

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28年 7月 第185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>

認知症—その受容と許容—

—主役として社会を引継ぐ幸せの中で終える人生でありたい—

数年前、万葉集研究家の中西進先生の講演で、老いは「悲しい」ではなく「愛しい」、「愛おしい」姿であり、鉄が錆びるが如くに、素の姿に戻っていく吾身を愛おしく思う心を現す、と教えられ、其の心を養う為に、そして其の心を感じ取る為に、「俳句」を薦められました。

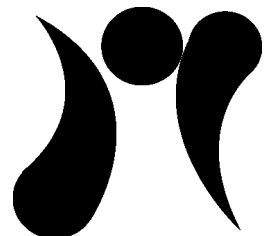
身の周りに在るもの、起こる事、あらゆる事に関心を持ち、心に受け止め、何かを感じて言葉に現す営みが、最期まで吾身に寄り添う豊かな感性を養うと教えられ、それ以後は歩く時にも、季節の変化や周りの気配を感じ取るように心掛けました。「俳句」が心の中に残っていながらも、最初の一步が踏み出せずに来ましたが、今年5月に『俳句に親しむ会・清涼句会』を始めました。

高齢者介護の現場に身を置いていると、『命』には年齢に応じて『2つの社会的使命』が有るように思えます。1つは遺伝子を伝えて命を引継ぐ役割。生殖機能を備えた人は「健康な命」を保持して子を産み、1つ目の使命を果たします。そして子を産み終え、成長を支える役も終えた『老後の命』は、死後にも続く『社会的な関係性』を伝える、『2つ目の使命』を担います。

人間社会は『遺伝子では伝わらない社会性』を引継いで、変化し発展して来ました。終末期の命は、『死後にも生きる社会性』を秘めています。認知症を含めて病気や怪我など様々な変化をしなやかに受止め、死を間近に控えながらも逞しい生命力と生活力を発揮する終末期の暮らしに、人間が持つ「柔軟に変化し得る社会性」の原点が潜んでいる事を、見逃してはならないと思います。

『生・老・病・死』は『人間の命の本質』に宿る『社会性を育む営み』であり、『死後』何年も経て尚、その関係性は続きます。5月31日付朝日新聞「ひととき」欄『夫との関係は続く』に、広島市の女性が『死別でおしまいじゃないんだ、人間関係は。私が生きている限り変化して続くんた。そう感じている。』と綴られています。

世界中で今、認知症が注目されています。予防・治療の研究
(次ページへつづく)



(前ページのつづき)

が国策として進められる一方で、ケアの手法についての研究も広がっています。認知症の理解を拡げ、認知症サポーターを養成し、認知症に優しい街づくりが進められますが、一方で大半の人が、「認知症にだけはなりたくない」と言います。認知症の人は「責任無能力者」とされ、介護する人は「監督義務者」として、生活上のリスクを回避する責任を負う立場とされます。即ち認知症になると、自分が生活の主役ではなくなり、一方で介護者は損害賠償の責任を負います。その状況を視て多くの人が、個人的にも社会的にも「迷惑を掛けるのみで価値の無い存在」と捉えて、「認知症にだけはなりたくない」と強く思うのです。

認知症になると、知性・理性は徐々に減退し、その分逆に、感性・感覚は鋭くなる様に思えます。進行性の病気で、初期は不安感が強くて本人も周りも困惑し混乱しますが、進行と老化に伴い、やがて安定期に入ります。認知機能が回復する訳ではなく、ご本人が無意識の中で受容して不安感が払拭され、「在るがまま」に行動する段階に入ります。場所の理解や人の認識は出来ずとも、経験則として培った感性・感覚が喜びや充実感を感じ取り、五感の何れかが最期まで主役を支えて、「逞しい生活力」と「表裏のない社会性」を発揮します。特養やグループホームに入る人の大半がその段階であり、「老いの変化に身を任せる」極意と真髓が表現されている姿にも映ります。

常識的な行動を重視する世間の人や、昔の姿を思うご家族は、認知症による変化を許容できずに、投薬やリハビリ、見守りや管理などを強化して、常識の範囲の行動に戻す努力を続けます。其処では、主役としての位置付はなく、感性や感覚にも無頓着で敬意を払わずに、常識を超える行為の全てを否定して、「人格崩壊」「責任無能力者」のレッテルを張ります。

