

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 11月 第189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>

『大川小学校』を戒めとして未来へ —白坂介明先生が遺した想いに応える途を探して—

東日本大震災の津波で、74人の生徒と10人の教師が亡くなった石巻市・大川小学校の悲劇に対して、亡くなった生徒23人の家族が、一人1億円・総額23億円の損害賠償を求めて提訴していました。

10月26日の地裁判決では、学校側の責任を全面的に認めて、総額14億円余の損害賠償を命じました。津波が到達した時刻の『7分前』には、市の広報車が大規模な津波の襲来を知らせていたので、2分もあれば逃げられた裏山への避難を、『教師は指示出来たはず』と断じています。

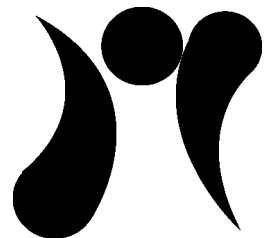
その判決に対して、石巻市と宮城県は控訴しました。そして原告側も。

誰もが経験したことがない『巨大地震』の恐怖の中で戸惑い、咄嗟に逃げる判断が出来ずに混乱し、40分以上も協議を続けている教師集団に対して、最後の『7分間』に適切な判断を求めるのは、『事の本質』を見誤っていると思います。平常時の『知性と理性』に頼る避難マニュアルは、『非常事態の恐怖と混乱』の中では想定通りの機能を発揮できない、との想定も必要であり、更なる『臨機の適切な対応』を求める事は、より困難だと感じます。

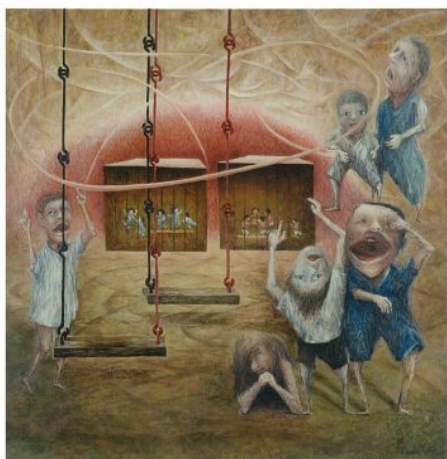
高さ10mの防潮堤を信じて逃げなかった人達があります。マニュアルに添って水門を閉めに行って流された消防団員がいます。逃げ遅れた老人を助けようと協力し合った隣人達が、共に流されました。だから昔から三陸地方においては、『津波てんでんこ』だったのです。

大きな自然災害の前では、全ての人が『平等』に危険なのです。『てんでんこ』は、自然の猛威に淘汰されずに生き延びる途を、自然が用意した『本能』に添って全力で逃げる術を、教えます。『大川小学校』では、74人の子供達は一人も『てんでんこ』しませんでした。

怖くて、吐き気がして、裏山に逃げよう、と言いながらも、全員が先生の指示を待ちました。『何故だろう?』『津波てんでんこの言伝えが残る地域で、何故誰も逃げなかったのだろうか?』と、強く気に罹っていました。



『子供の叫び』 新協美術会 白坂介明氏作



その様な時、中学校時代の恩師・白坂介明先生の遺作 絵画展で、『子供の叫び』に出会いました。精緻に描かれたブランコ、異様な表情の子供、檻の中で楽し気に遊ぶ子供達。ムンクの『叫び』にも似た表情に圧倒されました。奥様からは、教師の最終章『校長時代に描いた絵』だと聞きました。

約3年前、白坂先生が亡くなる2週間前にお宅に伺い、トルコ訪問時の絵『パムッカレ石灰棚』を頂きました。酸素吸入のパイプをアトリエまで長く延ばして、穏やかな表情で嬉しそうに話をして下さいました。その時は『2週間後のお別れ』が待っていようとは思いませんでした。そして3年後の今、『子供の叫び』を施設の一角に懸けて、折に触れ眺めています。

判決は、『自主的に避難できない児童』だから、学校・教師の責任は重い、と断じて、教師・行政による学校管理の更なる強化を求めます。提訴した親達の主張も、マスコミの論調も、同様です。しかし、何か腑に落ちません。『子供は本当に自分で判断できないのだろうか？』『てんでんこしてはいけないのだろうか？』『管理強化で本当に子供を護れるのだろうか？』

3・11地震報道の後で考えました。動物は全て本能的に、直ぐに逃げたはずです。知性・理性で判断に迷う教師集団に対して、動物的直観で素早く逃げる『本能』を、子供は持ち合せていないものなのだろうか？大人と比べてずっと俊敏で、10年程しか生きていないのに、何故「動物的本能」が無いのだろうか？『強く、大きな、疑問』を抱いたままに過ごしていました。

