

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29年 9月 第199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>

『老いて逝く身』が拓く『未来』への道 — 『死が秘める創造性』を支える医療・介護の連携を—

『人は死んだらお終い』なのでしょうか？

高齢者介護の世界では、全てのご利用者が、そう遠くない時期に必ず、最期を迎えられます。『人生90年』の時代にもなり、『アンチ・エイジング』の意識が広がる中で、多くの人が『老いの克服』を目指して努力しています。

しかし自然界では、一人ひとりの命には必ず『限り』があり、その限りを超えて『人と人との社会的な関係性』がつながり、多様に変化し発展して、千年～二千年と続いて来たのが『人間社会』です。『個人の命は死んだら終い』ですが、『人間社会における関係性』は、死んでも『お終い』には成りません。

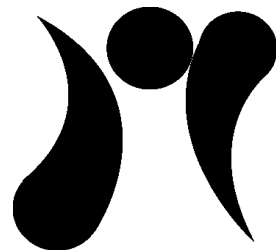
人間社会の『歴史と変遷』から観ればむしろ、『老いに因る変化・老化』が『死の覚悟』を促し、『人と社会の変化・発展の礎』と成ってきた様に思えます。『多様で柔軟に変化する人と社会』の原点が、『老いと死の営みを仲間に委ねる』という『人間特有』の『本能的習性』に在る様に感じます。

人は、不老不死を願いながらも、『老いが訪れ死を予感』する現実に向き合い、心の中で葛藤しながら『思想』を深め、『人間性』を養い、『社会性』を育み、死後にも続く『関係性』を築きます。そして『死の社会的な役割』を悟り、『覚悟の身』を次の世代に委ねて社会がつながり、歴史が続いてきたのです。

人間以外の動物は『死を予感』すると『群を離れ』ますが、人間は集団の中で最期を迎え、多様に変化する『社会』を創り上げました。『動物の群』は千年経っても『群』ですが、『人間の社会』は千年前とは全く『違う社会』に変化し、発展しています。『変化を厭わず』、『以前とは違う社会』を創って生きる人間の『原点』が、人間のみが遺伝子で引継ぐ『老いて逝く身を仲間に委ねる本能的習性』に在る、と断言できるように思います。

自然界では人間も含めて全ての動物が、遺伝子が伝える『種の保存本能』を発揮して、子を産み育てます。しかし、『老いた親や動けぬ仲間』を集団の中で『養い、看取る』動物は人間のみです。

昔も今も人は、高齢期において『願望と現実』の中で揺れ動き



ます。『少しでも長く生きたい・元気で居たい』との『願望』と、『現実に訪れる老いと死』に向き合う『覚悟』と、大きな『分かれ道』に行き当たります。

近年『老いを避けたい、死を逃れたい』との願望に応じて医療技術が格段に進展し、『自然の生命活動』から観れば『不自然』な医療処置により、場合によっては『老いをしばらく遠ざけ』、『死期を少々遅らせる』事が可能になり、多くの人が『非常に悩ましい分岐点』に立つ事になりました。

不自然な医療処置を継続するには多額の医療費を要して、医療保険の国民負担が増え続け、年金や介護の負担も急増し、千兆円を優に超える借金が国全体に押し掛かります。千数百兆円と云われる国民金融資産を遠からず超えそうな気配も漂い、『国家的財政危機』が危惧されています。

これ以上の借金を危惧して国は今、国民に対して『健康寿命』を延ばす努力を求めます。要介護の時期を無くして『ピンピン・コロリ』と逝く事が『国を救う』かの如くに、『健康志向・予防重視』の施策を推進します。しかし、『自然な生命活動の帰結』として迎える『老いと死』に潜む『社会的な使命・役割』に目を向けず、『目先の願望』を優先して『予防・健康』一辺倒の施策の先に、『明るい未来』が拓けるとは思えません。