しかし現実には、社会生活上「許容してはならない行動」を起こす人はごく少数です。私どもの施設で暮らす認知症の人100人の内『1人か2人が時々』そういう状態に陥る程度です。大半の人が、70年～80年の暮らしで培った生活力と社会性を存分に発揮し、周りの人が「許容できる範囲」で適度に折り合いを付けて、在るがままに暮らします。自然の摂理で老いに身を任せ、世間を信頼して『街を彷徨い』、後輩に身を委ねて穏やかに、主役として最期を迎えます。まさに、「変化の極意」を後輩に伝授する姿であり、老いに向けて準備する際の「お手本」として、その『社会性を学ぶべき』だと感じます。

発生率1%以下程度の重症者を視て、認知症者の全てを否定する『愚』は避けたい、と願います。健常者が起こす不法・不穏当な迷惑行為の発生率はもっと高いのではないかと思います。『老後の社会的使命』を自覚せず、未来永劫の命を望むが如くに健康を志向する『自己中心的な幸福感』を持つ人が多数とも思える世相に対し、『使命感の喪失』を憂います。

認知症を『受容』する終末期の命には、過去に培った感性と感覚が最期まで寄り添い、老いる吾身を愛おしく思う心が宿り、仲間にも身を委ねます。その存在を『許容』する世間は、『想定外の不規則な変化』をも包み込む『持続可能な社会』につながります。認知症の人が顕す、老後の『使命』とその『覚悟』と世間への『信頼』を、優しく『許容』する社会を、と願います。

老いに踏み込んだ団塊の一員として、老いる吾身を愛おしく思う心を養い、自然の摂理と社会的使命を忘れずに暮らしたいと願い、我が身の五感が備える『感性と感覚を磨く試み』として俳句に親しみます。

介護についてみんなで語ろう会（6月24日）



6月の語ろう会では、介護保険について話し合いました。

介護保険制度は、2000年に始まり、高齢者が住み慣れた地域や自宅で自立した生活を過ごす在宅介護を重視しています。

介護保険を使う状況になった際、困ったこと等を話し合いました。

「今まで介護の知識もなく、病院より『出て行ってほしい』と言われ、困りきってしまいました。役所に聞くと介護保険ガイドブックを渡され、一覧はあるが、何処に聞けばよいか分からなかった。」との意見が出ました。

家族は親に、いつまでも元気で長生きしてほしいと期待してしまいがちですが、親が年老いていくとどうなっていくか、という現実を想定して備えていく必要があります。また親を看取った家族は、今度は自分の問題と認識して、老いていく自分に向き合います。その時、親の最期を看取った経験が、生かされる筈です。

人は必ず老いて死にます。老いると知力・体力が衰えて出来ないことが増えていきます。そこで葛藤しながらも折り合いをつけようとしています。「高齢者本人が運命を引き受ける力」を専門職として信じ、やがて迎える終末期に、「死を受け入れて覚悟を決める本人」に対して敬意を払いたいと考えます。今回の「語ろう会」で話し合った事が、生き方を考えるきっかけになればと思います。

介護保険は、対等な契約です。ケアマネジャーから与えられたサービスに対して、ただ何も考えずに従う事ではありません。様々な介護サービスの中で、本人が生きていく為に必要だと考える介護を選択する自由があります。介護保険を活用して、地域の一員として、最期まで過ごしてほしいと願います。

（老人介護支援センター 入江良行）



厨房だより **管理栄養士 田村愛弓**



7月も終わりに差し掛かり、連日猛暑が続いています。夏の日差しが照りつける外とクーラーの効いた室内、そのあまりの温度差に皆様参っていませんか。熱中症が心配なので、適度にクーラーを使用することをおすすめします。ですがほんの一時だけ、スイッチを切って夏の風物詩をなにか実践し、「涼」を感

じてみませんか。

去年せいりょう園のデイサービスでは、利用者の方々が普段寛がれているスペースに竹を持ち込み、昔ながらの流しそうめんを行いました。窓を開けていたので室内の気温は上がっていましたが、利用者の皆様はそうめんが水に流れる様を見るだけで、「気分が涼む」「懐かしい」「楽しい」と暑さを忘れたかのよう流しそうめんを楽しまれていました。そのお姿を見ているとこちらまで暑さを忘れて、楽しく嬉しく思ったのを覚えています。今年も皆さんに楽しんでいただくべく、流しそうめんを計画中です。せっかくの夏、気持ちに余裕をもって季節を楽しみましょう。