そんな想いの中で観た『子供の叫び』でした。温厚・温和・誠実な白坂先生の『教師としての良心』に出逢ったように感じました。『檻の中の楽し気な子供』は、やがては見えない檻に囲まれて、怖くても逃げる力を発揮できない『本能を失った子供』になってしまう事を、巨大地震の何年も前に、白坂先生は予測されていたのかも知れません。

子供は、その後の長い人生を懸命に生き抜く『本能』を、最期まで持ち続けなければなりません。青年期には子孫を残す本能を発揮して命を繋ぎ、高齢期には最期を委ねる本能を発揮して社会を引継ぐのです。命を繋ぐ本能も、社会を繋ぐ本能も「命あつての物种」。危険を察知して逃げる本能が基礎に成ります。大災害に際しては『怖ければ逃げる』。他者が用意した途ではなく、自らが運を拓き、未来を拓く途こそが、子供自身を護るのです。

『檻の中の教育』と同じ事に今、高齢者介護の現場でも直面しています。認知症の人の徘徊に対して、管理の強化で解決を図ろうとする動きが有ります。しかし認知症の高齢者が本能を発揮して次世代に社会を引継ぐ為のバトンタッチが、『檻の中』では成り立ちません。社会の一員としての暮らしが不可欠であり、『社会参加と自己実現』の途こそ、バトンタッチが出来るのです。

超少子化・超高齢化のまさに今、子供の教育現場においても、高齢者の介護現場においても、本人がその本能を発揮する暮らしを支える為に、『何が最も大切なのか？』が同時に問われている、と感じます。高齢者の本能発揮が、子供の本能発揮につながっている事を自覚しなければならない、と『子供の叫び』を視る度に、自らを戒めています。

白坂介明先生に敬意と感謝。合掌！

せいりょう園 渋谷 哲



介護についてみんなで語ろう会（10月28日）

「食生活について」

管理栄養士 田村愛弓

近年、健康志向の高まりと共にサプリメントや栄養補助食品が多く出回り、食品についても様々な情報が錯綜しています。情報社会の現代では、正しい情報か否か、またそれが自分の身体に合っているのかを個々で判断しなければいけません。そこでこの度は、せりょう園の管理栄養士も交えて「食生活について」話し合いました。

はじめに、男女の加齢とともに起こる疾病原因や対策について話しました。50代、60代になると、男性は高血圧、女性は高コレステロール血症になりやすい。それはなぜか。高血圧の場合は、血管の伸縮性の低下や代謝の低下による血液粘度の上昇、高コレステロール血症の場合は、女性特有の閉経に伴うホルモン分泌の低下が原因といわれます。もちろん他にもさまざまな原因は考えられますが、代表的なお話をさせていただきました。高血圧や高コレステロール血症の食生活での注意点もお話ししましたが、ここで参加者の方から質問がありました。

「なぜ高血圧や高コレステロール血症が悪いことなのか？」

この質問はとても印象に残りました。専門職では当たり前のことでも、他の方にとってはそうではない。その典型ではないかと思いました。

その他にも「牛肉と豚肉では、どちらの方が身体にいいか」「パンとごはんなら、カロリーが高いのはどちらか」「偏食が酷い方の食事では、工夫して食べさせた方がよいか」など、参加者の方々から質問が飛びました。その一つひとつにお返ししながら、皆様の食事への興味深さが窺われました。同時に、専門職としての責任の重さも強く感じました。栄養士が一言「〇〇が身体にいい」と言うと、参加者の方々にはメモを取って、「次からは〇〇を食べよう」と言われます。しかし食品単品では有能でも、それがイコール食べた人全員の身体にいい働きをすることは限らない。それは栄養士がよく知るところです。ですが一般の方にとって、「専門職の一言」は鶴の一声のように影響力があります。改めて、専門職として発言の重みを実感しました。

管理栄養士としてお伝えしたいことは尽きませんでしたが、1時間はあっという間に過ぎました。社会に溢れる情報に惑わされないようにといろいろなお話をさせていただきましたが、逆にこちら側が「聞き手に伝える話し方」について勉強させていただいた、と感じる会となりました。