人にとって『自然な営み』として『死』が避けられぬ限り、『変化に応じて柔軟に生きてきた人と社会』の『原点』が、『吾身の最大の変化である老いと死』を仲間に委ねる『本能的習性』に在り、その習性に添って人生を締め括った後には、『命の限りを越えた関係性』が築かれているのです。

『死後にも続く関係性』の中で人は、様々な想いを描き、悩み、思想を深め、社会性を養い、多様に変化する社会で柔軟に生き抜く力を蓄え、社会を受継ぎ、次に引継ぎます。社会を引継ぐべき使命を持つ人間にとっては、『非常に悩ましい分岐点』における『死の現実に向き合う覚悟』と、『介護の在り様』が、『死後の関係性』に深く関与します。『老いと死』は、社会をつないで子供達の未来を拓く、人と社会にとって極めて『創造的な営み』です。

『老いて逝く身』には『自然の一員・社会の一員』の本能として、『命の限りを越えて』社会を引継ぐ重要な『使命』が有り、その使命への『覚悟と誇り』を『死を予感する吾身』に秘めて、その身を仲間に委ねます。

『介護する身』には、その覚悟と誇りを『感じる心』が必要です。『覚悟』に応え、『誇り』を護り、『使命』を支える道を探り、歩みたい、と願います。その道の先でこそ、『人生の終焉』を支える『医療と介護の連携』が成立し、逝く人の覚悟が実を結んで使命を果たし、子供達に明るい未来が開きます。

老いや死を『少し先送り』する為の努力は、『死に向き合う覚悟』と『感じる心』を徐々に削いで行き、子供達の未来に『危険信号』が点ります。

『介護』は、『超多死の世』でもある『超高齢社会』において、老いて逝く人の『社会的使命』を支え、『死が秘める創造性』を子供達に伝えて社会をつなぐ、優れて『有用・有益』な職業です。介護の『有用性・有益性』をきちんと『評価』する『制度設計』と、その有用性を『自覚』する医療・介護の専門職集団による『制度運用』とに、『子供達の未来』が掛かっています。

『老いて逝く身』を介護する現場が、子供達に『明るい未来』を開く道筋であって欲しいと望み、『是非そう在りたい』と自戒いたします。

人として見えてきた大切な物

ユニット型特養主任 曾我部 成生

今年で、せいりょう園に勤め十四年と半年になります。今までに従来型特養・ショートステイ・グループホーム・ユニット型特養と経験しながら、利用者や家族、ボランティア、他施設の方々に沢山の出会いと思い出を戴きました。イベント委員につくまでの自分は、自分の関われる範囲で出来る事・関われる事・やれる事・伝える事には何でも精一杯取り組んできました。以前から、施設の中だけでは、色々な関係者と深く関わり繋がる機会が少なくと感じている中、職員の意識改革から始まった委員の担当をさせて貰う事になりました。担当について、前任の説明を受けて、改めて年間を通じての外部と関係の広さを実感する事が出来ました。職員としての取り組む姿勢をこの機会に活かして、全身全霊で地域関係者やボランティアの方々と共に、歩んで行きたいと担当に就かせてもらいました。

その中で、今回 7/29 に開催された夏祭りでの、自分が気付いた事を伝えたいと思います。今回の夏祭りを行うまでには何か月もイベント委員間で話し合い、検討を行い、各ボランティアや地域関係者の方々と、打ち合わせや話し合いを行ってきました。最初、委員で集まった中での意見は、施設の利用者の方がよりよく楽しめる様な企画が多くありました。施設職員としては、利用者主体での視点は大切であると感じました。その後、各関係者の方と打ち合わせを行い、顔を合わせる事により施設行事でもある中、楽しむのも盛り上げるのも関わるボランティア関係者、近隣の方々など全員が共感できる場所である事が特に大切なんだと思いました。開催までの挨拶回りや案内状配りなどは、職員として関わるのではなく、自分自身がこの加古川、長砂の地域住民として活動する事で、今まで以上の責任感やモチベーションが高くなりました。

