

# 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30年10月 第212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>

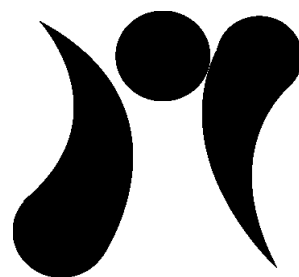
## 長寿と少子が重なる社会の未来は明るいのか？

8月12日付神戸新聞朝刊25面東播版に「いきいき百才体操拡大中」との記事が載っています。「いきいき百才体操は、気軽にできる運動として、2002年に高知市で始まったプログラム。続けることで筋力アップし、日常生活の動作が楽にできるようになるなどの効果がある。加古川市では14年から導入。各地の集会所などを活動の場として実施会場は徐々に増え、今年7月末現在、105カ所で取り込まれる。」  
「厚生労働省は介護予防のための集まりを、人口1万人当たり10会場を目安としているといい、同市の場合には260会場が目標となる。」「市は、筋力の維持向上によって将来的な介護予防にもつながるとし、さらなる普及を目指す。……」と写真入りで紹介しています。

一方で「広報かこがわ」8月号は、特集『結婚から子育てまで“ぐうっと”応援！緊急プロジェクト始動中』の言葉と写真が表紙を飾ります。「少子化による人口減少に加え、大都市圏へ人口が集中する傾向が続いています。そんな中、加古川市に“ずうっと”住み続けたいと感じてもらえるよう、皆さんの暮らしを“ぐうっと”応援するプロジェクトを今年の4月から始めました。」と、「結婚」「出産」「乳幼児期」「就学児以上」のライフステージに合わせた、『若者向け』のサポートプロジェクトを紹介しています。

介護保険制度は、『予防給付』を目玉として、2000年に始まりました。未だ「保険事故」の起きていない「要支援者」に対する保険給付については、厚労省内部でも議論があったと聞いていますが、5年の試行期間を設けて出発し、6年目、予防をより強化した『予防重視型システム』として再出発しました。  
そして今年2018年4月、要支援者は市町村が行う「総合事業」の利用に移行し、介護保険は保険事故が起きた場合の支援システムに特化して、再・再出発です。総合事業は、「介護予防」と「健康寿命」を最重要課題として、「1000人に1会場」の予防教室を全国の市町村が展開します。

(次ページに続く)



(前ページの続き)

一方で、今の少子化を政府は『国難』と表現します。1949年には団塊世代の第3陣270万人が生まれ、1973年には団塊ジュニア209万人が生まれています。それが2017年は94万人余の出生児数であり、40年以上に亘りほぼ一直線に減り続けます。「東京一極集中」が過度に進む中、若者の「結婚・出産・子育て」の支援は、加古川市に限らず「地方都市」にとって、切実かつ最大の課題です。そして人口が集中する東京は、一人の女性が生涯に産む子供の数（合計特殊出生率）が1.24と都道府県で最下位であり、長寿と少子が同時に急速に進行する日本は、非常にバランスの悪い社会だと思えます。長寿は同時に「多死」の社会でもあり、多くの老人の死が新たな命の誕生に結び付かない社会は、「何かが変わる」だと感じます。

数十年前に欧米の先進諸国が「社会の高齢化」に直面した時、『QOLの尊重』という新たな理念が発せられました。欧米各国が自国の高齢者の「老いと死」に向きあう中で、「命の長さ」に対比して『命の質』を測る物差しの重要性が論じられて世界中に拡がり、日本にも導入されました。医療技術が進歩するに連れて、命の長さを左右する手術や機器が開発され、『生への希望』が急速に膨らむと共に、自然の摂理に添った『生と死の境』が定かでなくなり、「延命」を可能にする多くの選択肢の中で「社会との関係性の希薄な生命体」が長期に亘って存在する結果を生み出し、思想や宗教とも絡んで多様な議論が生じました。「命の長さ」は誰にも判り易いのですが、「命の質」を測る物差しは多種多様です。死を避ける努力を最大限に図る『医療』に対して、現実には必ず訪れる『命の限り』を肯定する思想や価値観が各国で求められ、欧米諸国は夫々の国情に応じて議論を重ね、『命の質』を測る物差しを創り出して『QOLの尊重』が高齢社会における生活理念として確立されたのです。

