化して、命と健康・障害・死について、より深く向き合う必要性が拡がって来ました。

平均寿命と出生児数の変化は、先行する欧米諸国を日本が追う形で似たような軌跡をたどり、日本が追い着き追い越した後も差を拡げています。欧米の多くの国では一定の年齢で寿命の伸びが留まり、出生児数も増え始めていますが日本では相変わらず、平均寿命は伸び続け、出生児数は減り続けています。

人は自然の摂理に添って『老いの命を看取る営み』の中で精神的な葛藤を経験し、新たな命を産み育てる際に求められる『人間性や社会性』を育み蓄えて、長く社会を引継いで来ました。自然の摂理に添った夫婦や親子の関係を法や制度で護る仕組みを創り、それが『社会の礎』となってきました。

同性カップルや出生前診断・更なる長寿を叶える医療技術など、自然の摂理を超えた関係や手法を尊重する制度が、社会の礎をより強固にする役割を果たすのか？否か。この40年間の長寿と少子の歩みを振り返りながら、人間社会を永く引継いで行く為に、深く掘り下げた議論を拡げたい、と切に願います。

せいりょう園 渋谷 哲

7月の俳句

梅雨明けた 蝉唄わねば唄わねば

老ゆるとは 悲しきものよ 濃紫陽花

髪切っても 若くなれぬよと鏡

急ぎ来し 息の乱れや 花ざくろ

生甲斐と老爺草引く梅雨晴間

夏草の 茂り池をば かくしけり

黒田 操氏

二熊 政子氏



変わりつつある時代

介護支援専門員 主任 大野なるみ

ケアマネの仕事につき 15 年目を迎えている。この数年何かが変わりつつあるように感じる。この 1～2 年の間に独居あるいは高齢者夫婦の当施設への引っ越しに 2 件関わることがあった。両者に共通して言えることは身近なところに身内の方がおられず成年後見制度を利用されていることだった。いずれも入院し退院の話となっても在宅生活の続行が望めず、引っ越しの準備さえご自分達ではできなかった。そこでご本人、後見人との話し合いのうえ、“遺品整理・住空間整理サービスのおかたづけサービス”を紹介し引っ越しまでの段取りを行い入居のはこびとなった。お一人の方は全盲の女性であった。彼女は元気なころに将来の自分を見据えて成年後見制度の申請と共に尊厳死宣言で延命治療は望まない事を公正証書に残し、死後の祀りごとまで手配されていた。ある日体調不良となり救急搬送された際一時命が危ぶまれたことがあった。私は取り急ぎ病院に行き尊厳死宣言されている旨をスタッフに伝えた。「わかりました。そのような状態になった際にはご本人の意思を尊重します。」という言葉が返された。その後彼女はある程度回復しケアハウスに入居された。寝たきりではあったが多くの友人知人の訪問を受けながら新たな生活が開始された。そして数か月後、節分の日大好きな巻き寿司を食べた後急変し亡くなられた。県住のアパートで長い間一人暮らしをされていたお元気な姿が忘れられない。また最近ではご本人の書かれたエンディングノートでの「延命治療を望みません」の意思で慌てることなく静かに最期を迎えられた方もおられた。他にも自分の死後、医学の発展の為に大学の医学部に献体すると決められていた方もおられた。10 年前にはなかった事がこの数年の傾向として見られている。死は確実に皆平等にやってくる事を世間が認識し、人それぞれが“自分の死”と向かい始めたということだろうか。

今年は戦後 70 年を迎えようとしているが、私がまだこの仕事についていた頃は戦地に行かれた方を担当することもあった。しかし今ではあまりお目にかからなくなった。一年程前、あるお年寄りと私の義父が同じ南方のニューギニアの地で戦争中を過ごされたことからお二人で話す機会を設けた。私も同席した。二人の死を目前にしたすさまじい話は涙なくしては聞けなかった。しかし二人は淡々と話されていた。二人のそして多くの方々の若かりし時代がそこにあったかと思うと今の平和な時代がありがたく感謝の念でいっぱいだった。今後は戦地に行かれた方の担当もなくなっていくことだろう。これもまた時代の移り変わりだと、平和を祈りつつ感じたことである。