そこで夏祭りでも、普段から陶芸教室に参加している施設利用者の作品展を、最近の希薄な近隣関係を昔のような【向こう三軒両隣】に繋げていけたらと思い企画しました。利用する近隣関係者が増える事で、地域活性や同じ趣味の人が集う場所にもなり、サロンの憩いの場を広げたいと陶芸の先生にも相談し実現しました。当日の展示会は、利用者の方、家族の方、近隣の方に陶芸の魅力を感じて貰い、職員もいろんな方と関わり、とてもよい時間となったように思います。夏祭りは、雰囲気溢れる盛り上がりを見せており、地域の方、ボランティアの方、利用者の方、家族の方と職員が共に一体になって、屋台や晴香うらら氏コンサートに野口太鼓の音楽、長砂女性部の踊りに加古川南高校生のコーラスにと楽しんでいました。この時の「皆の表情が理屈では説明できない大切なもんなんだなあ。」と僕の心に突き刺さりました。仕事も大切だし、専門職としてもプロ意識も確かに大切である。しかし、この人の繋がりがこそがこれからの社会や次世代に伝えていく大切な物だと感じました。

そして、日々、目の前にいる人生の大先輩の姿を見ていて、自分が住んでいる地域でもこの意識で関わり伝えていきたいと思い、地道にコツコツと努めています。この委員会を通じて、せいりょう園の職員にも魅力などを伝えて、施設も職員も利用者も家族もボランティアも地域関係者も、皆が互いに関われる様な信頼できる社会関係を小さくても一歩ずつ見失わずに築いていきたいと思います。

音楽で笑顔に！

音楽療法 講師 築山 佳奈子



私は毎週水曜日、利用者の皆さん対象に音楽療法を行っています。

初めて参加した日は表情もあまりなく、歌や楽器にも興味がなかった人たちも何回か参加していくうちに表情が優しくなり、色々とお話しもして下さるようになりました。最初は、しかめっ面をしていた方も日に日に笑顔を見せて、私の顔を見ると「はよして～な」と言って下さるまでになりました。最後、みなさんの名前を一人ずつ聞いていくと、懐かしい歌を歌い、若いころの記憶がよみがえり、旧姓を言われる方も居られ……。終わった後「歌うのは楽しい」「もう終り？早いなあ」と嬉しい声が聞こえてきます。

音楽療法は「音楽のもつ生理的、心理的、社会的働きを用いて心身の障害の軽減、回復、機能の維持改善、生活の質の向上、問題となる行動の変容などに向けて、音楽を意図的、計画的に使用すること」と定義されています。

現在さまざまな場所でたくさんの人を対象に音楽療法が用いられています。高齢者の方に対する音楽療法の効果には次のようなものがあります。昔の歌を歌うことで、回想法により眠っていた記憶を引き出し脳が活性化される。口を開けて歌ったり、楽器を使うことで口・手・足などの運動機能の維持改善につながる。オカリナの演奏（ボランティアの方が演奏してくれます。）等きれいな音色を聴くことで情緒が安定する、などです。このように、音楽には想像以上の大きな力があると私はおもいます。

私が音楽療法を行う上で一番大切にしていることは、「参加している皆さんに1時間気持ちよく楽しんで頂く」です。そのためには、もちろん自分自身も楽しんで活動しています。

「笑うこと」は、心も体も元気にしてくれます。笑うことで脳を活性化し機能を高め、それによってやる気が出て活動することで、その他のさまざまな機能も維持向上できます。また幸福感をもたらし、ストレスの軽減にもつながります。「笑うこと」にも音楽療法のもたらす効果と同じ力があると思います。音楽で笑顔に！最高だと思いませんか？