人間以外の動物は、「遺伝子で引継いだ習性」により、群を離れて死を迎え土に還ります。『死出の旅』を集団の中で仲間が世話をするのは人間のみが行う営みであり、「人間社会」が「猿の群」とは違い、思想と社会性を育み、文化や文明を生み出した『原点』が其の『死出の営み』に在ると思えます。人は自らの死後も『他者との関係性』を保ちます。子は折に触れて亡き親を偲び想い、吾身の生きる力の糧とします。多くの人が、敬愛する先人に想いを寄せて生きる力と思想を養います。社会を構成して生きる人間にとって「死を巡る想いと営み」は『死後にも続く関係性』を豊かに育む『創造性』を持つ営みであり、『QOL』の根拠が其の『死後の関係性』に潜む事を確信します。

人間以外の動物は、生殖機能を失った後は長くは生きません。人間の、特に女性は平均余命が87年の今、50才前後で生殖機能を失った後も40年程を生きて人生を終えます。男性も81年の平均余命で共に10年前後の『要介護期間』を経て、『死出の営み』を家族や介護者に委ねます。老いてADLが低下する中で人は、柔軟に生きる為の『思想と社会性』を秘めたバトンを準備して、『死出の営み』と『死後の関係性』を通して後輩達に引継ぎます。「ピンピン・コロリ」では感じ取り難い『死後の微妙な余韻』の中にバトンが潜んでいます。老いて迎える要介護期間は『滑らかなバトンタッチの助走』であり、次世代を担う新たな命の『誕生と育児』に繋がる人間性豊かな営みとして、『逝く人も見る人も』共に、大切に努めたいと願います。

## ○さんの看取り

訪問看護ステーション 武田 直子  
(准看護師)

この度看取りをさせていただいた○さんは、私がせいりょう園に転職してきて初めての看取りでした。

○さんとの出会いは、ケアハウス前の喫煙所でした。○さんは3度の食事よりタバコが大好きな方で、いつも前を通る職員にタバコを吸いながら「お疲れさん。」「なんか美味しい食べ物ないかね。」と声をかけてくれる方でした。

そんな○さんでしたが、徐々に体調を崩しお風呂に入ることが難しくなり訪問看護が始まりました。訪問した際にバイタルサインのチェック、症状観察、保清、食事量のチェック、食事介助を行っている時、いつも「ありがとう。」という言葉が欠かさず言われる方でした。食事は、おにぎりやパンなどを食べられていたのが次第にちくわ1本になり、そしてゼリーになり嚥下能力が段々低下していきました。そんな中でもアイスクリームのパピコが大好きで、いつも訪室の度に「冷たいもんおくれ。」と亡くなる前日まで言われていました。

ある日食事や水分の摂取量が少なくなり、高熱を出しました。その場に家族の方もおられ、脱水かもしれないので点滴をした方がいいかもしれない、と家族も私も同様に思い、先生に相談しました。すると先生は「○さんの身体は、もう水分を不要としています。脳の小さい血管が詰まりそれによって認知症も進行し、食欲も低下しています。そんな中で点滴をしたとしても身体の浮腫みが出たり、針を何度も刺しての苦痛、触って点滴を抜いてしまう手を縛ったり、最期になろうかとしている方の人生、そんな辛い思いをさせたくない。住み慣れた場所で、知った人がいる中で静かに好きなように生活をする方が、本人にとっては幸せなんだよ。」と話されました。その話で家族の方も私も『看取る』という意味が理解でき、○さんにとって穏やかに過ごせるように、家族の方と共に関わりました。○さんは頑張り屋さんで「人のお世話になることは、申し訳ない。」と言い、亡くなる前日まで排泄だけは、自分でポータブルトイレへ行かれていました。そして最期の日、職員の出勤を待っていたかのように、朝の9時に静かに眠っているかのようなお姿で亡くなられていました。亡くなられてからケアハウスにお住まいの多数の方がお顔を見に来られ「ありがとうね。」「ええ顔してるわ。私もこんな顔して逝きたい。」と言われる言葉に、家族の方は「身内の中では、頑固で厳しいお父さん。誰も怖がり寄り付かなかった。こんなに友人がいたなんてびっくりです。父は、この場所で幸せでした。」と話されました。

家族の方が看取りを理解され、受け入れることができたからこそ○さんは平穏な最期を迎えることができたんですよ、と家族に伝えました。最期まで頑張った○さんに感動し、いろいろなことを学び感謝したいです。これからも利用者さんが「ここでよかった。」と喜んでもらえる看護を目指し、スタッフと共に頑張っていきたいと思います。



