

# 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28年 5月 第183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>

## 高齢者介護と出産・育児・教育は表裏の関係 —多様で柔軟な人と社会を創る原点として—

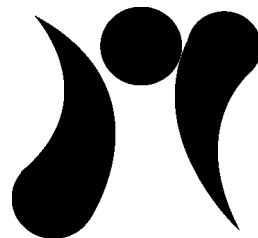
高齢者介護の現場は今、健康や長寿への『願望』に添って「介護予防」と「健康寿命」を最重要課題とする予防重視型システムの真ん中にいます。介護保険発足当初から議論のあった『要支援』への給付については保険から外して、地域行政の責任で行う生活支援総合事業に移行し、介護保険給付総額の一部を財源として実施します。保険者である地域行政は保険財政を勘案して、地域を挙げて介護予防を推し進めます。しかし人生80年時代の今『一般的な老いの姿』は、60才時点での平均余命が男性23年・女性29年あり、平均10年程度を要介護や認知症で暮らして最期を迎えます。正に『スローグッバイ』、『最期への準備』が十分に可能で重要な時代に成りました。

人間は本能として、子に遺伝子を伝えて『命を引継ぐ』と同時に、吾身の終末を仲間に委ねて『社会を引継ぎ』ます。「動物の群」とは違う『人間社会』の原点が、終末期と死を委ねる『本能的習性』に潜んでいると思えます。老いて介護される姿は、仲間に迷惑や犠牲や負担を強いているのではなく、『個人の意思や願望』を超えた『社会的使命』として、『限りある命と命をつなぐ社会性』を引継ぐ為の『陣痛』の様でもあり、『介護の中心課題』です。

イギリスで起こった産業革命以降の近代化の中で、社会の変化が大きく速くなりました。蒸気機関の発明で地球が狭くなり、ライト兄弟の初飛行から20世紀の100年で、人が月面を歩き、宇宙ステーションで暮らすまでに発展して来ました。その間に、先進国の平均寿命は長く伸び、押し並べて80才前後になっています。世の多くの人が、生殖機能を失った後も長く生きて、長い終末期を仲間に委ねる事で、社会が大きく早く変化・発展してきたのだと思えます。『終末期に生じる変化と死』を世の多くの人が経験する中で、『多様で柔軟な社会性』が拡がり、社会が急速に発展した事を実感します。

しかし日本では今、死を避けたいとの強い願望と、介護を迷惑と捉える意識の下で、終末期を医療に委ねる傾向が強まり、老い

(次ページへつづく)



(前ページのつづき)

の変化と衰弱を嫌うアンチ・エイジングの世相が拡がりました。その結果、健康志向一辺倒の常識が世間に拡がり、「老いと死」が秘める『思想と社会性』が拡がらずに、日本社会全体が多様性と柔軟性を失い、急速に硬直化してきた様に感じます。

3・11東日本大震災から5年が過ぎました。未曾有の大災害で凄まじい津波の様子がテレビに映り、今も眼に焼き付いています。多くの悲しい報道の中で、特に心に残るのが石巻市の『大川小学校』での出来事です。隣接する裏山に逃げれば助かる可能性が指摘される中で、マニュアル通りの避難に至る協議に費やした50分間を振り返る時、『教訓』として何を心に刻み込むのか？後に残った人間の『覚悟と思想・社会性』を問い掛けます。

10年程しか生きていない生徒達が、吐き気を催す程の恐怖の中で、逃げずにじっと指示を待つ姿に、本能を退化させた『教育の恐ろしさ』を感じます。一方で先生達の50分間の協議が示すのは、マニュアルの想定を超えた事態に対して、思考が停止して『柔軟な判断力を失った』教師集団の姿です。

そして今、広島県府中町の中学校で3年生の進路指導を巡って、男子生徒が自殺しました。本人には身に覚えのない1年生時の万引き記録が、教師のミスが重なって3年時まで残り、高校進学に影響する事態となつて悲観した生徒が、『反論も確認もする事無く』自殺してしまつたのです。生徒の成長を促し見守る『教育の本質』を忘れ、極めて形式的・事務的に進路指導を進めた教師集団の『柔軟性を失い硬直化した思考回路』が浮かび上がります。