せいりょう園開設の頃、勤務していた職員より、お手紙を頂きました。

本人了承の下、掲載させていただきます。



高砂市 阿弥陀町 佐藤 エイ子

いつも機関紙「せいりょう園」お送りいただきましてありがとうございます。今日は恥ずかしく、情けない近況を書きます。

もうすぐ80才になる私は、視力・聴力の低下や物忘れもだんだんふえています。何より自分の体力の限界を忘れていました。普段あまり乗らない自転車で登り坂を上がりはじめ途中で転倒してしまい、大ケガをしました。病名は左上腕骨近位端骨折と言ひ、球関節が脱臼し4cm下がり、その近位が骨折して散らばった骨を集めて、スプーン状の金具に何本ものビスで止める手術を今年の1月22日に行いました。

医師からは、うまく骨が接合しなかったら、もう一度手術して人工骨を入れましようと言われたのですが、1ヶ月余り入院して、術後60日目のレントゲンでは、うまく回復していると言っていました。治癒力にも驚きますが、ケガをしていないところが正しい動きをしないと退化する恐ろしさを経験しています。私の左手は使えない不自由さだけでなく、益々使わないことによる弊害に苦しんでいます。

今回の入院で、せいりょう園の人をよく思い出しました。まずはNさん。

Nさんは、親指と人差し指の間をご自分の顎の下に押しつけて、ご自分の手で自分の首をしめて、むせていました。当時病気やケガをしていない部位も正しく動かさないと、小さな関節までが日毎拘縮がすすみ運動範囲が制限されると言うことを私は知りませんでした。だから、手の使い方や肘の角度など見てあげることをせず、拘縮してかたくなった首をしめている手を少しはずしてあげることしか出来ませんでした。

それは一時的なもので、筋短縮、不動性筋委縮で手だけの問題ではないことを今回の入院で知りました。毎日痛くて苦しいリハビリテーションを受けながらも三角布で吊るしていた間に肘が伸びなくなり、肩甲骨の動きも悪くなり、手が挙上できません。背中が曲がり胸が縮んで苦しい姿勢を正すのも苦勞です。手首の関節や5本の指の関節すべてが腫れにより動かせなくなりました。血液循環障害により皮膚の色は悪く、パンパンに腫れて、重心がうまくとれず歩くのも不自由で点滴台を借りてトイレに行く始末です。どんどんベッド上の生活が多くなり脚力もおちました。せいりょう園には片麻痺の方が大勢おられましたが、麻痺側は思った以上に重いので車イスやイスに座位介助は特に気をつけて、姿勢を正してあげてほしいと思います。

加古川西市民病院のトイレは、6 F病棟（約40人）で障害者用トイレは、2ヶ所（便座は2つだけ）です。普通のトイレは便座が低く、手すりが左側にしかついていません。いつも込み合う2ヶ所か私は右手しか使えないのに、手すりのない3cm位低い便座を選ぶかの二者択一の不安な毎日でした。

またここでせいりょう園のことを2つ思い出しました。開設前の夏、施設見学をさせていただいた時、広いトイレと微妙に違うトイレが1Fにも2Fにも4ヶ所ありました。そのとき、私は設備に助けられてトイレ介助に励もうと思い実行しました。食べること以上に排泄が大事と考えたからです。入居者の皆様は、オムツをしても、すっきり出たと言ってトイレ介助を喜んで下さいました。たちまち微妙な高さの違いの便座や手すりの位置で、どのトイレに行くか決めておられました。

もう1つは、不自由な体と弱い脚力で立つ時、トイレの壁や天井まで届く縦の手すりに頭をつけて体を支えている人を見ました。当時せいりょう園では蒸しタオルを常備していたので私は日に何回もタオルで、その辺を拭きました。そんな些細なことにお礼を言われたので「時間がかかる訳でもないのでお安いご用です。」と笑いとぼしていましたが、いざ自分が共用トイレのタイル壁に頭をつけるのは、とても勇気がいりました。

また、もう1つKさんのことを思い出しました。Kさんは自分で車イス移乗が出来ていた頃からクツを枕元に置いていました。悪気があった訳ではない職員が、ベッドの上にクツを置くなんて非常識だと、ベッドの下に置き直すのでKさんは怒っていました。体の不自由な人は、この何cmかの差をしゃがむのに苦労するのです。ゴミ箱や床頭台の位置、その上に置くものにも最善の注意をしてくれると、とても助かります。介護者は、介護知識や技術を身につけることも大切ですが、マニュアルに頼るだけでなく、それぞれの人の動きを見て考えること。作業に追われるだけの日々を過ごさず、これらを身につけてほしいと思います。