### 浜宮天神社秋祭り（平成30年10月7日）

お神輿がせいりょう園に来てくれました。利用者の方からは、「私も昔担いどった」や「私も担ぎたい」等の声が聞かれました。お神輿や子供達を見て皆さん笑顔だったり手を叩いたり掛け声をかけておられました。10分程の時間で皆さん名残惜しそうでした。

（地域密着型特養 藤久 智秀）





## 介護についてみんなで語ろう会【平成30年8月24日】 「施設・在宅看護師の役割」について

藤原 七重  
(看護師)

現在11名の看護師が、せいりょう園の各事業所内にいます。経験年数はばらばらです。病院での実務経験もあり、現在は施設・在宅の看護師として働いています。

病院は救命処置をする医療機関で、体調不良の原因を究明するため観察・検査等を実施して確定診断がなされ治療が行われます。そこには、精神的・身体的な苦痛が伴います。しかし、院内ではそれらの医療行為が当たり前になっています。治療を行うことによって元気で退院される人、中には治療半ばで亡くなる人もいますが、出来る限りの治療を行っています。施設は生活が中心で、終末期になると苦痛を取り除いてその人らしく過ごしてもらう援助をして最期を迎えられます。病院と施設、看護師の役割の違いに最初は戸惑いを感じました。たとえば、食事・水分摂取量が少なくなると脱水症状になり点滴をしなければいけないのではないかと思います。しかし、囑託医師の説明、施設長の「老いとは」の話聞く機会があるたびに、老衰過程にある入所者の身体に水分を入れても、吸収できなければかえって痰の量が増え、吸引回数が増え苦痛を与える結果になります。その人が、最期まで少しでも気持ちよく過ごしてもらう方がいいのだと徐々に理解できました。介護スタッフ・家族に見守られながら死を迎えた方は、本当に眠っている様な穏やかなお顔です。その姿を見たとき、これでよかったのだという気持ちになります。

もうひとつ病院と違うことは、施設に医師が常駐していないことです。施設内では入所者の状態変化があっても、ある程度のところまでは看護師が判断しなければいけない事が多々あります。自分自身の判断はよかったのかと不安になることもあります。状態が変化した場合、家族の意向を聴取し看護師判断だけではなく、他の職員とも連携を図って処置をします。そのため、速やかに看護師が動けないもどかしさもあります。

認知症の人との接し方については、まず認知症を知ることが大切です、一人ひとりに合わせながら対応していくことが重要です。介護する家族は、全部自分ひとりでしなければいけないという気持ちはやめて、出来ないことを相談できる場所も見つけておくことも大切なことだと思います。

本人・家族の意向を聞き、その人らしい生活を送ってもらうためには、日常の会話の中で言葉や表情を細かく観察し、施設内での連携を強化し介護・援助に努力していきたいと思えます。年齢を重ねていくと、次第にひとりで出来なくなる事が増えていきます。入所者一人ひとりに合わせた介護や、その人の人生の質が向上するように寄り添って接し、何を必要としているかを感じ取れるような職員でありたいと思えます。



## ビーンズ紙芝居（平成30年9月18日）



ボランティアグループビーンズの皆さんが、笑顔で元気いっぱい利用者さんを巻き込んで楽しませて下さいました。歌の時にはピアノの伴奏があり盛り上がりました。最後にユニットの利用者さんがお礼の言葉を言って下さり、ビーンズさんもととても喜ばれていました。（ユニット型特養副主任 橋本 美穂）



## 部署を異動しての気づき

地域密着型特養 衣笠 将弘  
(介護福祉士)

私はせいりょう園に勤めて6年目になります。以前は飲食店に勤務しておりましたが転職し介護の世界に飛び込みました。

始めは従来型特養で排泄ケア、食事介助、移乗介助と基礎から教わりました。今までやったことのないことばかりで四苦八苦していましたが、毎日が新鮮でした。仕事に追われる毎日でしたが2年目のある日、小規模多機能型居宅介護という事業所に異動が決まりました。特養しか知らない自分にとって、小規模多機能とは一体どのようなところなのか想像もつきませんでした。在宅ということを教えてもらったのですがいまいちピンとこず、自分の想像ではヘルパーが元気な老人と一緒に買い物へ行く程度のことしかわかりませんでした。どのようなところなんだろう。どういう事をするのだろうかと不安でいっぱいでした。しかし、いざ業務にあたらせて頂くと、特養でしていた業務内容とあまり変わりませんでした。それでも特養と違うところもありました。小規模多機能では排泄ケアやお茶の時間は決まっておらず、マンションの居室での1人暮らしなので特養に比べると時間の流れがゆっくりだと感じ、1人1人の利用者とよりしっかりと向き合えました。また特養は家具を危険のないように、本人が使いやすいように配置交換しています。小規模多機能では在宅なので以前いた家のように本人の住みやすいように家具が配置され、本人の生活基盤をより尊重し、居室内のレイアウトは簡単には変えません。この点も特養と小規模多機能で違うところでした。

