

せいりよう園

[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よう園

〒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 3月 第193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>

失う力がバトンに換わり

—老いては『実りと種』を蒔いてバトンタッチ完了—

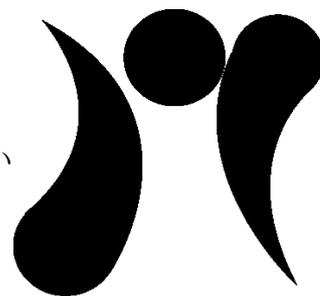
今、社会福祉法人改革の時に当たり、そして団塊世代が老いの準備に取り掛かる時に当たり、高齢者の暮らしと幼児保育や学童保育・障害者支援との接点を、地域社会の中で大きく広げる必要性を、強く感じています。

老いは自然の摂理です。全ての人必ず老い、力を失い、吾身を他者に委ねて、人生を締め括ります。老いて力を失う吾身を他者に委ねて暮らすには、其れなりの『覚悟』と他者への『信頼』が必要です。その覚悟と信頼を支えるのは、老いて尽きる命を『受容する心』と老いる吾身への『誇り』です。

生殖機能を失った後も永く、自然の一員・社会の一員として多様な変化に柔軟に応じて生きて来た人間の『本能と社会性』は、やがて『老いを実感』し『死を予感』する時期を迎え、老いて尽きる吾身を仲間に委ねて、穏やかに『終焉』を待ちます。穏やかに迎える『最期』と『死に顔』が、遺伝子では伝えられない、人間のみが有する『思想や人間性・社会性』を次の世代に伝える、重要な役割を果たします。自然環境が多様に変化する中で、『社会を構成』して柔軟に生き抜く、人間のみが持つ『思想と社会性』を子供達が受継ぎ、人間社会のみが創り上げた『文化や文明』・『科学や芸術』を引継ぎ発展させるのです。人が仲間に委ねる『老いて尽きる命』には、遺伝子では引継げない、『社会を構成して生きる人間の感性と叡智』が潜んでおり、老人が自らの命と引き換えに、子供達にバトンタッチをするのです。老いる吾身の覚悟と誇りが宿る暮らしを委ね、『命より大切なもの』を秘めたバトンを、次の世代に引継ぐのです。

しかしこの40年間、生れる子供の数が減り続けています。生れた子供達には、多様に生きる本能や柔軟な社会性が希薄です。老人から子供へのバトンタッチが上手く成立していない様に思え、超少子の社会の先行きには、明るさが見えません。

(次ページへつづく)



(前ページのつづき)

世界の先進国は、社会の高齢化と介護の長期化に直面し、老いて尽きる命を支えて、老人から子供へのバトンタッチを上手く成立させる為の『施策』の必要性に迫られました。老いに連れて人は、病気や障害とも縁が切れずに適度に付き合い、死も視野に入れながら暮らさざるを得なくなります。老いは必然的に、病気・障害・死の『受容』を求めるのです。そして、高齢化の進展に連れて人々の意識に変化が生じ、欧米諸国では『ノーマライゼーション』と『QOLの尊重』が社会生活上の理念とされました。老いて病気になり、障害を持つ身になっても、社会の一員として、人生の主役として、「普通に暮らす」事を大切に、「命の長さ」と対比して『命の質・生活の質』を計る物差しを重要視するのです。そして、『地域社会』の一員として『生活の中』でバトンタッチを行う為に、『コミュニティケア』を施策の中心に据えました。