また音楽は性別、年齢など何も関係なくみんなが一緒に楽しめるものです。私の娘（14歳）息子（9歳）も学校が休みの時は、一緒に参加させていただいています。皆さん子どもたちの顔を見ると、とても喜ばれます。子どもたちも喜んでいただけることを嬉しく感じているでしょう。また、知らなかった昔の歌や言葉を沢山覚えることができたり、体の不自由な人との関わり方、優しさが身につく、子どもたちにもとても良い時間になっています。私は、これからも高齢者と子どもがふれあえる場が増えたらいいなと思います。

私はここ、せいりょう園で今までに数えきれないほどの人たちと出会い、歌ったり、話したり、週1回ですが、とても楽しい時間を過ごさせていただいています。その時間は私にとっても生活の活力になり大きな財産になっています。このように、私と一緒に音楽を楽しむことで皆さんが笑顔で元気な姿を感じることができ、とても嬉しく思います。これからも参加して下さる皆さんと音楽を楽しみ、少しでもたくさんの人に笑顔になっていただけるよう音楽療法を続けていこうと思います。

娘（中学3年生）より・・・

私も3歳ごろから時々ではありますが、母の音楽療法に参加させていただいています。私が行くことで皆さんが笑ってくれて、帰る時には「またおいでやあ」と言っただけなのがとても嬉しいです。そして、昔の歌を知る良い機会となっています。時に私のお気に入りの曲は「青い山脈」「銀座カンカン娘」「リンゴの歌」です。

皆さんとふれあえる時間は私にとっても、楽しい時間です。また皆さんに会えることを楽しみにしています。
(築山 千愛子)

介護についてみんなで語ろう会（8月25日）

薬局の上手な使い方、かかりつけ薬局が出来る事

高齢になると薬を服用する機会が増えます。薬について知らない事が多いのではないだろうか？と思い、8月の語ろう会では、メイキ薬局の薬剤師、伊藤敬子氏にお越し頂きました。

まず伊藤さんから、自分に合う“かかりつけ薬局”を選んで下さい、と言われました。

“かかりつけ薬局”を選ぶポイントとしては、次のような薬剤師が居る事です。

- 薬について分かりやすく相手が理解するまで説明してくれる。
- 疑問に思った事を何でも質問すると答えてくれる。
- 自分の事だけでなく、家族の症状についても相談に乗って貰える。

継続して病院に通う時、医師が忙しそうで質問しづらい場合は前もって、お薬手帳に書いて薬剤師に相談すれば仲介してもらえます。信頼できる薬剤師に出会えると心強いです。

具合が悪くなった時、病院へ行き、薬を受け取る。こういう利用の方が大半ではないでしょうか。処方箋がなくても、自分自身で健康を管理するセルフメディケーションとして気になった時に薬剤師へ相談する事も、上手な使い方の1つです。

高齢者が薬を取りに行けない場合、主治医に相談すると薬剤師が家まで処方薬を届ける事ができます。さらに指導料を支払い、かかりつけ薬剤師を指名すると、飲み忘れ等で残った薬や使用方法の分からない薬を、本人が安心して使用できるように管理をします。また本人の訴えや体調変化を聞き取り、医師との連携を図ります。

処方薬は、基本お水で飲みます。身体への吸収の良し悪しが出るからです。食前・食後に服用する等、飲み方には理由があります。理由を聴き、処方通りの服用が難しい場合、代用方法を相談すると応じて貰えます。

時間が経つにつれ参加された皆さんから、各々質問を投げかけていました。様々な質問に答える伊藤さんの姿をみると、「気軽に立ち寄って頂いて、地域の方々と挨拶や会話ができる薬局屋さんでありたい。」と話されていた事を思い出しました。自分の身近に信頼できる薬剤師が居る“かかりつけ薬局”を見つけると生活の幅が広がると思います。

(老人介護支援センター 入江 良行)



仏教講話 9月4日 (月)



浄土真宗本願寺派 金照寺 宰務^{さいむ}清子 師

厳しい暑さに悲鳴を上げておりましたが、いつの間にか朝夕涼しくなってきました。気持ちよく朝起きて、朝刊に目を通すと晴れやかなニュースと暗いニュースが並んで載っていました。秋篠宮真子様婚約発表と北朝鮮の水爆実験です。北朝鮮の記事は重苦しく、不安だらけですが、天皇家の明るい慶事に気を取り直し元気にいきたいと思います。