Tさんの看取りで『感じた』こと

小規模多機能 介護主任 川崎賢一

Tさんがサービス付き高齢者住宅「自愛の家さくら」に入居されたのは、今年の5月16日のことでした。入居前にそれまで住まわれていた、老人保健施設に面接に行かせて頂きました。そこでの印象は、人工肛門を造設されていて通常の人工肛門の構造と少し異なり、パウチの付け方自体が独特で、3時間に1回はパウチから排泄物が漏れてくる為、パウチ交換等の処置が必要な方でした。その為、事前に人工肛門の対応方法を担当の看護師指導の下、勉強会を行い職員間で情報共有を行いました。身体レベルは車椅子使用以外ほぼ自立していましたが、人の手を煩わせたくないという御本人の思いが強く、又在宅にいる際に自分で人工肛門の処置を行っていた為、その感覚で人工肛門の処置をしようとして失敗することがあったようです。とにかく自分でなんでもしようとする性格の方で、介護者に身を委ねきれていないという印象でした。

私自身5月にユニット型特養から小規模多機能に異動してすぐに関わらせて頂き、施設と在宅の認識が全く異なった為、不安を感じていました。入居2日目、最初は自身で何でもしようとする為見守りがきく所と、3時間に1回のパウチ交換等の処置があるということもあり、御本人、御家族とも話し合ったうえで、小規模のデイルームで過ごして頂くことになっていました。しかし御本人よりデイルームの居室に窓がなく「こんな夜か昼かわからん所は嫌いやから、自分の部屋で過ごしたい」と希望があり、居室で過ごして頂くようになりました。その後、自分でパウチを外して交換する姿が見られました。小規模職員と訪問看護師が連携した対応と試行錯誤を繰り返して行った事で、人工肛門の処置を3時間に1回から1日に1回、2～3日に1回と徐々に期間が明けられるようになり、最大7日間ぐらいパウチ交換をしなくても排泄物の漏れが無くなりました。又御家族が毎日面会に来られ、お部屋の掃除や洗濯、食事介助をされ、次第に御本人の生活は落ち着いていきました。その頃のTさんは、自身でポータブルトイレや車椅子に移乗することもありましたが、不思議と転倒、転落はなく御自身が自分で出来る線引きがしっかり出来ているように思いました。

そんな時、御本人から「ここに来てほんまに良かった、前の所は人も多くて多床室で落ち着かなかったけど、ここは静かやし外の景色も良くて来て良かった」と話してくださいました。

【せいりょう園空き情報 平成28年 11月15日現在】

- ・サービス付き高齢者向け住宅「自愛の家さくら」：
A(19.07㎡) 9室、C(24.67㎡) 4室、D(25.16㎡) 2室、E(25.80㎡) 2室
- ・サービス付き高齢者向け住宅「リバティかこがわ」：A(33㎡) 4室、C(39㎡) 1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：1室

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

御本人は、食べることが何よりも好きな方で、ベッド上でも常に何かを頬張っている姿があり、梅干し、おしゃぶり昆布、アラレ、プチトマト等を食べられていました。前の施設では、健康上の問題や誤嚥のリスクからこれらの物が食べられなかったようで、そのあたりも入居してよかったと御本人も御家族も満足されていました。

Tさんは、人工肛門以外にも糖尿病、心不全、膵臓癌といろいろな疾患を持たれていましたが、特に膵臓癌は、本人への告知がなく、診断から約1年を迎えようとしていました。身体状況は、7月に入り次第に全身の浮腫が酷くなり、「しんどい」、「苦しい」という思いを訴えることが増え、自分で食べられていたお菓子や、プチトマトが食べられなくなって、ついには食事を介助しないと食べられない状態となりました。その頃には、御本人は我々職員に身を任せて頂くようになっていました。

御家族からは、入居当初から父が亡くなる時に自分自身に後悔の念が有ったので、母が亡くなる時には「いつ亡くなっても後悔がないように食べたい時に好きなものを食べて、自分の思う様に生きてほしい」と話されており、毎日御家族が献身的に関わる姿がありました。在宅で看取りに関わらせてもらうことも初めてでしたが、御家族がどっしり構えられていた為、不思議と不安はありませんでした。亡くなる前日まで、食事を食べられていた姿がTさんらしく、又亡くなった姿は穏やかで本当に幸せそうな、どこか満足そうな表情をされており、自分たちの関わり方は間違っていなかったように感じました。

今回の看取りでは、最初は他者の手を煩わせたくないと言う思いが強く、全てにおいて自分で何とかしようとしていたTさんが、小規模職員の関わりと自分自身が老いて身体レベル的に出来ないことが増える中で柔軟に変化していく姿、死に対して、御本人も御家族も潔い姿勢が非常に頼もしく感じ、死は恐怖ではなく、穏やかなものだと感じました。今後も、御利用者に安心して身を任せて頂けるような介護をしていきたいと思えます。