平成 27 年 6 月 27 日（土）第 22 回ヴァイオリン・リサイタル



世界で活躍されているヴァイオリン奏者の木野雅之氏が、今年はピアノ奏者の安宅薫氏を迎えてのリサイタルでした。今回はヴァイオリン奏者が作曲した楽曲を中心に、可愛い曲から憂いのある雄大な楽曲まで様々な音色を奏でていただきました。

平成 27 年 6 月 13 日（土） 2 市 2 町老人福祉事業協会による防災訓練



みんなで避難経路を歩く。



市の危機管理室より防災用品の説明。

今後起きると想定される大災害に備え、地域住民と高齢者施設との助け合いが必要です。今回、浜の宮松竹園で約 20 施設の職員、地域住民と子供達、民生委員や地域包括支援センター職員、別府中学生と約 140 人が参加しました。

総評で、『正しく恐がる』事が大切です。何でも恐がってパニックになったり、恐がらなさすぎて災難に遭う事も問題です。」と言われていました。今回の防災訓練では『正しく恐がる』必要性を感じました。



社会福祉協議会より防災クイズを開催。



栄養士より説明後、非常食を試食体験。

【せいりょう園待機者状況 平成27年7月10日現在】

○入所判定済み者 354人（グループの内）

Iグループ…110名 IIグループ…124名 IIIグループ…106名

【平成27年3月末迄の判定】

65点以上...11名 80点以上...1名 90点以上...2名

【平成27年4月1日以降の判定】

※このグループ分けは、県の「入所判定マニュアル」に基づき、緊急性を評価して分けています。Iグループが最も緊急性の高いグループとなっています。判定後、状況の変化がありましたら、ご連絡下さい。



仏教講話 7月6日(月)



真宗 大谷派 光念寺
本多 正尚 住職

ディサービス 谷澤 高明

民間有識者でつくる『日本創生会議』が先日、『首都圏では高齢化が急速に進み、2025年には介護施設が13万人分不足する。介護施設などが充実している地方を示し、高齢者に移住を促すべきだ』という提言をした。早速、政府は「まち・ひと・しごと創生会議」で高齢者が地方に移住する動きを後押しする方針を明記した。政府地方創生相も「高齢者の地方住み替えを促進する」と表明。高齢者の地方での受け皿づくりを新型交付金を使っての支援を検討、と続く。一方、移住先に例示された自治体は総じて歓迎ムードらしい。人口流出で「消滅可能性都市」にも挙げられている都市などは大歓迎とある。いろんな調査によると、地方への移住を検討したいという人は中高年齢層でもかなりいるらしい。しかし、実際に移住できるか、移住するかといえば、解決すべき問題が多く実現性は高くはないだろう。10年程前、私の親友の一人が「65歳になったら仕事を息子に譲って、田舎に引っ越し、夫婦二人畑でもやってノんびりする」と、言い出した。私は即座に大反対した。「そんな歳になって、違った環境に、うまく対応できるとは考えられない。余計なストレスが増え、健康を害する危険すらあり、夫婦関係も心配だ。片方が体をこわしたらどうするんだ」。TVの『人生の楽園』が人気番組である。私も時々観ることがある。当然成功例ばかりが放映されているのだが、それだっていつもはらはらして観ている。『日本創生会議』のメンバー(省庁出身者が目立つ)に将来を心配する必要があるような人はだれもいないし、その座長は『まち・ひと・しごと創生会議』のメンバーでもある。また東京も自治体、全国に存在する地方の一つではないか。「自分の所では面倒見切れません。よそへ移って下さい」と言うなら、その自治体は失格だ。東京五輪のメイン会場にベラボーな出費をしたり、交付金を地方にばらまいて役に立たない施設、組織をつくって、将来の国民に負担をかけるのだけは断じて止めてもらいたい。ちなみに、くだんの友は今も現役、毎日車で走り回っている。

