

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

2019年3月 第217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>

老いの本能と役割を支える介護に誇りを

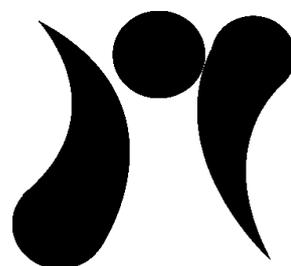
人生100年。ゼロ歳児の平均余命が90年に近い現在、誰もが100年を見据えて生きる『覚悟と準備』が必要です。団塊世代の一員として70年以上を生きてきた吾身であれば、より切実にその必要性を感じます。

生物は全て、生れると同時に『死の宿命』を背負います。群を造って生きる動物は、死期を悟ると群を遠く離れて土に還りますが、人間は老いて無防備になった身を仲間に委ねて、集団の中で最期を迎えます。猿や象にとっては群を造って生きる習性も、群を離れて死を迎える習性も、共に遺伝子で引継いだ本能です。そして1000年前も今も大差なく、群の営みは同じです。人間も同様に、社会を構成して生きる習性も、社会の中で仲間に身を委ねて最期を迎える習性も、共に遺伝子で引継いだ本能ですが、『社会の在り様』は1000年前と今とでは大きな違いがあります。

人間が創る社会は、動物が造る群とは違い、絶えず変化し発展しながら1000年～2000年と歴史を続けてきました。猿が造る群と人間が創る社会との違いの『原点』が、此の『最期の迎え方』に在る様に思えます。人間以外の動物は、「生」も「死」も「群の動き」も全て遺伝子情報に由り営みます。故に、次世代に遺伝子を伝える「生殖機能」を失うと後は長く生きている必要が無く、現実には長くは生存しません。しかし人間は、中でも女性は50才前後で排卵機能を失った後も、40年～50年を生きて最期の身を仲間に委ねます。其の『老いて最期を迎える身を仲間に委ねる営み』には、人が創る『社会』にとって重要な『役割』が在るが故に、『長寿』に大きな意味が在り『価値』が在るのだと確信します。

人は『生の願望』と『死の宿命』の『相反する価値』を背負いながら、社会を構成して生きています。人の『社会』は動物の群とは違い、遺伝子では伝わらない要素を数多く含んで成立します。社会を構成する中で人は、思想や宗教を創り、人間性や社会性を育み養い、科学や芸術を生み出し、文化や文明を築いて連綿と引継いで来ました。思想も宗教も、科学も芸術も、遺伝子では

(次ページに続く)



(前ページの続き)

伝わらないものであり、それらを『引継ぐ関係性』を秘めた、人間のみが持つ『創造的な営み』が『長寿とその最期』ではないのか、と強く感じます。

人は、一人では生きられない厳しい「自然環境」の中で、社会を構成して生きています。地震や津波や台風や火山噴火などと、様々な災害が人の命と暮らしを脅かし、多くの犠牲者も生じます。同時に「社会環境」も常に複雑な捻じれを生み出し、世界中で戦争や紛争が絶えません。自然界と人間社会で起きる様々な変化の中を、『融通無碍に順応』して生延びて来たのが人間です。単一の価値観を強固にするのではなく、如何なる変化に対しても柔軟に応じる多様性を持つ『価値観と生活力』を蓄え、世代を超えて引継いだからこそ2000年程の歴史が続く今の世界が在るのだと確信します。その『引継ぎ役』を担ってきたのが、『老いの身の最期』を委ねる『本能的習性』だと思えます。

人が老いて最期を迎える過程は、人が誕生して成長する過程の正に裏返しであり、人の誕生も終焉も『自然の摂理』に添った営みとして繋がっているのです。『生と死』の相反する価値を背負う宿命の下で人は、『生の創造性』を発揮する営みの裏側で、密かに『死の創造性』を発揮する準備を整えているのです。有史以来長い間、大半の人が若くして「コロリ」と亡くなり、老いて穏やかに死を迎える人はごく僅かで、『長寿』は人類の夢でした。そして『少数』なるが故に『長寿者とその死』は『敬意と畏れ』の対象であり続けて『多くの教訓』が引継がれ、『老いと死』は『創造的な営み』であり得ました。

今、大半の人に「長寿の夢」が叶う時代で、誰もが老いの身を次世代に委ねて『創造性豊かな最期』を迎えられるはずですが、現実には『老いと死は克服の対象』とされて創造性を失っています。自然の摂理に添って密かに準備してきた『老いの本能』を無視して延命を図り、死を遠ざけます。老いの身には変化が様々に生じます。心身の機能が低下し、病気にも罹り易くなり、ガンになり認知症にもなって変化の過程を示しながら、最大の変化である『死出の旅』を次世代に委ねます。其れは、長年に亘って密かに準備してきた『穏やかな終焉と安らかな死顔』を通して、融通無碍に順応する生活力・生命力と伝え、安心感を与える姿に思えますが、残念ながら若い人達には伝わっていません。

