

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25年7月 第149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>

認知症とダウン症

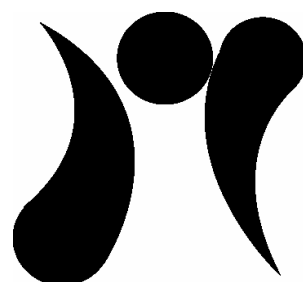
～ 命より大切なものを伝える幸福社会への道標 ～

2012年の時点で、65歳以上の高齢者3079万人のうち認知症の人は462万人、軽度認知障害者が400万人と推定されています。65歳未満で発症する若年認知症の人も現在、全国で約4万人と推計されています。

認知症には、予防と早期発見・早期治療が重要と云われ、完治はしないが進行を遅らせるという薬が幾つか開発され、販売されています。介護保険事業においても脳トレや筋トレなど、知性・理性・体力の低下を防ぎ活性化を目指して、様々なサービスが提供されています。しかし、遠い将来は別として、いま高齢期を生きる人々が認知症に罹ると、確実に『スロークッバイ』です。ゆっくりではあるが確実にお別れに向かって時が過ぎて行きます。永遠の別れを覚悟し、その準備をする時間が約束されているのが認知症です。

3年か、5年か、10年か、相当に長い時間をご家族は共に過ごし、認知症の人が力を失いながらも、自らの感性や感覚を頼りに柔軟に変化して生きる逞しい生活力を目にします。ご家族は苦悩と葛藤を繰返し、絶望を覚えながらも、主役として変化に応じて懸命に生きる姿を支えて、日々の暮らしに創意と工夫を凝らし、適度な距離を測りながら、最期を看取ります。永遠の命を願いながらも、穏やかに締め括る生命の終焉に触れ、個人を超えた生命活動の神秘性を感じ取り、家族や介護者が思想や信仰心を養い、死者を偲び、死後にも縁をつないで、社会を引継いで行きます。

自然界では、老いて自然に還る生命は他の動物の餌になり、植物の肥しになります。生命の循環サイクルの中で死は、他の生物を育む豊かな創造性を発揮しています。人も自然界の一員として次の世代に命をつなぎ、更には社会の一員として思想を伝えて、連綿と社会を引継ぎ、歴史を紡いできました。人が社会を構成して生きる中で、『老いと死の営み』は避けるべき事態ではなく、次の世代に命と暮らしを引継ぎ、縁をつなぐ、実に創造的な営みです。 (次ページへつづく)



(前ページのつづき)

次の世代に社会を引継ぐ事を視野に入れる時、別離の準備期間が約束されている認知症は、余命宣告の可能な末期がんと同様に、介護に当たる家族や介護職に思想を確立する時間を猶予する『親切的な優しい死』を約束しているように感じます。次の世代が、親の死を想い、親の命を受継ぎ、思想を確立して社会を引継ぐとき、死者と生者の双方で『命より大切なもの』をバトンタッチして、其の死は普遍性を帯びた『幸福な死』へと変化するのだと思います。

一方で今、ダウン症の出生前診断が、安全かつ高い確率で可能になり、広く一般的に行われようとしています。今の日本社会は、多くの社会福祉制度がありながらも、障害を持つ人が生きるには、あまり親切的な社会ではありません。介護保険制度も予防重視型システムとして、要介護にならないように、重度化しないように、全ての国民に努力を求めます。予防意識と健康志向を強く抱く世間は、要介護の状態で誕生するダウン症の子を妊娠する親にとって、出産後の育児の環境が決して甘くはない事の覚悟を、無言で強く迫ります。

最近、ダウン症の症状改善に効果があるとして、認知症の治療薬であるアリセプトの治療が発表されました。ダウン症は遺伝子の染色体数の異常により発症すると云われ、根本的には治療は出来ません。根本的な治療が出来ない点では認知症と同様であり、治療薬への期待は、病気による症状の改善を優先するか、在るがままの姿を尊重するか、の選択を関係者に迫ります。