その後再び特養へ異動があり、戻ってきたときはやはり忙しいなと思いました。特養の業務内容を思い出してこなしていくことに追われていましたが、自分に少し心の余裕ができたとき、在宅という入所施設とは違った利用者の過ごし方を直で体験し『急がなくていいんだ』『利用者には好きに過ごしてもらったらいいんだ』という当たり前のことに改めて気づくことができました。

特養と小規模多機能ではする事は変わりなく、どちらも本人が生活しやすいように援助しています。しかし、小規模多機能で『本人が以前と同じようなライフスタイルを送れるように支える』という、同じ敷地にありながら全く違う生活空間を体験したことで、自分自身に気持ちの余裕ができ、今までよりも1人1人の利用者を観察し何を求めているのかということを感じ取れるようになりました。

### あずま野学園マジックショー（平成30年9月27日）



なにもない所から花が出たり、レコードの色が変わったり、トランプがお札に変わったり、Tシャツの色が一瞬で変わったり、ハッと驚く手品ばかりでした。合間にあったハーモニカの演奏も懐かしい歌でみなさん手拍子や歌ったりされていました。利用者や職員もお手伝いで手品に参加でき、見て触って驚きました。（地域密着型特養 齊木 和真）





本日の仏教講話は加古川市尾上町池田にあります観音寺の吉津秀雄ご住職です。円長寺の吉津憲輔ご住職にお越し頂く予定でしたが、ご都合悪くお兄様の秀雄ご住職が代わりにお話して下さる事になりました。

観音寺は曹洞宗で禅宗のお寺になりますと話され、いつもお詣りの時に称えられている道元禅師の言説が著されている『修証義』の第一章「総序」を、第一節～第六節まで、今の分かり易い言葉で教えて下さいました。

- ・第一節：人は自分の思いと関係なく生まれて、死ぬがこの人生は思い通りにならない苦しみがある。しかし、大自然の摂理を学び、生まれた以上は人の為役に役立つ事を目指し、幸せとは何かを知る事が大切である。
- ・第二節：生の中に仏があり、死の中に仏がある。仏の命は無縁の物だから、死に狼狽<sup>うろたえ</sup>えてはいけない。人の流れは永遠であるけれども、時間の流れの中で生と死を繰り返している。
- ・第三節：ただ生と死を繰り返す営みが、そのまま自然の摂理に添う生き方である。生死は生まれればいつか死を迎える表裏一体の物である。その事によって充実した生き方を迎えられる。長生きすると良くないとか耳にするが、長生きするといろいろな事を身につけられ、未来が見える。未来が見えるという事はいろいろな事を伝えていける。無駄に時間を使うのではなく、生まれて亡くなるまで悔いのない生き方をすべきだ。若い者に伝えていく責務もある。長生きして良かったと思えるようになって欲しい。
- ・第四節：仏様はこの世に出現されて唯一の目的を持った言葉を表現されている。仏の知恵をそのまま生きる道に入らせる為に説いておられる。心の迷いや悟りを開く、開かないに関係なく生まれて亡くなっていく。生まれる事によって、一つの目的を持ち、人の為に生き、満足いく死を迎えるべきである。
- ・第五節：現在、環境問題が話題になっている。無限の宇宙の中の小さな単体が地球である。将来に向かい、地球環境を大切にしなければ、いずれ人々が禍を受ける事になる。人が人として在り続ける為には、それ相応の環境が必要である。
- ・第六節：私達が生まれる以前、過去の世界、死後の世界、来世はあるという考えで、輪廻転生の考えから来ている。周り廻ってまた、別の世界で生を受ける。ある訳がないと考えてしまうと、自己中心的になってしまう。人の役に立つより、自分の為にしてしまう。それではいけない。巡ってきて違う形で生を受け、役に立つ事をしていく事が大事だとしている。