日本も其れと同じ理念を基に、公的社会保険として施策を立案し、出来上がった介護保険は、『予防』を重視する制度でした。老いて予防を強く願う時、人は不断の健康を望み、延命を期待します。『予防重視』の下で人々の心は「命の長さ」を重要視し、『老いて尽きる命の役割』を視野に入れませんでした。多くの人が「老いても健康でこそ幸せ」と信じて、「アンチエイジング」「ピンピンコロリ」が世間の常識となり、要介護にならないように、重度化しないように、事故が起きないように、とあらゆる場面で「保護と管理と安全」が優先され、『老いによる病気や障害・死の受容』が出来ません。「老いと死」を受容できぬ人にとっては、「老いて尽きる命」の「役割」はもとより、「誇り」を持ち、「覚悟」する意識が育たず、『命の質・生活の質』を計る物差しを確立出来ません。即ち其れは、バトンタッチに際して『引継ぐバトン』を持ち合せない事になります。2000年に介護保険が始まって十数年が経ち、『少子化』の傾向に一層拍車が掛かり、昨年の出生児数は初めて100万人を割り込みました。しかし世間では、老人から子供へのバトンタッチが視野に入らず、老いて尚、健康で長生きを望む『個人的健康願望』最優先の施策を推し進めます。健康体操・健康サプリメントが人気を集め、ピンピン生きる事が最善の目標です。老いに伴う変化を柔軟に受容れる『本能と思想・社会性』が深まらず、多くの高齢者が『バトン』を用意せずに『病院で最期』を迎えます。アンチエイジングの努力の中で、要介護になってしまった人を『共に暮らす仲間』として受容れず、『自然の摂理』としての死が、『避けるべき』最大のリスクになっています。多くの人が『実りの無い挑戦』に励んで本能を忘れ、手渡すバトンを用意しないのです。

2025年には団塊世代の全員が後期高齢期を迎え、『超高齢・超多死』の社会に入ります。団塊の一員としては其れまでに、『誰もが子供達に手渡すバトンを用意する社会』に変えておきたい、と切に願います。

高齢者が『人生を締め括る』場面には、地域社会の一員として、生活者として、大きな『使命』が潜んでいます。人は『老いて要介護』になり、力を失う吾身を委ねて、バトンを手渡すのです。その身を委ねる信頼に対して、礼儀をわきまえ、充分に応え得る力を蓄えた社会であり介護職でありたい、と念じます。全ての高齢者が、『豊かな実りを子供達に手渡し、種を蒔いて、人生を締め括って欲しい』と願い、バトンタッチを支える重要な役割を担う介護職であり、介護現場でありたいと願い、『新たな接点創り』を始めます。

多くの皆様方のご協力を心よりお願い致します。

研修報告

「自然死のすすめ」

～避けよう“延命治療”と“延命介護”～



ユニット型特養 介護福祉士 高瀬 美咲

平成29年2月15日に行われた「終末期ケアフォーラム」に参加しました。

講師は、社会福祉法人「同和園」附属診療所長 中村 仁一氏です。

終末期ケアについての講義を受け、多くの人が自分の最期について真剣に考えて、自分らしく生きたい、穏やかな最期を迎えるにはどうしたらいいのか、老いや死について避けるのではなく、積極的に向き合うことの大切さを学びました。

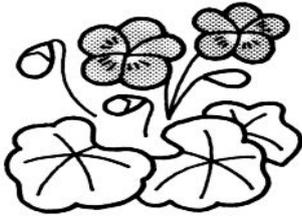
老いや死について考えた時、不安や葛藤を感じたり苦しいイメージを思い浮かべると思います。これまで沢山の入居者の看取りに携わらせていただきましたが、苦痛を感じる様子はなく、皆さん穏やかな優しい表情で眠っているかのように息をひきとられています。私も、せいりょう園に来るまでは自然な最期がこんなにも穏やかであると知りませんでした。

現在は医療技術の発達によって、さまざまな延命治療が生まれ、そのことが却って本人や家族を悩ませることになっているのでは、と思います。又、食事介助は延命介助の始まりとも言われ、本人の拒否や疲れた表情に対して無理に勧める食事介助は、延命介護に繋がります。1日でも長く生きてほしいと誰もが思いますが、「延命」は家族の自己満足かもしれません。医療処置や介護行為が本当に本人の為になっているのか、「人」を考えることが大切です。健康である今「死」を視野に入れて家族と話し合い、自分の人生を振り返って、これからどう生きるべきか。いま何を大事にするのか。具体的に書いてみて、1年ごとに振り返ることで後悔が少なくなり、身内に本当の死が来たときにも延命に走らず、無理しないで受け容れる事が出来ると講師の方も言われました。

私も家族や親族と集まる機会があったので、終末期ケアについて話し合うことが出来ました。意見としては本人も家族も苦しむようなことはしたくない。薬や医療機器に頼りたくない。食事が食べられなくなったら管を繋げるのではなく、無理な延命はしたくない、最期まで人間らしく尊厳を持って接してほしい、と話がありました。