教育現場で、生きる為の多様な途を探れない子供達と、思考の柔軟性を失い硬直化した教師集団の姿を視る時、そして教育の全てを学校に任せて、核心を外れた批判に終始する親や世間を視る時、明るい未来社会が描けません。

動物世界で遺伝子が引継ぐ本能は、驚く程に多様で柔軟に生きる途を探る力を発揮します。しかし動物の群は千年経っても「群」でしかなく、質的な変化・発展は生じません。其れに対して人間の社会は、遺伝子情報を超えて大きく変化し、質的な発展を繰返して来ました。多様性と柔軟性に満ちた『人間社会』の『原点』が、『終末期における変貌と死』を仲間に委ねる『本能的な感覚と習性』に在る事を今、介護現場に身を置いて、強く実感しています。

何より今、子供を産み育てる関係性を拒否する若者が増え、更には、子供を産んでも育てる意識と覚悟が欠如する若者が多数存在しています。其れは、高齢者介護の現場で『個人的願望』を優先し、中心課題の『限りある命と命をつなぐ社会性』を顧みない現実の裏返しだと、痛く胸に突き刺さります。『ベストを尽くして懸命に生きる』認知症の人が顕す、『老いの覚悟』と『命より大切なもの』に応えるべき介護の『社会性』が問われます。『死』にも『介護』にも個人の願望を超えた、『社会的な使命・役割』があるのです。

今、世界中で内戦やテロが続発し多くの難民が国境を超えて移動する中で、日本社会も無関係ではなく、国際社会に通用する『多様性と柔軟性』が求められます。『終末と死』の営みを委ねる高齢者の『覚悟と社会的使命』に応え、命と引換に伝える『命より大切なもの』を次の世代に引継ぎ、子供達の身に『柔軟に生き抜く力』を育みたい、と願います。介護は『老いと死を新たな命へとつなぐ』社会的使命を帯びた、人間のみが行う尊い『創造的な営み』です。

## 介護についてみんなで語ろう会（4月22日）



せいりょう園を利用している入居者の皆さんには、職員との関わりだけではなく、ボランティアの皆さんとの関わりも非常に大切にしています。毎週月曜～木曜の「のびのびルーム」では、ボランティアの皆さんで、自彊術(体操)・映画会・カラオケを運営しています。

4月の「介護について語ろう会」では、コーラスボランティアの皆さんとお年寄りと共に合唱する行事がありましたので、交流する時間を共有していただきました。

参加された地域の方より、「私も他のコーラス部に入っています。高齢者施設で昔懐かしい歌を色々と披露しました。そこでお年寄りの皆さんが、一緒になって歌いながら喜び姿を沢山見ました。その姿を見て『良かった。嬉しい。』と私も感じたので、きっと今回のボランティアの皆さんも同じような想いを感じていると思います。穏やかな雰囲気が漂っていました。」との感想を頂きました。

その後、せいりょう園施設長を交え参加者の方々と語り合いました。

参加者より「ピンピン・コロリで逝きたい。」との願望を口にする人や同意する人が居ました。実はピンピン・コロリは、平均寿命が50年の時代の話です。平均寿命が延びて、人生80年時代の今では、ピンピンとコロリの間に平均10年の要介護期間が存在します。世間でもピンピン・コロリを希望する人、もしくは「終末期を考えたくない。」と思っている人が多いのかもしれませんが。しかし人間は、必ず死が訪れます。懇談の中で私は、軽度認知症のある入居者との出来事を思い出しました。

先日、その方の居室から水の流れるような音が聞こえた為、訪室しました。すると台所の水道蛇口が閉まりきっておらず、シンクに入っていた鍋が排水部分を塞ぐ状態でした。その為、シンクから水が溢れだし、床周辺が水浸しでした。その方と共に、床をタオルで拭き取り、水のある程度吸い取ってから、新聞紙を敷きました。その際、その方は「昔は周囲の人から頼りにされる存在やったのに、今じゃ、こんな迷惑をかける存在になってしまった。年をとり過ぎた。早くお迎えが来てほしい。」と何度も嘆かれました。私は「今まで、頼りにされる存在として頑張っておられて、周囲の人が貴方に迷惑をかけてきたのなら、これからは周囲の人に迷惑をいっばいかけてください。」と思った事を伝えると、大笑いしてくれました。