ダウン症の人が表す他者への優しさや、芸術活動で現れる豊かな感性・感覚が、最近多くの場で高く評価されています。ダウン症の人が生まれながらに持つ固有の特性を、治療すべき病気の症状と診るか、豊かな個性と観るかで、その後の生きる環境が大きく違ってきます。ダウン症の出生前診断を行う場合にはそれと同時に、ダウン症の人の個性を育む環境を整え、ダウン症児の誕生を歓ぶ環境を創り、安心して出産を迎える為の準備が不可欠だと思います。

ダウン症児の持つ優しさや豊かな感性は、そして何よりその懸命に生きる姿は、社会を構成して生きる人間の原点を教えます。その姿は、認知症の高齢者が変化して懸命に生きる姿と重なります。ダウン症の子が『幸福な誕生』を迎える環境が整った社会は、認知症の人が命より大切なものを伝えて『幸福な死』を迎える社会と重なります。

ダウン症の出生前診断が『幸福な誕生』の出発点となって、認知症の人が『幸福な死』を迎える社会につながり、『幸福度の高い社会』が実現するように思います。社会福祉法人として事業を展開する中で、認知症の人が生きる姿と、ダウン症の人が生きる姿が、共に『幸福社会』への『道しるべ』になる途を開拓したい、と心より祈念いたします。

せいりょう園 渋谷 哲

せいりょう園待機者状況 <平成25年7月10日現在>

○入所判定済み者 403人(グループの内)

Iグループ…145名 IIグループ…151名 IIIグループ…107名

○入所判定済み者の現在状況

在宅159名/特別養護老人ホーム入所中12名/ケアハウス入居中5名

老人保健施設入所中97名/障害者施設2名/医療機関入院中110名

グループホーム入居中13名/所在不明5名

○辞退その他 せいりょう園入所2名/他施設入所1名/辞退2名/死去2名



平成25年5月25日（土）木野雅之ヴァイオリンコンサート

今年でせいりょう園でのコンサートも20回を迎えました。



木野さんは、
6月1日が50歳の誕生日で演奏生活30年、日本フィルハーモニー交響楽団コンサートマスター20年と節目の年です。世界で活躍されている木野さんの奏でるヴァイオリンの音色を多くの皆様に楽しんでいただけました。

平成25年6月18日（火）【テイサービス】カキ氷

今日のおやつはかき氷です。皆さん自分の分は自分で作られていました。蜜はイチゴかメロンかそれともレモンか悩まれていました。



暑い日は冷たいカキ氷が食べたくくなります。



平成25年7月12日（金）陶芸教室【講師：喜多千景先生】



毎週金曜日に陶芸教室を開催しています。参加される方は特養やテイサービス・グループホームからと様々です。今日はカップを作りますが、皆さん手馴れた様子でろくろを回していました。出来上がった作品は先生が焼いて下さり、後日皆さんに持って帰っていただきます。





テーマ「介護技術ミニ講座

～口腔ケアについて～

せいりょう園老人介護支援センター
社会福祉士 吉田 知一

食事介護、排泄介護、入浴介護は、生活における三大介護と言われております。それ以外のケアはどうしても後回しになってしまいがちです。食べ物を自分の口で食べるという行為は、生きる為に必要な行為です。それ故口の中のケアは、身体的なレベル低下と密接に関わっています。

せいりょう園では、去年からうちだ歯科医院の歯科医師、歯科衛生士の方に来ていただき口腔ケアを行っています。歯科衛生士さんの行う口腔ケアを見させていただき、現場の職員は普段の利用者の口腔ケアを行う上での参考にしています。他の専門職の方と接する中で学ばせていただいたことを今回の語ろう会で皆さんと共に語らせていただきました。

【口腔ケアの目的】

●誤嚥性肺炎の予防

日本人の死亡原因、三大疾病である悪性新生物（ガン）、心疾患、脳血管疾患に続き4位に肺炎があります。肺炎を原因とした65歳以上の死亡率が非常に高く、90歳以上では死亡原因第2位となっています。