本日の仏教講話は浄土真宗本願寺派 金照寺 宰務清子師です。可愛い娘さんと共にお越し頂きました。

「こんにちは、私は加古川駅の近くにある金照寺から参りました宰務清子と言います。仏教講話に来させて頂くのは今日で3回目です。夏休みが終わって小学校が始まりましたが、給食が明日からなので、2年生の娘を連れてきました。子どもの前で話をしている所を見る機会が無いので、この機会を与えて頂いてありがとうございます。」と話されると拍手が上がり、年配の皆さんに交じって恥ずかしそうに座っておられる姿に、どなたも「可愛いな」と慈しむような目で見ておられました。

「私は浄土真宗ですので阿弥陀様という仏様についてお話をします。浄土は場所の名前です。命が終わったらお浄土に行くと言われます。また、阿弥陀様を頼りにすると言われます。浄土はあるのでしょうか？阿弥陀様はいるのでしょうか？私は浄土真宗の僧侶ですので『なもあみだぶつ』と称えて阿弥陀様を心の拠り所にして頼りにしていますが、会った事はありません。親鸞聖人が書かれた『唯信鈔文意』という書物の中に阿弥陀様は『仏性』と述べられています。仏性は色も形もありません。考える事も言葉で表す事も出来ません。言葉で表せるものは頼りない物です。我々は色も形もあって、危ういうつろいやすいものです。しかし我々は限りあるものを頼りにしてしまいます。それは迷いであります。だからこそ、限りない存在が人の形となって我々の前に下さいました。それが阿弥陀様です。限りない存在、つまり色も形もなく、考える事も言葉で表す事も出来ないものがそのままであったら我々と関わる事が出来ません。

【せいりょう園空き情報 平成29年9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」
A(19.07㎡) 8室、C(24.67㎡) 3室、
E(25.80㎡) 2室
- ・サービス付き高齢者向け住宅「リバティかがわ」
A(33㎡) 4室、C(39㎡) 2室

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

生まれたばかりの赤ちゃんの目は何が見えていると思いますか？雑誌でみましたが、赤ちゃんはぼんやりと○が見えているそうです。その中に点が見えて段々人の顔が見えてきます。人間は人の形が好きなんですね。ただの物であっても人の形になぞらえて言ったりします。人の形で尊い物であってくれるのは頭が下がりますね。人はキラキラした物にも惹かれます。お浄土の様子もキラキラした姿で描かれています。昔のインドの経典を編纂した方々はお浄土が素敵な所だと思ってくれるように描かれています。」

ここで森昌子さんの『先生』を伴奏なしで歌われました。『淡い初恋消えた日は雨がしとしと降っていた 傘に隠れて棧橋で ひとり見つめて泣いていた・・・』の歌です。とてもお上手で皆さん手拍子、拍手。

「この歌はいい歌だと思いました。小さい頃の歌です。誰か『この歌は実際にあったことか』という人がいるのでしょうか？この曲を聞いて私の心はキュンとしました。このキュンとした心の動きだけは誰にも間違っていると言わせません。色も形もない存在が、人の形をもって私達に出逢って下さっているのです。『人間ってしんどいね、辛いね。でもその中で一生懸命生きているね。知っているよ』と、阿弥陀様は見護って下さっています。私達は阿弥陀様と面会する事はありませんが、阿弥陀様の願いは私達の心に届いているのでいつも一緒です。頑張らずに仏様になってねと教えて下さっています。その話が私達の心に届いた時、人間としての歩みを教えて下さっているのです。浄土真宗の教えは死んでからの教義ではありません。生きている時からのお話です。そのように気付かされる事だと思います。