人は老いて知性も理性も体力も衰える中、『感性や感覚』で居心地を確認しながら最期に備えます。認知機能も理解力も衰え、動きも緩慢で食べる事もままならず、全身の機能が低下する中で『穏やかな終焉』に向けて準備します。認知症も、転倒も、誤嚥も『準備中』のサインであり、サインに気付いて『居心地』を判別する感性や感覚が家族や介護者には必要です。終焉準備中の要介護者を『自立した責任主体』と受止め、心地よい居場所を整え、ご当人の『QOLを尊重』する姿勢が世界共通の介護理念です。長寿の人は『自然の摂理』と『老いの本能』に添った『死出の旅』の主人公として、『穏やかな終焉』を他者に委ねて若い人達と『死後にも続く関係性』を築き、『多様に変化する社会で融通無碍に順応する生命力』を伝えます。

『終焉に向けた準備』を支える介護は同時に、「次の世代」が融通無碍に変化して生きる「思想や社会性」を確立する為の『基礎固め』を支えています。『職業』としての誇りを持って欲しい、と切に願います。

Yさんの看取り

訪問看護ステーション主任 石井 朱美
(看護師)

Yさんは平成25年11月88歳の時、最期までケアハウスでの生活を望まれ入居されました。入居後は自立して生活されていましたが、平成29年7月体調不良で入院治療を受けた後退院と同時に訪問看護を利用されることになりました。入院により体力の低下がみられ、このまま寝たきりになってしまうのではないかと心配しました。しかし、人に迷惑をかけたくないという強い思いがあり、体力の回復とともに1か月後には杖歩行ですが入院前と同じように散歩を楽しまれるようになりました。

Yさんはよく「ここへ来て良かった。長男の嫁だったので昔は苦勞したけど、感謝・忍耐・努力を肝に銘じて頑張りました。」「こんな良い所で自由に暮らせることができて幸せ。91歳にもなったし今は何も思い残すことがない。」とよく話してくださいました。遺影にする写真を撮り部屋に飾ってあり、戒名もつけてもらっていたと聞いたことがありました。自分自身の最期の準備をされていたようです。

退院後しばらくは体調も安定していましたが、以前から腰椎圧迫骨折による痛みがあり、白内障で視力低下が進み見えなくなる不安やめまいを訴えるようになり、精神的に不安定になることがありました。湿布を貼ったり内服薬を使用したりして症状の軽減に努めるとともに、話を傾聴し精神的・身体的にも安楽に過ごせるよう支援しました。

平成29年10月体重が27kgまで減り、「今まではもう少し生きていたけど、もう十分生きてきました。」と話され少し気弱になっていました。平成30年1月93歳になった時には「もう何日かするとこの世にいないかもしれない。日に日に弱っているのを感じます。」と自分自身の弱っていく姿を受け止め、思いを言葉で伝えてくださいました。老いていく生活の中で、今できることを自分の力でやり、自分の思いを言葉にする事の大切さを教えていただいたと思います。

暑かった夏も無事過ごしてこられましたが、嚥下もしにくくなり少しずつ食事量が減ってきました。体力の低下で歩くことが困難になり車椅子を使用し、亡くなる1週間前までデイサービスを利用されました。食事も取りにくくなり、自分の死が近いことがわかっていたのか、直前まで職員や隣人へのお別れのあいさつをされていました。

長男さんが泊まれた朝に見守られ最期を迎えられました。そのお顔は穏やかに安心して眠っているようでした。

今まで沢山の看取りに関わりましたが、死にゆく姿は人それぞれで同じということがありません。Yさんのようにみんなに「ありがとう」を伝え、人生を締めくくることができればと思います。



2019年3月4日、山陰合同銀行「ごうぎん一粒の麦の会」様より、車椅子を頂きました。車椅子は当園にて大切に使用させていただきます。
ありがとうございました。



野口小学校と野口南小学校で、子供たちにさまざまな職業人の思いや生き方の話を聞いてもらい、職業観や将来を考えるきっかけ作りとする企画「職業人と語ろう」が開催されました。せいりょう園は職種「介護福祉士」の講師として呼んでいただき、今年は介護福祉士と相談員と管理栄養士の職員3名で参加し、子供たちに「介護」について話しました。