高齢者の肺炎の多くは、誤嚥性肺炎です。誤嚥性肺炎とは、飲み込む機能が衰えてきた方が、食べ物や痰を飲み込む際に、口の中にある雑菌やウイルスと一緒に誤嚥することにより、気管や肺に入り炎症を起こすことをいいます。日常の歯磨きや入れ歯の清掃・手入れなどを行っていない場合や不十分な場合、口の中で細菌が繁殖を続けています。口の中をきれいにすることで細菌を減らし、誤嚥性肺炎のリスクを少なくすることができます。

●QOLの向上

「何でもおいしく食べられる」幸福は、健康な口腔あってこそだと思います。たとえ、歯が抜けてしまったとしても、口の中を清潔に保ち生活習慣を整えることにより、口臭予防に繋がりますし、日々の生活にもメリハリがつき社会性を保つことにも繋がります。

【入所者の口の中】

特別養護老人ホームで入所されている方の口の中は千差万別ですが、自分の歯がある方は少なく、7割ぐらいの方は歯がない、もしくは入れ歯など使用した状態で食事を摂取されています。80歳、90歳と歳を重ねると自分の歯もなくなっていくます。歯がなくなるのは、歯周病が主な原因です。歯周病とは、歯と歯茎の間に入り込んだ歯周病原菌と普段の生活習慣の問題から起きる病気です。歯と歯茎の間に溜まる歯垢（プラーク）により歯周病原菌が増殖することで歯槽膿漏や虫歯などの歯周病を引き起こします。特に歯槽膿漏は歯が抜ける大きな原因となっており、歯と歯茎の間の歯周ポケットに歯垢で増殖した歯周病菌が入り込み、歯を支える歯茎の組織を破壊し痩せて歯が抜けてしまいます。この場合、根元から抜ける方

もいらっしやれば、歯石の影響で歯自体が痩せてしまい、折れてしまう方もいらっしやいます。入所者の方の中でも後者の歯が途中で折れている方が多く見受けられます。折れ方次第では尖ったまま歯が残ってしまう方もいらっしや、歯茎を傷つけてしまう原因にもなります。また、根元の歯は残っているので折れた箇所が虫歯になることも考えられます。



【口腔ケアの方法】

入所者 50 名の方の口の中は、50 通りあり、保清の方法も 50 通りあります。それぞれの口腔の環境に合った保清の方法を歯科衛生士の方に教わっています。

自分の歯が残っている方に対しては、歯ブラシでブラッシングを行います。ブラッシングの方法もその方の歯の形に合わせて磨き方が違います。歯と歯の間に隙間のある方や歯が折れ、くぼみが出来ている方の歯には一本ブラシといってブラシの毛が一本にまとまったものを使用しています。食物残渣物は綿棒やモアブラシという先端に丸い綿毛のような毛がついているブラシを使い取り除きます。このブラシを使い、痰を取り除くことも出来ます。また、舌に白い苔がはりついている方には、舌ブラシを使い取り除きます。歯科衛生士の方の教えを受け日々の利用者の口腔ケアを行うことで、舌に苔がついている利用者はほとんどいらっしやいません。

感想

誰もが自分の口で最後まで食べ物を食べたいという思いがあると思います。しかしながら、歳をとると共に歯が抜け形ある物を食べるのが難しくなり、次第に嚙まなくなります。または、飲み込む為の嚥下機能が低下し飲み込むことも難しくなってきます。

脳梗塞の後遺症で嚥下障害が残る場合は別にして、嚙むことと飲み込むことは、どちらが先に衰えてくるのでしょうか。嚙むことと飲み込むことは別々の機能ではありますが、筋肉の動きとしては連動しています。嚙まないと顎から喉にかけての筋肉が衰え固くなってしまい、嚥下する為の喉周りの筋肉も硬直してしまいます。つまり、嚥下機能を維持させる為には、出来るだけ「嚙む」という行為を続けることにあるようです。嚙む行為を出来るだけ長く続けるには、自分の歯を出来るだけたくさん残しておくことが必要になります。その他にも口の中のケアだけではなく、耳の下から喉にかけてマッサージを行うことで、耳下腺を刺激し唾液が出やすくなり、また、固まった筋肉をほぐすことで嚥下を促すことも効果的であることが歯科衛生士の方と関わる中で分かりました。せりょう園でも、以前から食事前の嚥下体操や食事の後の口腔ケアは行っていました。しかし、口腔の専門職である歯科衛生士の方と関わる中で、ケアを行う理由や目的が利用者によって個別に違い、その内容によってケアの方法も違うことを教わり、より専門的なケアを行うことが出来ていると感じています。