退院後、回復期の計画書には、「左手をどんどん使うようにしてください。」「入浴は特に制限はありません。」「痛み止め薬は痛みに応じて減量して良いです。」とあっさりしたものです。しかし現実には左手をどんどん使うことが出来ず、毎日苦しいリハビリを受けつつ、痛み止めの薬が増える一方で、その副作用にも悩まされています。

私の場合、初期から肩は動かさず肘から手先までを、どんどん動かせと指示があったが、肩をかばいすぎて恐ろしくて動かすことが出来ない間に、どんどんケガしていないところの拘縮に苦しさが増すばかりです。この恐怖感を克服しないといけないと自分で自分に教えますが、とても難しく困っています。24時間中約1時間の苦しいリハビリテーションを受けても、残りの時間の使い方が安静ではいけないことは知りつつも、恐怖感には勝てません。

退院して家に帰った際、今までのベッドは不便な為、電動ベッドが借りたくて高砂市の介護課に、お願いの電話をしました。「入院中なら代理人でもいいから、とにかく介護保険認定申請をして、1ヶ月～1ヶ月半後に結果が出ます。」自分の聞きたいことに対して十分な説明が聞かれなかった事に、私は正直がっかりしました。介護保険料はどんどん上がっても、いざという時でさえ1ヶ月以上も先でないと使えないとは・・・と不満でした。

夫に申請に行ってもらったら「市内介護保険サービス提供事業者名簿」を持ちかえりました。その中の「高砂市地域包括支援センター」に電話しました。その時、思いがけない丁寧な返答に嬉しく思いました。「介護認定が出来なくても今の状態なら、何らかの形でベッドレンタル出来る業者があるので、ご安心ください。」と言って下さいました。地域包括支援センターの方が窓口になってくれると言って頂き、退院日が決定したら、お知らせする約束をしました。その後知らせを受けたと病院の地域連携室の人が来てくれました。

念願の電動ベッドを月1000円で退院の日時に合わせて、業者Aさんから届き、私の事を考慮して使い勝手よく、ベッドを設置して頂き詳細説明を受けて、今使わせてもらっています。単純な私は、やっぱり介護保険は大切だと思うようになりました。自分が、はやこんな介護サービスを受けるようになるとは思っていませんでした。

介護の仕事は忙しいです。業務だけを見ると「しんどい」と感じ、追い回されると嫌になります。しかし介護の仕事は、死生観を学ぶ事が出来ます。



仏教講話 7月4日(月)



浄土宗 西山禅林寺派 龍泉寺 酒見真暢しんちょう 副住職

本日の仏教講話は加古川町平野にある龍泉寺の酒見真暢副住職です。龍泉寺はJR加古川駅の近くで歴史あるお寺と聞いておりましたので、書籍で調べてみました。

龍泉寺は浄土宗の寺院で、本尊は阿弥陀如来です。昔は寺家町字蔵屋敷(今のニッケパークタウン辺り)にありました。伝説によると、この付近には大蛇が棲む大池があり、里人を苦しめておりました。それを聞き、一人の旅僧(観智上人)が退治し、寺が開創され、その縁により山号を『一鱗山』とし、寺号を『龍泉寺』と呼ぶようになりました。その後、1916年に現在の場所に移りました。境内のお堂には「龍泉寺ピッパラ子供文庫」があり、児童書を中心とした蔵書は約5000冊あり、現在も文庫活動が続けられています。

加古川駅の近くにあり、道沿いから見ると境内に続く長い石畳の向こうに門があり、大きいお寺さんだと思っておりました。このような伝説がある事を初めて知りました。

最初に『南無阿弥陀仏、南無阿弥陀仏、・・・』と合掌され講話を始められました。副住職は今年5月のゴールデンウィークにボランティアとして4月の14日、16日に大地震があった熊本に行かれた時の事を話して下さいました。「熊本では同じ浄土宗のお寺・蓮台寺さんも被害に遭われました。また、同じ5月の3週目頃には東北の南三陸にも行き、5年経った今も建物があった場所にまだ何も建っていない、そんな中でも皆さん頑張っておられました。何事も無かった日常が大震災で変わってしまう、そういう所を目の当たりにして諸行無常を体感しました。この世に存在する全てものは常に変化して止む事はありません。変化というのは2パターンあると思います。一つは悪い方の変化という事で老いの三失という言葉が聞かれました。①健康を失う ②仕事を失くす ③連れ合いを亡くす もう一つは良い方の変化です。老いの三得として ①丸くなる(穏やかになる) ②人生経験を積む ③得られるものがある これは年を取ったからこそその言葉であり、老いの楽しみでもあります。私も老いる事を楽しみにしています。年を重ねて、味が出てきてしぶい大人になりたい、人生を充実させて生きていきたいです。」