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。季節の挨拶をされてから、江戸時代の俳人 松岡青羅(せいら)について話された。青羅は『江戸詰め姫路藩士の家に生まれ、同じ姫路藩士の他家に養子にいき、成人するまで江戸で過ごす。しかし不行跡がもとで藩を追放された。その後、諸国を遍歴、やがて俳諧師として頭角を現す。29歳、芭蕉の忌の日に加古川で剃髪。俳号である青蘿はその際、和尚から授けられたものである。芭蕉の功

績を世間に知らせることに努めた。名声は次第に高まり、播州一円から多くの門人が集まるようになる。寛政3年(1791年)6月17日52歳、加古川で没し、光念寺に葬られた』。お寺では毎年6月に『俳句の会』を開かれているとか。何事も続けていくのはご苦勞もあるのではないだろうか。

次に今年お知り合いの家に起こったご不幸と、最近お読みになった本の中にあった事柄についてお話があった。お知り合いの方は、ご主人とご子息の連続の死。本にあったのは、なに不自由なく生活していた大学の先生の奥さんの突然の死。人はいつ、どこで、どういうものに

出会うのか分らない。ご住職も「私もわかっているつもりでも、いつも不幸は他人さんであり、人の家で物事はすんでしまう。実際に自分の身に起こって初めて『なんで、自分に！なんで、自分がこんな目に！』と愕然とするのでしょうか」。

話は、『四門出遊：しもんしゅつゆう』に移る。お釈迦さんがまだ王子のころ、外界を見たいと城の東西南北の四つの門から郊外に出掛けた。最初の東門の外で皺だらけの老いぼれた老人を見てびっくりして城に帰る。次に南門から外に出て街角で糞尿にまみれて苦しむ病人を目にして帰城。西門から出て葬式に出会い、人間は死ぬものだと言われ、人生の苦しみ(生老病死)を目のあたりに見て、現実社会の非情を感じる。最後の北門から出たとき穏やかな修行者に会い、自分も死んでいく身であるが、そういう中で生きていかねばならないのだと、出家を決意したという話をされた。

最後に『罪悪深重：ざいあくじんじゅう』とボードに書かれた。『歎異抄第一章』に出てくる「深く重い罪」の意味で、親鸞聖人もしきりに話されたとか。知らずに犯す罪を『深：じん』、知って犯す罪を『重：じゅう』といい、老いも若きも善人も悪人もみな激しい煩惱を抱えて生きているものである。そういうものを救おうとしておこされた願いこそが阿弥陀様の本願である。「罪を犯しながら、その罪を消してもらうために、唱えます。南無阿弥陀仏。この命、どんな形であっても、ありがとうと言って過ごしていきたいですね。そういう生き様こそが人間の質なんですかね。また明日ネ、新しい日がむかえられて、よかったね。そういう生きざまを若い人に見せてあげて下さいね。8月は仏教講話お休みです。また9月、皆さんお元気で」。私の締め言葉も不要となりました。ありがとうございました。

気候不順なおりから、食中毒、熱中症、夏風邪にくれぐれもご注意を！

厨房だより

管理栄養士 田村愛弓

7月中旬頃から、急に真夏の気候へと変わりました。皆様体調を崩されていないでしょうか。気候が暑くなるにつれて、ご家庭で食べられる食事内容も夏メニューに変わってきていることと思います。夏はあっさりとしたお食事が食べたくなる季節です。この度はそんな夏に旬を迎える夏メニュー向けの野菜を紹介します。「とうがん」をご存じでしょうか。とうがんはウリ科の野菜で、見た目は細長いスイカのようなむっくりした野菜です。とうがん自体の味や香りはとても淡泊で、実の95%以上が水分でできています。その為、海藻やキノコ並みの低エネルギーな野菜です。うま味の強いだし汁や動物性の素材と組み合わせて煮込みやスープ料理にすると、夏バテぎみの時でもたくさん食べやすい野菜です。またとうがんには体温を下げる働きもあるので、ビタミンB1を多く含む鶏肉や豚肉と一緒に調理して食べると、夏バテ予防に効果的です。夏の旬野菜を上手に食べて、暑い夏を乗り切りましょう。