歯周病により歯が抜け「嚙む」ということが出来なくなり、口から喉にかけての筋肉が衰え嚥下機能が低下し「飲み込む」ということが出来なくなります。そして、食事を摂取出来なくなり、やがて死を迎えることが生き物にとっては自然な現象です。普段の生活の中では、死に向かって機能低下していく利用者の姿を私たちは目の当たりにしていますが、口腔ケアを通して、老化の過程で起こる「食べることができない」というメカニズムを違う視点から学ぶことが出来ました。



真宗大谷派 光念寺

本多 正尚 住職

ディサービス 谷澤 高明

先日、何気なくTVのチャンネルを回して、ある番組にふと目が留まった・・・。チャンネルを回す？古い表現ですね！今の若い人にはピンとこない表現でしょう。私の家に初めてやってきたTVの下部にはチャンネル(拳を少し小さくしたようなツマミ)が付いていて、それを回転させて番組を選択したものです。現代人は番組を変更する動作を果たして何と表現するのでしょうか？

そうでした。目に留まった番組とは、奈良の有名なお寺の僧侶11名が手分けして、東日本大震災の被災地を訪問し、被災者を対象に般若心経の写経会を開いていく内容のものでした。冒頭、その僧侶の一人が言われた言葉です。「初めて被災地を訪れた時、感極まって最初に出た言葉が『ここで生まれてなくて良かった！！』でした。30年間僧侶をやって、説法師として全国を回り、あらゆる場所で偉そうに法を説いてきた自分の第一声が『ここで生まれてなくて良かった』とは。自分で自分に仰天しました。信じられませんでした。僧侶を辞めようかと思いました」。もう一人の僧侶の話です。「何もかも無くしてしまった人が自分の前にやってくる。何も無くしていない自分に何が言えるのか、何を言ってあげたらいいのか。皆様の顔を見るのが怖かった」、と話されていた。

しかしそのうちこの真実に真正面から向き合おうと決心し、自分たちに出来ることはと、『写経会』を計画しました。般若心経276文字、写経1時間、何も考えずに一心に・・・。しかしここでも心が痛みます。『色即是空 空即是色：この世のすべては【生まれ死に】を繰り返していることが、真理であることを語っている。』を今この言葉を全てを無くしてどん底にある被災地の人たちに話

して適切なのであろうか？悩み悩みしながら続けていく中で感じ取ってきたことは、『慰めてあげることが大事なのではなく、相手の人に心にスイッチを入れられるようにしてあげることが大切なのではないかと思うようになりました』。何度となく被災地を訪れ、時には避難所で雑魚寝しながら話し合っている姿があった。願わくば、番組のためだけに続けて来たのではなく、これからも何らかの形で応援支援を続けてほしい。中途半端に辞めるのなら、しない方がよい場合だってあるのだから。

今月の仏教講話には真宗大谷派 光念寺 本多正尚ご住職に来て頂いた。ここ数日來の曇り空が一変して快晴、気温もかなり上昇していた。ニュースでは鹿児島地方の梅雨明けを報じていた。ご住職の第一声も「暑くなりましたね。これから当分の間はこう言って過ごさなければなりませんね。しかしこの部屋は涼しいですね。扉ひとつでえらいものです。地獄と極楽も扉ひとつで隔たっているんですかね。ところで今日は7月1日、『山開き』の日です。富士山も世界遺産に認められて初めての山開きで、世界遺産として最初の御来光を拝もうと沢山の登山者が訪れたらしいです。登山といえば、先日の三浦雄一郎さんのエベレスト登頂。見ているとすぐ下のベースキャンプ、テント、テント、テントの山。一人が登頂するのにどれほど大勢の人の手助けが必要なのか、大変だなと思います」。