参加するにあたり、私たちは介護に携わる者として子供たちに何をどう伝えるのかを話し合いました。介護福祉士という職の業務内容だけでなく、施設で暮らす高齢者の生活やその方から感じる・学ぶことについても知ってもらいたい。認知症を患っている方にも昔からの人間性や感性・感覚は変わらず存在し、誰よりも「自分らしく」生きる姿を私たちにを見せてくださっていることを伝えたい。その為に介護技術の体験をしてもらうのではなく、私たち職員との「会話」を通して現場で働く者の「声」を伝えられる内容を考えました。

しかし実際に子供たちと話してみると、そもそも「介護福祉士」という職業が存在すること、高齢者が入る施設があること、「認知症」という言葉自体を知らない子供たちが多く、驚きました。どれも聞いたことはある子供が大半だろうと予想していた為に、こちらが予定していた質問（介護福祉士にはどのようなイメージを持っているか等）からうまく話を広げられずに困りました。子供たちが「全く知らない」からこそ、私たちが話す内容が介護のイメージになると思うと、とても緊張しました。話の途中、ある1人の子供に「仕事は楽しいですか。やりがいがありますか」と聞かれました。その質問に自分自身が思うまま「お年寄りと接すること、さまざまな話を聞かせてもらうこと等、仕事をしていて楽しい」と答えると、とても聞き入ってくれていました。今度はこちらから「介護福祉士になりたいと思いますか」と聞くと、多くの子供は「わからない」「なんとなくすごい仕事と思ったが、やるかはわからない」等の答えが返ってきました。しかし2～3人の子供は「なりたい。やってみたい」という返事でした。その内の1人に理由を聞くと、「親が介護の仕事をしていて、楽しそうだから。つらいとかしんどいとか聞いたことがない」と言っていました。私はその返事がとても印象に残りました。言葉だけですべてを伝えようとしなくても、子供たちには大人が話す雰囲気や表情だけでも十分伝わるのだと実感しました。私はそれを実感したことで、「伝える」ということを小難しく考えていたのは自分自身と気づきました。言葉ばかりを重要視するのではなく、本心を伝えようとする姿勢も重要と感じました。

もう一点、子供たちの反応の中で印象に残ったことがあります。私たちが「高齢者の方が入る施設は、どうしたら出られる（退所する）と思いますか」と聞くと、大多数の子供たちから「元気になったら」「病気が治ったら」という答えが返ってきました。子供たちには、人がいつか亡くなるという実感が無いのだと思いました。または施設も、病院のように病気を治して元気になるための所と認識していたのかもしれない。私たちが「多くの場合、亡くなられたら出て行かれます」と伝えたと、ショックを受けている子もいました。しかし私たちはありのままを伝えました。年老いてできないことが増えていくことは

「当たり前」のことですが、老化すること自体は敬遠されがちです。しかしそれは自然なことです。子供たちにも人はいつか老いて死んでいくこと、それが自然のことなのだとなげると、「亡くなるのは寂しい。悲しい」と言っていました。介護福祉士は高齢者の生活すべてを介助するのではなく、本当にできない所を見極めてお手伝いをする仕事で、また長年生きてこられた方々の最期まで関わらせてもらっている仕事と伝えたと、「人が死ぬのは悲しいけれど、介護福祉士さんがお年寄りのお世話やお手伝いをすることで楽しく暮らせるように支えているんだと思って、とても大切な仕事だと思いました」という言葉ももらいました。

後日、子供たちからのお手紙が届きました。そこには「介護福祉士という職業について知ることが出来た」「今なりたい仕事に就けなかったら、介護福祉士になろうと思います」「介護福祉士という仕事に対して持っていた、しんどそうで大変な仕事というイメージが変わった」という意見や、「好きといえる仕事に就いていてすごいと思った。自分も好きな仕事につけるように頑張る」といった意見ももらいました。また「人が亡くなる場所に接する仕事はあまりないので、介護福祉士はすごい仕事だなと思った」という意見もいくつかあり、私たちが拙い言葉で伝えた内容が子供たちの心に残っていることがわかって嬉しかったです。介護福祉士について全く知らなかった子たちからは、「(話を聞いて)仕事のことをよくわかると、(介護福祉士に)なりたいという人が増えると思う」という意見ももらいました。早くから介護という世界について知ってもらい、もっと多くの子供たちに興味を持ってもらいたいと思いました。