道元禅師の『修証義』の内容を基に、人の在り方、人の生き方をお話して下さいました。ここで参加されている皆様に質問されました。

「後悔ってありますか？」

一人の男性が答えられました。

「後悔はありません。」

「充実した人生でしたか？なかなかそういう方がいらっしゃらないですね。自信を持って言い切れる方は少ないですね。」

「後悔しても始まりません。長生きさせて頂くのも神仏のおかげとっております。」

「達観されておられますね。」

「充実した人生だと思えるように、弱音をはかないようにしています。自分の人生なのだから、後悔なく生きていたいと思っております。」

以上のやり取りの後、ご住職が「これから先もまだまだ続いていかれると思いますが、充実した人生を送って下さい。また人の為に生きる人生を送って頂きたいと思っております。」と話されてご講話が終わりました。

急な依頼にも関わらず、お忙しい所をお越し頂きありがとうございます。ありがとうございました。

また、機会がありましたら、『修証義』の続きをお願い致します。

(サービス付き高齢者向け住宅相談員：岡村 照代)

## 野口南小学校 6 年生との交流会（平成 30 年 9 月 25 日～28 日）

ユニット型特養 落合 佐智子

今年度 2 回目となる野口南小学生との交流会がありました。3 丁目のホールに到着し、自己紹介が終わると生徒達はしきりに「A さんは？」「A さんどこ～？」と大きな声で、自分の会いたいお年寄りを探していました。お年寄りが見つかり「わあ～A さんや～」「わあ～A さん！」と言い、最初の緊張していた顔から屈託の無い良い笑顔ではじけていました。そんな光景を見て私は驚きました。私が知らないだけであって生徒達とお年寄りとの絆と信頼関係はすでに出来上がっていたのだと感じました。その流れに飲み込まれ、私までもが嬉しい気分になりました。

その後、お年寄りに自分の名前が書いてある手作り名刺を配っていました。不思議そうに受け取るお年寄りや「へえ～こんな作ってくれたんか！」「ありがとう」と受け取るお年寄り、それぞれでした。生徒達の手作りゲームが始まると、お年寄りも生徒達も笑顔で「やった～」「すごい！すごい！」と一喜一憂して盛り上がっていました。

交流会が始まる前は、興味無く「どっちでもいいわあ…」と少し不機嫌であったお年寄りも気が付けば 1 番楽しそうに笑って参加されていました。お年寄りにとっても気分転換が出来、笑顔も見られ生徒達との交流が良い刺激になったのではないのでしょうか。



## \*冬休みせいりょう園キッズクラブのご案内\*

～小学生を対象にした学童保育です。支援員が子供達の活動を見守ります～

日 時：12/24（月）～29（土）、1/4（金）1/5（土）の8時～17時

利用料金：1日1,000円（半日利用の場合は500円）

※今年度初回の方のみ保険料（800円）がかかります。

場 所：リバティかこがわ2F（加古川市野口町長砂95-2）

利用方法：予約制（定員20名）

※別途申込書があります

申 込 先：せいりょう園 Tel（079）421-7156



### 【求人】

①介護支援専門員 ②ホームヘルパー ③キッズクラブの支援員・補助員

詳しくは、せいりょう園Tel（079）421-7156までお問い合わせ下さい。

見学も随時受け付けていますので、お気軽にお電話下さい。

★冬休み期間中、職員の子供さん（小学生）は法人内のキッズクラブを無料でご利用いただけますので、子育て中の方も是非ご応募下さい！

### 【せいりょう園空き情報 平成30年10月18日現在】

●サービス付き高齢者向け住宅（バス・トイレ・キッチン・収納付き）

①自愛の家さくら：7室

（19.1㎡：2室、20.4㎡：0室、24.7㎡：3室、25.8㎡：2室）

〔家賃〕54,000～77,000円（入居時に敷金：家賃の6ヶ月分）

〔共益費〕10,000円、〔サービス費〕20,000円（状況把握や生活相談）

②リバティかこがわ：9室

（33㎡：4室、35㎡：2室、39㎡：2室、41㎡：1室）

〔家賃〕87,000～110,000円（入居時に敷金：家賃の6ヶ月分）

〔共益費〕10,000円、〔サービス費〕20,000円（状況把握や生活相談）



全室南向き（41㎡）



バス・トイレ付き

★介護が必要になってもご自分のお部屋で生活できます。

●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

《交通手段》JR神戸線加古川駅より、かこバスで12分長砂公民館前下車すぐ前