昨年に祖父が亡くなりました。両親は亡くなる1年前からエンディングノートを渡していたそうです。しかし祖父は老いや死に対して受け容れることや考えることはなかったのか、一度も書くことはありませんでした。大工仕事をしていた祖父は自分で建てた家で過ごしてきたこともあり、お互いに話をして向き合っていれば、最期は病院ではなく自宅で看取することも出来たのでは・・・と今になって思います。

祖父や入居者の看取りを経験して、生きてきた人が老いる姿、亡くなる姿を見せてくれる大事な役割であると知っている私達が、周りの人達に繰り返し伝え、繋げていきたいと思えます。そして私も最期は延命治療を受け続けて亡くなるよりも、自然な形で家族に見守られながら亡くなるのが理想です。



グループホームより

介護福祉士 森本まゆみ

この仕事を始めようと思ったのには理由があります。今から16～17年前に私は入院しました。その時に、同じ病室に85才のAさんが居られました。その方は末期のガンであるにも関わらず、とても気丈な方で、身の回りの事は御自身で行っていました。しかし私は、動くAさんの姿を、痛々しくて見ていただけませんでした。Aさんのお手伝いをするようになり、話し好きのAさんが寝つくまで話し相手にもなっていました。私にとって、お手伝いする事が心地良かったのです。

この話には続きがあります。Aさんは私が退院した翌日にICUに入り、その3日後に亡くなりました。ショックでした。その時、迷わず介護の仕事がしたいと思いました。しかし世の中そんなに甘くありません。全く何も知らないままに、この世界に飛び込んでしまったのです。当時、「痴呆」を「地方」と勘違いして、「遠いところ大変やなあ〜。」なんて思っていました。そんな私が、うまくいくはずがありません。勤め始めたころは、カーテンで仕切られた4人部屋が並び、介護度も重度の方々が多くいらっしやいました。備品も今のようによくはない物ではなく、布のオムツカバーに布オムツでした。替えても替えても失敗して尿漏れで衣服を汚してしまいました。そして1ヶ月も経ってないのに、1人で30人を見る夜勤を行いました。あちこちでナースコールが鳴り響き、何度も泣きながらオムツを替えていました。先輩職員からは「半年経験したら出来るようになるから、大丈夫。」と励まされ、「半年、あと半年・・・。」と数えながら仕事をしてきました。泣かずに、夜勤が出来るようになったのは、1年後でした。

その後、せいりょう園に入職して、もうすぐ10年になります。初めは、せいりょう園の理念、具体的には認知症で徘徊する人の対応は、離れたところから見守る、電子ロックによる施錠はしない、という対応についていけませんでしたが。自問自答する日が続き、「なぜ？ どうして？ 私の気持ちを分かってくれないの？」と思っていました。そんな私を主任は、いつもいつも教え諭してくれました。

そんな時、星野富弘氏の詩と出会いました。

【せいりょう園空き情報 平成29年 3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㎡) 7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㎡) 3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：空きなし
- ・グループホームまどか：空きなし

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

いのちが 一番大切だと
思っていたころ
生きるのが 苦しかった

いのちより大切なものが
あると知った日
生きているのが
嬉しかった

この詩を読んで、「これだ。こういう事だったんだ。」と思いました。

本人が選択して生きていける。自分の意思を持って生きていける。しかし、電子錠で鍵を
すると本人の意思を貫くこと、選ぶこともできません。私が認知症になった時、自分の意思
で生きる道を選びたい。そんな心境になりました。

今までじっくりこなかった事が、「最後のピース」が収まったような感じでした。そして晴
れやかな気持ちになりました。

これからは、私なりの目標・テーマを決めて、一つ一つクリアしていきたいと思います。
きっと今までのような悩みではなく、終わりのない堂々巡り、正解のない問題は多々あるで
しょうが、がんばりたいと思います。



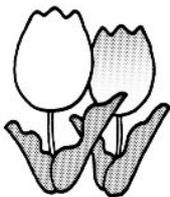
平成29年2月10日(金) 親睦会

今年の親睦会は、初めての試みでボーリング大会を開催しました。

はじめての人、ボーリングは何十年ぶりの人、「明日、足腰大丈夫かしら?」と言っている人、「今日は、がんばるぞ!」と燃えている人等が参加し、行われました。ゲームが始まると、あちこちで歓声があがったり、ハイタッチをしたり、ガーターになって悲鳴があがったり、と大いに盛り上がっていました。