今回参加させていただいたことで、改めて介護やそれに関連する職種について知られていないことが多く、発信し続けることの大切さを再確認しました。

日岡保育園交流会【2019年2月27日】

園児たちが来園し、元気な歌声やお遊戯を披露してくれました。入居者の皆さんは手拍子や足でリズムを取りながら園児たちの歌声に耳を傾けていました。ある方は歌の指揮者をしていただいた先生の後ろに立って一緒に指揮をし、またある方は大きな声で声援を送り、会場は和やかな雰囲気になりました。会の最後に園児一人一人が入居者にプレゼントを手渡す時には、園児たちの頭を撫でたり握手をしたりしていました。終始とても優しい笑顔を浮かべ、園児たちを見守っていた入居者の姿が印象的な会となりました。





浄土真宗本願寺派 寿願寺 西寺 正住職

本日の仏教講話は、寿願寺の西寺正ご住職です。朝から冷たい雨が降っていましたが、ちょうど小雨になった頃にお越し下さいました。数日前から東京に行っておられ、今日の午前に東京を立ち、そのまま加古川駅に着き、こちらへ来て頂きました。早速お話に入られました。

「一昨日、昨日は暖かくて春に向かってまいるような今日この頃ですね。2月、3月、4月、5月と仏様等の行事が続きます。2月15日はお釈迦様が亡くなられた日(涅槃会)、3月はお雛様、4月8日はお釈迦様が生まれになった日(花まつり)、5月は男の子の節句です。3月1日から15日まで奈良の東大寺で『お水取り』があります。15日で満願となり、お水取りが終わる頃には暖かくなりますね。途中の5日と12日の夜間に東大寺に貢献された方々の『過去帳』を、順番に読み上げていく行事があります。名前を呼ばれる事がいかに大事かというエピソードがあります。

鎌倉時代の頃に、お坊さんが『過去帳』を読み上げていると、目の前にふっと青い衣を着た女の人(幽霊)が現れて、『何故、私の名前を読み落としたりするや』と言うので、そのお坊さんはとっさに、その人の青い衣を見ながら『青衣の女人(しょうえのによにん)』と呼び掛けた。その女性は頷いて、幻のように消えたという話です。『青衣女人』と読むときは、声を落として読むそうです。

人間として一番嬉しいのは、名前を呼ばれる事、相手の名前を呼ぶ事、自分を認めてくれた事は喜びです。名前をきちっと呼ぶ、呼ばれたら『はい』と素直に答える。そういう事をお釈迦様は昔から言われています。お釈迦様はそれぞれの名前を大変よく覚えておられました。名前を呼んで下さる事は幸せの一步です。」

続いて、ご自分が年に1回タイへ行き、タイの僧侶に衣をプレゼントしておられる話や、野口の『教信沙弥』のお話をして下さいました。

「教信沙弥は奈良の興福寺で修行されたのですが、諸国を周り、播磨国賀古駅の草庵に隠遁されました。野口町野口にあります『教信寺』です。そこで住み田畑を耕し、荷物を運んだりして、妻帯して家族を養う為、働いておられました。常に『南無阿弥陀仏』と称え、人々に教えを説き、心安らかに過ごされておられました。人々にも念仏を勧めておられたので『阿弥陀丸』と呼ばれていました。住んでおられたのは加古川の野口ですが、西や東へと往生を願い、念仏を称えて周られたので、『阿弥陀丸』のゆかりのある土地が高砂市の阿弥陀町阿弥陀と言われています。亡くなれると、自分の遺体は、野の犬や鳥に食わせるようにと希望され、家族が庵の北側で風葬にされました。浄土真宗を開かれたのは、親鸞聖人ですが、親鸞聖人も教信沙弥のようになりたいと願っておられたとされています。

このように加古川は良い所がたくさんあります。様子を知るとより好きになりました。加古川に生まれ育って、途中京都にいたけれど、帰って来て、余生を過ごせる、穏やかに過ごされてきた皆様の前に立たせて頂いて話ができるのはありがたい事です。仏様の話は1回ではありません。毎回少しずつ、仏様の話を耳から聴き、身体で触れ、今日の話はどんなだったか、話し合って振り返って下さい。それぞれ皆様が迎られて

きた人生を噛み締めて、周囲に感謝しながら過ごして下さい。」と締めくくられ、合掌してお話が終わりました。

お話を聞いて、奈良のお水取りには幽霊話があると初めて知りました。東京からご自宅にも帰らず、まっすぐ当園に来て頂き、お疲れも見せず楽しくお話頂きありがとうございました。

サービス付き高齢者向け住宅相談員：岡村 照代
(介護支援専門員)



介護について語ろう会【2019年1月25日】

介護相談室主任 大野 なるみ
(ケアマネージャー)