今日は阿弥陀様のお話を聞いて下さってありがとうございます。また、来年も来させて頂きたいと思います。その時にお元気でお会い出来たらと思います。」とお話しされてご講話が終わりました。ハキハキと気持ちの良い語りかけと歌に心が明るくなりました。一緒に来られた娘さんもお母さんのお話に心がキュンとされたのでしょうか。

また、お願い致します。ありがとうございました。

(岡村 照代)

☆男性介護者の為の料理教室☆のお知らせ

曜日；毎週金曜日 時間；13：30～15：00 参加費；1回300円
場所；小規模多機能「輝きの家ながすな」デイルーム

10月の献立予定 【担当】藤本 あや（調理師・栄養士）

- 6日；秋祭りワッショイ！！ 巻き寿司
- 13日；定番食材の卵を使った料理
- 20日；芋煮、×に手打ちうどん
- 27日；ハロウィンパーティーメニュー



※年齢・性別は問いません。お気軽に、のぞいてみて下さい。

介護職員 吉原 香



私が初めてせいりょう園に訪れたのは、平成25年11月実習生としてでした。それまでは、福祉に関心はあったものの、福祉関係の職についてはありませんでした。

1ヶ月の実習では、自分自身が抱えている先入観や、価値観に気づかされる毎日で、自分にとって、社会にとって高齢者とはどういった存在なのかを考える日々でした。

実習初期の私は、何か接点を持つときっかけを探して、挨拶をしたり、会話を交わしたり、一緒に作業をしたりと、互いを意識しながら過ごそうとしており、そうしたことがコミュニケーションだと思い、その過程で心の距離が近づくものと思っていました。

実習半ばに入った頃、ほぼ変化の少ない毎日を過ごす利用者の方達は、自己表現や自己実現を、いつどのように達成されているのか疑問に感じていました。何かするわけでもなく、じっと椅子に座り過ごされる姿を見て、みんなで輪になり体操をしたり、歌を歌ったり、イベントを観覧したりといった場でしか、それらは達成されていないのかと考えるようになりました。

しかし、その考え自体が私の主観であり、高齢者にとっては、じっと座って過ごすことも立派な自己表現・自己実現であることに気づかされました。そして、私の価値観やエゴで接することは、本当の意味で相手を尊重することにはならないということを学びました。

1ヶ月の実習の中で、たくさんのことに気づかされ、考えさせられ、また自分自身がどういった人間で、どういった考えを持っている人間なのか、自己覚知をすすめるとても貴重な実習でした。

高齢者は、徐々に体力を失い、様々な支援を受け、残りの人生を自分らしく生きていく。ですが、高齢者は残りの人生をただ受け身となり日々過ごしていただくのでしょうか。高齢者が私たちに伝えていること。それはまず、“老いていく”という現実。穏やかに過ごされている中で十分に発揮されていて、体を以って示してくれています。また、自分の行動が理解しづらくなっても、今までの経験や培ったことはご本人の中で生きていて、それを元に、今を楽しむ術がある。そして、そういった姿を自然と表現する中で私たちに、自身の老いていくイメージを考えるきっかけを与えてくださっているのではないかと感じ、そうした役割は高齢者だからこその社会的役割ではないかと感じるようになりました。

今、私はデイサービスに勤務していますが、自分の価値観や感情をコントロールし、客観的に物事をとらえ、支援に繋げることの難しさを感じています。高齢者を支援することは、高齢者本人が輝くこと。つまり主役は本人です。介護者の都合で介護することは、本当の意味での介護ではなく、時に毅然とした態度で接することが本人にとっての自立に繋がることもあります。毎日の業務の中で、常に“老い”や“死”、“人間らしい生活”とは何か、自問自答しながら自分なりに答えを明確にして、本人や家族の葛藤や思いに寄り添える支援を目指していきたいと思っています。これからも様々な専門職の方からアドバイスをいただき、介護技術やアプローチの技術を身につけ、利用者の方やご家族にとってのよりよい支援ができるよう、勉強していきたいと思っています。