普段なかなか話す機会のない人とも交流ができて、とても楽しい時間を過ごしました。

(介護相談室 木村 多恵子)



☆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」テイルーム



4月の献立予定

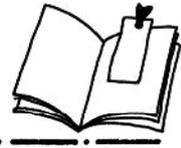
7日：お花見弁当

21日：春のお菓子

【担当】 藤本 あや (調理師・栄養士)

14日：手打ちうどん

28日：こどもの日メニュー



浄土真宗 本願寺派 寿願寺 西寺正 住職

啓蟄を過ぎ、今日は暖かく感じます。本日の仏教講話は寿願寺 西寺正ご住職です。ご住職もお話の冒頭から、「寿願寺は加古川の川の近くで 100m程行って土手を上がっていくと、ひばりのさえずりが聞こえる時もあります。今日は暖かい風が吹いています。三寒四温が続いていますが、段々と暖かくなってくるでしょう。」と皆さんに穏やかに語りかけて下さいました。

「せいりょう園にお話しに来させて頂くのは今日で3回目です。来るにあたって嬉しい事が3つあります。一つは光念寺の本多住職から電話があり、せいりょう園へ仏教講話に行ってくださいかと呼びかけられた事、呼びかけがあると嬉しいですね。もう一つはせいりょう園から毎月1回お便り(機関紙)を頂きます。そのお便りを見るのも楽しみです。便り=頼りになるという事で嬉しい事です。私は昔、中学校の先生をしておりました。教師になりたての頃に家庭訪問すると、『前の先生と比べると頼りない。』と言われました。前の人と比べると頼りない、その意味がしばらくすると分かりました。前の先生は丁寧に生徒のお家に便りを出していた、嬉しいですね。便りがないのは頼りないんだなあと思いました。三つ目にここで話した事を3月号で便りに入れてもらえる、自分が言った話がここで完結しないで広がっていく、それが喜びです。

今日久しぶりにここに来させてもらいました。1日は長いけれど、1年は早いですね。もう3月3日も過ぎて、ここにはおひな飾りの季節感がありました。これからお寺は月々に行事があります。私は浄土真宗ですのでその度にナムマイダブツと手を合わせて拝みます。ナムマイダって何ですか?南無阿弥陀仏と書きますね。」と話され、本にある話をして下さいました。



平成29年3月3日(金) 園児との交流



日岡保育園の5歳児の子供達が、この寒さに負けず裸足でたくましい姿を見せに来てくれました。

元気いっぱいの歌声がひびきわたり、お年寄りはその一生懸命な姿に感動して自然と涙があふれ、「こんな頃もあったんだ。」と想い返す人もいました。

子供達が一人一人のお年寄りの前に立って、一緒に歌をうたい、「元気で過ごしてね。」と小さな手と「これから小学1年生、頑張るね。」と温かい手で握手して、すてきな交流会となりました。

(支援センター 福田 真希)

「本を書かれた松尾剛次さんは、少年の頃に両親が仏壇の前で『ナムマイダ』と唱えるのを聞いて、何だろうと思い尋ねたところ両親も説明出来なかったそうです。しかし、食事の作法で『いただきます』『ごちそうさまでした』と手を合わせて言いますね。小さい頃から言ってますよね。それと同じで昔から唱えているので、自然と理解していったのでしょうか。」また、今東光さんの書かれた『仏教入門』の話に触れながら、話を続けて下さいました。

「よくテレビでホームドラマの食事のシーンが出て来ますね。『頂きます』と手を合わせています。ご馳走を作って、頂いた由来に手を合わせて食べます。そういう観点から見て、今、食事の場面を見ますとおもしろいですね。食事の前に『頂きます』。終わった後は『ご馳走様でした』と言うのは、仏教の教えに従っている、豊かな人生を歩んでいる姿に見えます。

仏教を始めた人はお釈迦様です。お釈迦様は右手を天に向け、左手を下に向けておられますね。」そこで参加者から『天上天下唯我独尊』と声があがりました。皆様は小さい頃から言って聞かされて来られたのでしょうか。