この方は、約15年前にケアハウスに入居されました。その頃は家事を一人でこなされ、自立していました。また、認知症等で介助が必要な他の入居者に対しては「年取って、あんな風には、なりたくないなあ。」とも言っていました。しかし年を重ね、今は一人で家事が出来なくなった。入浴も一人では難しい。ヘルパーの介助が必要になり、自分がなりたくないと思っていた高齢者になっていく状態に葛藤されているのです。

年老いていく自分を受け止めるのは、誰でもなく本人です。葛藤している本人を見て、ご家族も揺れ動きます。高齢になると、ピンピンとコロリの間にある終末期は必ず訪れます。今まで出来ていた事が出来なくなり、衰えていきます。そこで葛藤を繰り返して不具合な現状を本人が受け入れられるように、そして見守るご家族が受容できるように、介護職員はその場限りの対応ではなく、『葛藤』や『揺れ動き』に対して、一緒に考えていく必要性を強く感じます。

(老人介護支援センター 入江良行)



私が、せいりょう園に初めて足を踏み入れたのは十数年前のことです。介護福祉士の二次試験で実技を学びに来ました。その頃働いていた所でも教わっていたのですが、丁寧に説明してくれたことを憶えています。

次に来たのは、その頃働いていたデイケアの利用者さんが独居では生活が難しくなり、せいりょう園のグループホームに入りしばらくした後、相談員と様子を見に行きました。そこはもう生活の場となっていて自宅にいた時とは違い、落ち着いて穏やかに過ごされていたように思えました。相談員によると寝たきりになっても居室のドアを開けた所から、みんなの様子が見えるようベッドの位置を変え、孤独にならぬよう配慮がなされていて最期まで穏やかに過ごされたと聞きました。

その後、違う職場に変わっても、せいりょう園に来ることはありました。デイサービスで働いていた私は、送迎のためケアハウスに来ていました。玄関から玄関まででしたが、その方が体調を崩している時、お部屋まで行くこともありました。お送りするときには、いつも夕食のいい匂いがしていました。たまらなくなり、ご飯をよそう他の方に「ご飯はおいしいですか？」と一度聞いたことがあります。その時「いつもおいしいですよ」と笑顔で返事をしてくれました。

縁あって、現在せいりょう園で働いています。長らくデイサービスで働いていたので夜勤をする事に少し不安もありましたが、働いてみると先輩方は丁寧にどんな質問にも答えてくれました。介助時には、その人の生活歴を教えてくれたので、すぐに顔や名前をおぼえることができました。

今まで経験したことない看取りの場面では、現在もまだ焦るばかりでなににもできませんが先輩方の入所者へ最期の最期まで丁寧に介護する様子や、不安な想いのある家族への配慮した言葉かけ等はとても勉強になり、マネしたいと思っています。

どこの介護の現場でも、高齢者が一番笑顔になるのは食事の時かと思います。その食事が毎日“できたて”で出来るまでにも、いい匂いがして食欲をさそいます。検食させてもらう機会があり、食べたときは「おかわり！」と言いたくなるくらいです。そんな食事を毎日食べて1日でも長く笑顔で過ごしてもらえる様、先輩方のような介助・介護を見習って日々努力し続けたいと思います。

【せいりょう園空き情報 平成28年 5月18日現在】

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

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



## 「私の人生」

ユニット型特養 池の向3丁目6番地

渡邊 日照

私は平成22年1月21日75歳の時に交通事故に合いまして、県立加古川医療センターに入院になりました。処、頸椎にヘルニアがあることが判明、手術を行いました。

病室に帰っていたらドクターから「足は99%動かない。」「手は、少しは動く。」と言われて気落ちしましたが、ケースワーカーの紹介でリハビリセンターに3ヶ月入院して後、次々と病院を3ヶ月毎に変わりました。回復の見込みもなく諦めていたところ、「せいりょう園」に申し込んだら、空室がなく、他所の特別養護老人ホームに入所していました。5年が過ぎた昨年4月に「部屋が空いた。」という知らせで、4月16日に「せいりょう園」に引っ越しました。

せいりょう園では好き勝手な事ばかり言っていますが、介護士さん達は顔色も変えず平常心を保っています。我慢強いのか職業柄なのか、一般の人にはマネ出来ませんよ。前に横浜の老人ホームで若い介護士が、老人をベランダから突き落とす殺人がありましたね。自分達は、施設に世話になっている気持ちを忘れないようにしましょう。