平成27年6月16日(火)マジックショー



演目「シルクアンブレラ」



演目「バルーンマジック」

加古川野口マジッククラブの皆さん7名が様々なマジックを披露して下さいました。派手な衣装・BGMと共に繰り広げられる演目は、約60名近くの観客に驚きと楽しさを与えてくれました。マジックを見る機会は滅多にありませんので、次回も披露して頂きたいです。



平成 27 年 6 月 8 日 (月) ~ 10 日 (水)、19 日 (金)

野口南小学校 6 年生との交流会



紙芝居を行う。(グループホーム)



一緒にトランプを楽しむ。(ケアハウス)

毎年、野口南小学校 6 年生が、4～5 人のグループに分かれて、お年寄りとの交流を行います。初めは緊張した面持ちで自己紹介などに手こずっている姿を見ますが、クイズ・折り紙・演奏・演劇など自分たちで考えた出し物を行い、小学生たちはチームで試行錯誤しながら交流していくと、緊張がとけて笑みがこぼれていました。

そんな小学生の姿を、お年寄りは穏やかな眼差しで見守っています。もっと交流を図ろうとする時には、終了時間でした。小学生の皆からは「楽しかったけど、短かった。」「また来たい。」との感想が聞けました。秋には第 2 回目交流が実現できる事を望んでいます。

命名『アトリエ一番星』

特養やグループホームには、そしてケアハウスやサ高住でも、重度の要介護になり認知症になっても、在るがままの姿で堂々と暮らし、穏やかに人生を締め括る方々が大勢おられます。むしろ認知症であるからこそ、利害損得の計算をせずに素直に我が身が蓄えた感性や感覚・経験則を発揮して、しなやかに逞しく暮らされています。

人生の最終章で我が身に起こった大きな変化をしなやかに受容れ、長年の暮らしで身に着いた社会性を存分に発揮して暮らす姿は、遺伝子では伝わらない『変化の極意』を仲間に伝えているように思えます。長い人生での最後の自己実現であり、親しい仲間への『置き土産』です。置き土産を受取った人は、折に触れて亡き人を偲び、天空を吹き抜ける風に、夜空に光る星に、亡き人の眼差しを感じて懐かしい想いの中で、見えないものを視る眼差しを養い、我が身の未来にも希望を抱きます。

『アトリエ一番星』は、ご家族や地域の方がその置き土産を受取る場であって欲しいと願い、介護現場がご家族や地域の方々にお伝えすべき最も重要な事柄がそのアトリエに潜んでいると確信して造ります。要介護や認知症のお年寄りと『適度な距離』で接する中で、しなやかで逞しい『変化の軌跡』を視る眼差しを養って下さい。

朝に夕にひととき大きく輝く一番星には、天空から地上の我々を見守り包み込む柔らかな眼差しを感じます。そして今を生きる私たちも、やがては一番星となって、地上の人々を照らす灯りになりたい、と願います。介護現場には、そんな願いを叶える準備となる経験が、数多く潜んでいます。

要介護や認知症を『予防すべき状態』と捉えるとき、変化の軌跡は見えてきません。先入観を持たず、お互いに在りのままの姿でプライドを尊重し合い、マナーとモラルをわきまえて、側に居てお互いの存在を感じ合ってください。やがて、感性や感覚が交じり合う場面に出会います。そして見えないものを視る眼差しが養われ、おぼろげながらも変化の軌跡が視えてきます。

充実した生を実感する感性や感覚が働くとき、我が身が老いを迎えて思わぬ変化に出会う時にも、しなやかに受容れ、逞しく暮らせる途が開けてくるように思います。

要介護にならないように、認知症にならないように、と予防に励むことよりも、要介護になっても認知症になっても充実した生を実感できる感性や感覚を蓄え、子や孫に大切な置き土産を残せるように準備する途を拓いておきたいと願い、『アトリエ一番星』と名付けます。

せいりょう園 渋谷 哲

【せいりょう園空き情報 平成27年7月15日現在】

- ① ケアハウス：3室（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」：4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

【問合先】 せいりょう園 TEL(079)421-7156/(079)424-3433