1月の介護について語ろう会は「地域包括ケアと地域サポート型特養」の役割を伝え、「住み慣れた地域で最期まで暮らすにはどうしたら良いか」をテーマに話し合いました。

地域包括ケアシステムとは、超高齢化社会を迎えるにあたり、地域で最期まで安心して暮らせることを目標とし、ご本人、ご家族が地域の民生委員やケアマネ、各介護保険サービス、医師、薬剤師等が連携し、ご本人の生活を支援していくことです。

地域サポート型特養は地域の中にある施設が、介護保険サービスを受けていない地域の方を対象に在宅生活が継続できない問題が発生した時、地域と協力し必要なサポートを考える役割を持ちます。

今回は老人介護支援センターの相談員が記した「仙人」の話をもとに、地域で最期まで住み続けるとはどんなことか参加者と一緒に考えました。この“仙人さん”とは、90歳を過ぎ、地域で独居生活をされていた方で、白いひげが伸びきってまるで仙人の風貌でした。その方を、一か月姿が見えないので民生委員と近所の方が訪問すると、ひどい状態で倒れていたそうです。救急搬送を促すも拒否。相談員が要請を受けて訪問すると「入院したくない。この家におりたい。」と強く訴えながらも入院となり、数日後永眠されました。相談員は入院の選択は間違っていなかったか悩んでいました。

この話をどうとらえるか？

「理想は自宅で家族に看取られ最期を迎えたいが、家族に迷惑かけたくない気持ちもある。」
「異変に気づいても、他人の介入を拒んだ方がいて、自宅で亡くなった。それもご本人の意思だったんだと思う。」

「地域の横のつながりが希薄になっているが、孤立しないようどうしたらいいか？」

「今のままではいけない。何か対応しないといけないと思って本人が拒否したらどうしたらいいか？」等の多くの考えが聞かれました。正解があるわけではありませんが、私たち介護に携わる者ができることは何か。それは受け皿があること。まずは発信していくことで、多くの人に知っていただく。そして地域のつながりを強め連携がとれることだと思います。情報が入れば支援すべき適切なところに繋ぐことができます。そして何より、「自分はどうか死にたいのか」を常々考え家族と話し合っていくことも大切なのではないのでしょうか？



第252回 『介護について語ろう会』のご案内

せいりょう園では、毎月第4金曜日に「老いて要介護になる人」の価値と役割について語り合う「介護について語ろう会」を開催しています。テーマに沿って事例からの学びを発表したり参加者と意見交換を行ったり、介護現場の声を届ける場として取り組んでいます。

新年度第1回目は、施設長による『長寿と少子の関連性』です。入居者やご家族、地域や関係機関の方々、入所申し込みをされている方々などより多くの皆様にお越しいただきたいと思います。参加費は無料ですので、ぜひお気軽にご参加下さい。

日 時：4月26日（金）14時～15時

場 所：リバティかこがわ2階（加古川市野口町長砂95-2 駐車場あり）

問合先：せいりょう園 TEL (079) 421-7156

『男性の料理教室』参加者募集！



せいりょう園では、毎週金曜日に男性介護者向けの料理教室を行っています。季節感のある献立や栄養バランスの取れた献立、飾り包丁等の職人技の披露など講師によって内容にも特色があります。家族に料理の腕を振るったり、独り暮らしを楽しめる料理上手を目指して料理教室に参加しませんか。また、男性介護者同士の交流の場となって輪が繋がります。

日 時：毎週金曜日 13時30分～15時

参加費：500円（当日作った献立は試食後お持ち帰りいただきます）

場 所：「小規模多機能ホーム輝きの家ながすな」デイルーム

（加古川市野口町長砂95-2 リバティかこがわ1階 駐車場あり）

問合先：せいりょう園 TEL (079) 421-7156

『陶芸教室』参加者募集！

地域の方向けの陶芸教室を開催しています。日常を飾るお皿や湯呑だけでなく、自由な作品で自分の世界を表現してみませんか。初心者の方にも丁寧に指導します。

日 時：毎月第1・第2・第3の日曜と月曜の10時～13時

場 所：ユニット型特養横「アトリエ一番星」（駐車場あり）

指 導：喜多 千景・中本万里恵

顧 問：川西 幹雄（陶芸家）

月 謝：5,000円（土代は別途1kg 1,300円）

問合先：せいりょう園 TEL (079) 421-7156



【せいりょう園空き情報（2019年3月13日）】

○サービス付き高齢者向け住宅リバティかこがわ：6室

○サービス付き高齢者向け住宅自愛の家さくら：9室

○ケアハウス：空きなし

○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