「そうですね。お釈迦様は花畑でお生まれになり、4方向に向けて7歩歩いて、右手を上左手を下に向けて、『世の中は苦しみに満ちている。しかし、私がこれを安んぜよう』と言われました。お釈迦様は80歳で亡くなりましたが、国中を回ってその教えを説いていきました。」その後、『おしゃかさまとはなまつり』という本を読んで下さいました。

「4月8日、お釈迦様がお生まれになった日に『花まつり』としてお祝いします。皆様も毎日のようにどなたかのお誕生日があると思います。一日一日ご縁を頂いて大切に生き、何かあれば『ナムマイダ』と手を合わせて、拜んで頂ければいいなと思います。そして、一日一日貴重な毎日を送って頂きたいと思います。」とご講話が終わりました。また、「4回目の私の訪問があれば嬉しいと思います。」とも言っていました。

4回目、5回目・・・と、これからもお話しに来て頂きたいと思います。

今日は本当にありがとうございました。

小規模多機能居宅介護「輝きの家 ながすな」より

～サービス評価を受けて～

これまで自施設のサービス評価を、外部に委託して行ってきましたが、今回初めてサービス評価を自施設で行いました。

そこでは、日頃から行っているケアを振り返ることが出来ました。小規模職員全員で自己評価を行い、その後、運営推進委員と地域包括職員、利用者家族、介護保険課職員で小規模のサービス内容について話し合いました。

その中で感じたことは、小規模多機能の認知度が低い事でした。外部評価の際、初めてこのサービスを知ったと言う方もいらっしゃいました。「運営推進会議」や「介護についてみんなで語ろう会」等、地域へ発信していく場でのアピールが必要だと改めて感じました。今後、小規模多機能のサービスを身近に感じてもらい、サービスを展開出来るようにしていければと思います。

(介護主任 川崎 賢一)

介護についてみんなで語ろう会（2月24日）

「本人の力を生かした介助方法」

ケアハウス 介護福祉士 山田麻由美



2月の語ろう会では、今年度で3回目の介護技術講習会を行いました。テーマは「本人の力を生かした介助方法」です。

まずは参加して下さっている地域の方々に、介護職員を椅子から立ち上がらせてもらいました。その時、職員の手を上を引っ張り上げようとして、介助者が腰を反らして、力が入ってしまい、うまく立たせることが出来ない方が何人かいらっしゃいました。

人が椅子から立ち上がる時、頭を前方に出しながら下から上へと上がります。介助をする際は、この体の動きを利用して行います。「立ち上がりますが、いいですか？」などと声をかけする事で、介助される方に次の動作に移ってもらえるように心の準備をしていただく事も大切です。

また立ち上がってもらう際には、相手との適度な距離が必要になります。介助者が前に近づきすぎると邪魔になり立ち上がりしがづらいのです。まるで目の前に壁があるような感じになります。

説明後、再度立ち上がり介助の動作をしていただくと、地域の方々は無理な体制でなく、余分な力を使わないで、職員をスムーズに立ち上がらせていました。「説明を聞いて、『なるほど』と思った。」「立ってもらうから、両手を上に挙げようとしたけど、間違いやった。」など様々な感想を聞きました。

床からの立ち上がりには、楽に行える方法を考えます。足を投げ出して床に座った状態から、身体を横にねじって両手を床につけます。四つん這いになり、片膝ずつ上げて立ち、ゆっくり上体を起こします。膝の痛い方は台になる物を支えにすると立ち上がりやすいです。車椅子や椅子、ベッド柵や壁などを利用して良いかもしれません。

今回の語ろう会では、地域の方々と職員がペアになって介助の動作を実際に行いました。参加者の中には家での介護経験があり、様々な質問が飛び交います。ベッドから車イスへの移乗の際、奥さんが主人を介護するから、「重い人を動かす方法を知りたい。」「ちょっとでも

楽な方法を・・・。1日に何度もするから・・・。」との声もあり、スライディングボードなどの道具を使う方法も実演しました。

在宅の介護では、皆さん様々な工夫をされており、職員も新たな発見があります。それを受け止めて、さらなる発信をしていけるように研鑽に努めようと思います。「介護についてみんなで語ろう会」は、毎月第4金曜日の14時～15時、リバティかこがわ2階で行っています。皆様の参加をお待ちしています。