その後、プロジェクターを使って、ボランティアに行かれた熊本の様子を写真で見せてもらいました。土砂崩れ等もあり、まだまだ復旧が進んでいない状態でした。風評でしか知る事が出来なかった被災の状況が、写真を見せて頂く事でより鮮明に目に入ってきて、地震の凄さが分かりました。

最後に蓮台寺さんの奥様 大和蓮華さんが震災より前に書かれていた詩を読まれました。

よろこばなくっちゃ

よろこばなくっちゃ
よろこばなくっちゃ
今日一日を

今日 あなたに会えて
今日 あの花を見られた
今日 あの雲に出会え
今日 あの風のささやきを聞いた
よろこばなくっちゃ
今 生きている この私を

「何気ない日常が有り難い事です。生かされている人生に感謝し、平和に過ごしている日常を喜びながら過ごして頂ければと思います。」と話され講話が終わりました。

梅雨時にも関わらず、晴天でとても暑い日でしたが、爽やかな笑顔を残して帰っていかれました。ありがとうございました。8月の仏教講話はお休みです。(岡村 照代)



6月は、ボランティアの皆さんの協力で、様々な行事を催しました。



平成28年6月12日(日) 東加古川教会 コーラス



平成5年より、毎年6月頃に東加古川教会の方々が讃美歌、懐かしい流行歌、童謡をピアノとギター演奏で披露して下さいました。今年で23回目です。

当初から毎年来て頂いている男性は、御年85歳。大きな声で、変わらぬ美声を聴かせて頂きました。「また来年も来ます。」と告げられ、多くの参加者と握手を交わされました。



平成28年6月14日(火) マジック・ショー



昨年に続き、今年も「加古川野口マジッククラブ」の皆さん(8名)が、各々のマジックを披露して下さいました。今回新しい方が2名加わり、緊張された様子でしたが、堂々と演じられていました。

職員も飛び入り参加を促され、ロープマジックに挑戦しましたが、全く成功しません。参加した入居者は、普段見る事のないマジックを見て、驚いたり、感心したりと、色んな表情を見せていました。

演目「シルクセレナーデ」
ロープを自由自在に操るマジック



平成28年6月21日(火) 尺八演奏



加古川輝山会と涼風会の2名の方が、しなやかな竹で作られた日本古来の楽器尺八の音色を6曲聴かせて頂きました。

合間に歌を皆さんと唄い、演奏曲のよもやま話について語りを入れる等、興味深い構成でした。

尺八演奏される御二方は高齢で、御一方は90歳を超えていると言われました。尺八を吹く姿を見て、参加者達は勇気づけられました。

平成28年6月15日(水)、17日(金)、20日(月) 野口南小学校6年生との交流会



おはじきを楽しむ(ケアハウス)



手作りの双六を行う(デイサービス)

今年も、高齢者と野口南小学校6年生との交流を楽しみました。生徒達は、双六、トランプ、坊主めくり、折り紙など高齢者と一緒に楽しめると思い、チームで考えた出し物を行っていました。初めは説明しても、「聞こえない」「わからない」と言われ、思うように事が運ばない状況もありました。

普段あまりお年寄りと接する機会の少ない生徒達も、ゲームを始めると次第に緊張が解れていきました。後半は共に笑顔を見せて、交流を深める余裕も見えました。



平成28年6月27日(月) 花こま 猿回し



一平君の様々な芸事



職員と共に南京玉すだれ



獅子舞の「無病息災」祈願

花こまさんが、せいりょう園に来て約20年との事。当時は幼い猿で芸事も儘ならなかった一平君が成長して、今では観客に対して立派な芸を披露しています。

今回は、南京玉すだれを職員も教えて頂きながら、一緒に披露。職員のぎこちない玉すだれも味があり、普段とは違う姿が垣間見られ、入居者の皆さんも和やかでいたように思います。

毎年恒例の獅子舞も登場。「無病息災」を祈願して、参加した入居者・職員全員の頭を軽く噛んで

周って頂きました。

【せいりょう園空き情報 平成28年 7月20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：空きなし
- ・グループホームまどか：空きなし

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