厨房だより 管理栄養士 田村愛弓

暦が12月に差し掛かり、急に木枯らし吹く寒い季節になりました。

せいりょう園の献立では、この冬初のお鍋が提供されました。お鍋が提供されると、一気に冬が来た実感します。寒いこの季節、ご家庭でもすでにお鍋を何度か食べた、という声も聴きます。この度はお鍋の食材としてよく知られる「たら」についてお話ししようと思えます。

「たら」といえば、淡白なお魚というイメージをお持ちかと思えます。栄養成分的には、冬にはとても適した食材といえます。たらは多くの種類のビタミンやミネラルを、バランスよく含んだ魚です。中には、喉や鼻の粘膜を守るビタミンA、代謝活動の促進や免疫力の向上を促すビタミンB群も含まれます。つまり冬に冷えやすい身体を温める、風邪をひきにくい身体を作ってくれる食材なのです。ですが一点だけ、注意することがあります。たらはうまみ成分を多く含む魚なのですが、その成分の分解が早いです。ですからご自宅で食べる際は新鮮なものを購入しましょう。

旬の食材を食べて、寒い冬も元気に過ごしましょう。





ケアハウスより

介護福祉士 山田麻由美

「ケアハウスに自治会を作っているいいですか？」私がケアハウスに配属された7年前、入居者の方から質問がありました。突然の自治会という単語に驚きましたが、ケアハウスでは入居者同士で助け合う生活が見られました。食事の時間、3階の食堂に私が配膳車を押していくと、入居者が分担してお櫃や鍋を決まった位置に運び、食事のトレイは各自の席へ置かれていきます。昼食会では入居者が主役。自前のコテを持参し、お好み焼きに腕をふるう方も居られました。同じテーブルの方の間で調理の手順に口が出、手が伸び、ちょっとした口喧嘩も見られましたが、みなさん楽しまれています。「いつもお世話になっているから。」と食堂の床拭きをしてくださる方、ケアハウス周囲の草引きをしてくださる方、落ち葉を掃除して下さる方もいらっしゃいます。認知症の方も生活されていますが、困ったときは同じ階の頼れる方に相談に行き、助けてもらう光景もよく見られました。

それが1年2年と過ぎ、「昼食会で食事を作っているが、そろそろしんどくなってきた。」との話を聞くことができました。そのときも茶話会を利用し、今後の昼食会をどうするかを入居者の方々と話し合いました。「自分で料理するのはしんどいが、今までのように皆で集まって昼食会を楽しみたい。」との意見を聞くことができ、その後は職員が調理をすることが増えてきました。ケアハウスで長らく続けられてきたサークル活動のコーラスと煎茶教室も、参加者の高齢化と人数減少をきっかけに、活動参加者の話し合いの結果、活動を終えることになりました。

7年間のうちに「できなくなっていくことが増える」という変化はありましたが、入居者の方々はそれぞれの状況に合わせた中で「自分で決める」「自分のできることをする」という生活を送られています。

入居者のある方は最近、死後にたどり着く世界に思いを巡らせることが増えてきたそうです。けれども「昔はなんでもできたのに、今は何もわからなくなった。前のように何かをやるという気もわからない。でも、まだ何かをしたい。」と話される言葉に私は生きる力を感じます。人は最期の時までしっかりと自分の人生を紡いでいくのだと、その生き方に安心を覚えました。

私は、10代20代の頃、老いる事や死に対して不安を感じていました。当時は自分の祖母の衰えや死から目をそらし、逃げることもありました。しかし、この仕事に就いてからそういった不安は薄れていきました。今、私は入居者の方々に支えられていると実感しています。よく入居者の方から「こんなにできなくなってしまった。情けない。」という言葉が聞かれますが、私は毎日の生活の中で数多くのことを教えていただいています。不自由と付き合いながら生きる姿に、自分を受け入れることを学びました。また他者を受け入れる優しさを学びました。自分の人生を生きぬいていくのだという、その力強さを感じています。精一杯に生きていく、その姿が私の支えになり、目指す目標になるのです。