手助け、お世話の話から『良寛さんと貞心尼(ていしんに)さん』の話に移っていく。良寛さんは60歳で隠居するが、70歳で庵を開いた。良寛さんを歌の師と仰ぐ尼僧(貞心)が最初に訪れた時から、ついには良寛さんのお世話をし、最期を

看取るまでの変遷を多くの歌を紹介しながら話された。良寛さんといえば裕福な家庭に生を受けながら、家督を弟に譲り、仏門に身を投じ、つましい生涯を送ったとされる。自らの寺を持たず、もっぱら欠けた茶碗で托鉢をして過ごした。人はとかく欠けた部分に目がいてしまい、それを捨て去ろうとする。捨て去らずとも少なくとも使用しなくなりがちである。しかし良寛さんから見れば、欠けていようが本来の役目を果たせば、それで十分である。欠点ばかりを見て嘆いていないでモノ本来のあるべき姿をよく見なさいということか。

紹介頂いた歌の中から特に心に残った歌を挙げた。貞心尼が良寛さんに初めて会った時、夢ではないかという喜びを詠んだ歌。

君にかく あひ見ることの 嬉しさも
まださめやらぬ 夢かと思ふ(貞心尼)

良寛さんが貞心尼への想いを高め、なかなか訪れてこない尼僧を想う歌。

天が下に みつる玉より 黄金より

春のはじめの 君がおとづれ (良寛)

良寛さんが貞心尼さんに贈った句。今までもよい所、悪い所全てを包み隠すことなくさらけ出して貴女と付き合ってきました。

良いところばかりをみせてはいられません。

うらを見せ おもてを見せて

散るもみじ (良寛)

良寛さんの辞世の句とされる歌。

形見とて 何か残さむ 春は花

夏ほととぎす 秋はもみじ葉 (良寛)

以前聞いたことのある良寛さんの辞世の句。

散る桜 残る桜も 散る桜 (良寛)

良寛さんが貞心尼さんの訪れを今か今かと心を悩ませながら待ちこがれたところから、ご住職は「『心待ち』することがあることは大変良いことです。充実した日々を送ることに心がけましょう。忙しいからという一言で済ましてしまいがちですが、『忙しい』とは、心(心)を亡くすという事です。次の世代にしっかりと大切なことを引き継ぐことができましたか。皆さんの毎日毎日が手を合わせることのできる日であるように願います」と、講話を終えられた。ありがとうございました。

これからが夏本番です。水分をこまめにとり、無理せず休みを取って乗り切りましょう。8月は仏教講話お休みです。次回は9月2日の予定です。

【せいりょう園空き情報 平成25年7月16日現在】

- ①ケアハウス：2室 (バス・トイレ・キッチン付24㎡)
- ②グループホーム：空きなし
- ③グループホームまどか：空きなし
- ④サービス付き高齢者向け住宅「リバティかこがわ」：1室
- ⑤サービス付き高齢者向け住宅「自愛の家さくら」H25年10月竣工予定
入居予約受付中 ※ご夫婦でも入居できますのでご相談ください。



【他ケアハウス空き情報】

- | | | | |
|------------|---------|------------|---------|
| ○恵泉 | ：1人部屋若干 | ○第二ケアハウス恵泉 | ：1人部屋若干 |
| | ：2人部屋若干 | ○むれさき苑 | ：1人部屋1室 |
| ○サリットひまわり園 | ：1人部屋1室 | ○青山苑 | ：1人部屋2室 |
| ○めぐみ苑 | ：1人部屋1室 | | ：2人部屋3室 |
| ○ネバーランド | ：1人部屋1室 | ○キャッシル真和 | ：1人部屋1室 |
| | ：2人部屋2室 | | |

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