私はアウトドア型の人間だから、家の中で閉じ籠っていることは大変苦痛で、部屋でゲーム機の将棋やクロスワード等で、退屈を凌いでいます。若い時は、山や海へ出掛けていて、六甲山縦走3回、この辺の山は全て制覇しています。各地のツーデーマーチも多数参加し、仲間とハイキングや家庭菜園、日曜大工など下手の横好きで何にでも手を出して、なるべく家の外で暇を潰しました。中学校卒業後2年程大工の弟子に付き修行しましたが、昭和28年の水害で棟梁が亡くなりました。それきり家に帰り、農家の手伝いをしていましたが、年齢も25歳になり就職も難しいと思い、大阪に出て来て現在に至っています。

事故以前を思い、今の自分の不自由な身体を見て情けなく、今さら悔やんでも仕方なく、このまま生涯を閉じられるものかと思いつつも日々の生活を楽しみ、生きる事に専念しています。

### 第23回 木野雅之ヴァイオリン・リサイタル

平成28年7月9日(土) 18:00~開場 18:30~開演

リバティかこがわ2Fにて開催いたします。

詳細内容は、別紙をご覧ください。

素敵なヴァイオリンの音色を感じて頂けたらと思います。

皆様のご参加を、お待ちしております。



仏教講話 5月2日(月)





## 天台宗 教信寺 法泉院 長谷川慶悟 住職



本日の仏教講話は、天台宗教信寺法泉院 長谷川慶悟住職です。住職はコントラバス奏者でもあり、お寺の敷地内に音楽の館「奏楽堂」を造られ演奏活動もされています。

初夏を思わせる陽気の中、大きな楽器（コントラバス）を抱えて来て下さいました。「私は住職になる前はウイーンで音楽家として演奏活動していました。いつもは仏教講話としてお話していますが、今日は演奏とお話をします。曲の解説や話をしながらコントラバスの音色にのせて、クラシックや日本の歌曲を演奏していきます。ゆったりとした

気持ちで聴いて頂ければと思います。」と話され演奏を始められました。演奏と演奏の間にお話されたので、曲名の後、お話された事を記していきます。

### 『愛のあいさつ』：エルガー

エルガーは苦学生で、生計をたてる為にホームレスしながら生活していました。きれいな女性がレッスンに来て、その女性にこの曲を捧げ感動され、愛を受け入れ結婚。女性は大富豪でした。以後はエルガーの一番の支援者となりました。

### 『G線上のアリア』：バッハ

葬儀会館等で式が始まる前や弔電の時によく流れます。敬虔な祈りの要素が入っている曲です。熊本・大分の大震災で多くの方が大変な思いで生活されています。犠牲者の方々の冥福を祈り、地球の環境保全・平和を一緒に祈りながら聞いて頂けたら嬉しいです。

### 『白鳥』 動物の謝肉祭より：サンサーンス

静かな森の中を歩いているイメージを持って下さい。木立が生い茂っている。そこを抜けて大きな湖に出ます。波が漂っています。湖には白鳥が泳いでいます。目を閉じて、風景を空気を感じながら、聴いて下さい。一瞬にして楽しい所、素敵な場所に連れて行ってくれる。それが音楽の世界です。時空を超えた音楽の世界に入れます。

### 『川の流れのように』

ここにおられる皆さんはいろいろな事を経験されてきたと思います。運命・人生に逆らってもなかなかうまくいかない事もあります。川の流れのように身を任せて生きていくのが長生きの秘訣かも知れません。

ここ加古川市は川の地名です。加古川は兵庫県で一番広い水系です。日本海から通って瀬戸内海を結ぶ陸上の交通の中で加古川の水系が発達しました。奈良時代には野口に「加古の駅」があり、宿場町として拓けてきました。多くの歴史や文化を育んできたのは加古川の川のおかげです。

### 『知床旅情』

北海道の豊かな自然・空気を感じ取りながら聴いて下さい。

### 『いい日旅立ち』



仏教で言うと旅立ちは極楽浄土に行く事ですね。この世で徳を積む、この世で誰かの為に良い事をすれば極楽浄土に行けます。子供たちや孫たちの将来の事を祈って、本当の人生の生き方をお話してあげてください。いろんな事を伝えて皆が立派に育っていくのを見届けて、極楽浄土に旅立ちして下さい。