『日々是道場』

鶴林寺 宝生院 幹敬盛 住職

11月に入り朝夕の冷え込みが増し、秋があつという間に終わり冬を感じる頃となりました。せりょう園の桜の木も赤く色づき、落ち葉となっています。今日は良いお天気で朝の冷え込みとはうって違って、小春日和の中、鶴林寺 宝生院のご住職 幹敬盛師がご講話にお越し下さいました。ご住職もこの近日の冷え込みを話され、また柿が食べ頃となった話をされていました。ここからお話に入ります。

「宝生院は、鶴林寺に3つあるお寺の真ん中にあり中の寺と呼ばれています。鶴林寺は加古川市内で一番大きく、文化施設のあるお寺です。展示会等も行っています。閉めているお堂が多く、ご本尊様を見て頂く事が難しい為、宝物館にご本尊様をお移しして展示をしています。11月12日の『関西文化の日』には1日だけ、入山料が無料になりますので是非お越し下さい。ツデーマーチもありますので多くの方がその日は来られると思います。

10月末には鶴林寺で加古川市主催の将棋の大会『青龍戦(若手の人だけのタイトル戦)』があり、日本将棋連盟の会長である谷川浩司氏が来られました。谷川氏は私の妻の親戚にあたり、そのご縁で色紙を頂きました。

『歩々是道場(ほほこれどうじょう)』。この言葉を谷川氏は非常に気に入られ、よく扇子や色紙に書いて人に贈ると言われていました。この言葉の意味は『道場は勉強したり修行したりする場所で、歩いている時でも道場の中、自分のいる所が道場である。』会長である谷川氏は、自分の事だけでなく他の人のお世話もしていかなければいけない。そうすると自分の勉強する時間がない。歩いている時でも研究・修行していかなければならない。そういう事をこの言葉が表していると感じました。

天台宗にも似たような言葉があります。『当知是所即是道場(とうちぜしよそくぜどうじょう)』。法華経の中にこの言葉が出てきます。仏教の修行を行う者はどこにいても道場です、という意味です。また、こういう言葉もあります。『行住坐臥(ぎょうじゅうぎが)』。人間の一日にする事を示していて、何かをしている時、立ち止まっている時、坐っている時、臥せている時、何をしていても全て修行の場所ですという意味です。お坊さんは道場で修行しなければいけないのですが、皆さんはどうでしょうか？修行するのはお坊さんだけではないですね。この言葉が示している事というのは、生きている我々は人との触れ合いの中でちょっとした言葉や心遣いがあるだけで感謝の言葉が生まれ、こういう事の積み重ねが人間を高める事だと思えます。そういう心掛けがあれば、それはどこでも道場だ、自分はいつでも道場にいるのだという気持ちを持つことによって、今以上に幸せになって頂けると思います。」と話され、ご講話は終わりました。お話の後、参加者から「鶴林寺はどこにありますか？」等の質問にも、ご丁寧に答えて頂きまして、暖かく和やかな雰囲気の中で終える事ができました。

ありがとうございました。

平成28年10月3日(月) 4日(火) 12日(水)

野口南小学校6年生交流会（2回目）



トランプで神経衰弱



卓上ボーリング



人形劇

6月に1回目の交流会を行った近所の6年生が、せいりょう園入居者と2度目の交流を行いました。前回の交流から4ヶ月経過しましたが、6年生の皆は、初めからスムーズで高齢者との打ち解けが早かったように思います。後に感想を訊くと「前よりも予定した出し物を披露できた。」「お年寄りの皆さんが楽しんでくれた。」「自分たちも楽しめた。」など1回目の時に6年生が感じた緊張・不安を吹き飛ばすような発言が多くありました。子供達の祖父母より上の世代が、せいりょう園内に入居しています。お互いに普段の生活では中々関わることのない世代間交流を今後も大切にしていきたいです。



平成28年10月16日(日) Run伴 2016



青空の下でのカフェ



国道2号線付近のランナー達



焼き芋を焼く施設長

「認知症になっても住みやすいまちづくり」を全国に啓発しようと、北海道から沖縄までをたすきでつなぐRun伴が今年も開催されました。せいりょう園は今年で2回目の参加です。

空がきりっと秋晴れに澄み上がった日、加古川認知症の人と家族、サポーターの会、兵庫大学の先生と生徒さん、せいりょう園にお住まいの方、地域の方々等多くの方と職員が参加し、年々にぎやかになります。

施設長が焼いた自家製石焼き芋とじゃがいもをほおばりながら、「線路は続くよどこまでも」「鉄腕アトム」を合唱すると気分も高揚し盛り上がりました♪

加古川のゆるキャラ「ウェルビー」も登場し、赤穂へたすきをつなぎました。

これが地域全体に広がればと思います。