『千の風になって』

火葬場に行って煙が上がって、水蒸気になって、雨になって山や緑の木々を潤します。風になって遠くへも流れていきます。今日も新緑をふるわす風が吹いています。命というのは連鎖しています。そういう意味で輪廻転生を考えれば、今の自分は自分勝手に生きているのではなくて、頂いた命をお父さん・お母さん・ご先祖様に感謝しなければいけないという思いを持ち、それを伝えていく事も皆さんの大きな仕事の一つです。

アンコール曲：ミュージカル・オーケラ『誰かが私を見ている』（直訳）

誰かが私を見守ってくれている。

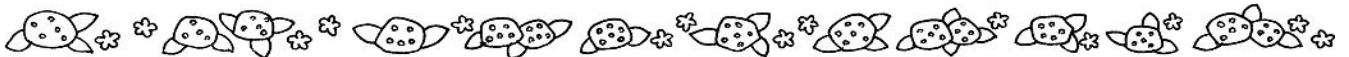
決して私たちは一人ではない。という意味のタイトルです。

「心の中は極楽浄土で、ほがらかに笑顔を絶やさず、元気で長生きし、ますます人生を楽しんで下さい。」と話され仏教講話が終わりました。

手拍子する人、歌を口ずさむ人、涙ぐみ感激している人等、皆さま一様に感動され、口ぐちに良かったと話しながら帰っていかれました。暑い日でしたが皆の心の中に涼風が吹き、癒しの時を過ごす事が出来ました。

ありがとうございました。

(岡村 照代)



**厨房だより**

**管理栄養士 田村愛弓**



6月が近づくとつれ、梅雨らしい雰囲気は少しずつ感じられるようになってきました。私たち人にとっては苦手なこの時期ですが、食べ物は多くが旬を迎える恵みの季節です。

これからが旬の夏野菜は、夏バテ防止にはとても大切な成分を含んでいます。夏は身体にこもった熱を下げるために、他の季節よりも多くのエネルギーを必要とします。しかし夏バテで食欲が低下して、食べやすい冷やしそうめんやうどんといった炭水化物系の食事ばかり摂りがちです。そのような食事内容が続くと、エネルギーを作り出す上で大切な成分が補給できず、夏バテが悪化するという悪い流れができてしまいます。それを防ぐビタミン・ミネラルといった成分をバランスよく含んでいるのが夏野菜です。また夏野菜は水分を多く含んでいるので、対外的に身体を冷やす効果も期待できます。

夏になってから夏バテ防止を意識しても、すぐには効果は表れません。6月から意識して肉と野菜の食事を摂り、身体の調子を整えて暑い夏に備えていきましょう。





お揃いの華やかな衣装で、透き通るようなハーモニーを、参加者に披露して下さいました。

「365日の紙飛行機」に始まり、「ふるさと」、「せいくらべ」等、なじみのある歌と一緒に歌い、「365歩のマーチ」で歌い終わりました。

終了後、「歌でお年寄りの皆さんに元気を与えるつもりが、逆に皆さんから元気を貰いました。」と、ボランティアの方々より、感想を頂きました。



## 平成28年4月27日(水) フラダンス



「マカレアアロハ」と「レミリコ」のグループに、来ていただきました。

初めはウクレレと唄に合わせてのダンス。

皆さんお馴染みの“花は咲く”～♪全8曲♪のフラダンスを見せていただきました。

曲も踊りも滑らかで、昼食後のゆったりした時間に、

見ているお年寄りも、衣装も綺麗でうっとりしていました(\*^\_^\*)



昨年6月に、ある入居者の実家に植えていたイスラエル産の無花果の苗木を頂きました。入居者家族より、せいりょう園で育てて欲しいとの希望です。

ユニット型特養2丁目と3丁目の間の敷地に植えました。今は青葉が出て、しっかり根付いています。



平成28年5月14日(土) 13時～第1回「俳句に親しむ会」が始まりました。「俳句は多く作って多く捨てるのが良い」講師の升田ヤス子さんより、様々な俳句の手解きを教えて頂きました。

次回、6月11日(土) 13時～14時30分、アトリエ一番星で行います。