

# 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30年3月 第205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>

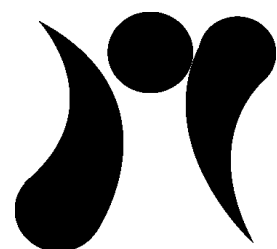
## 地方創生の道を拓く介護現場と交通まちづくり

2018年2月7日の朝日新聞朝刊コラム『リレーおびにおん』「クルマの世紀 [7]」に、京都大学教授・藤井聡さんの『地方疲弊の原因 制御が必要』との意見が載っています。「全国の地方都市が悩んでいるのが中心市街地の空洞化です。かつては規制されていた大型ショッピングセンター（SC）が郊外につくられ、人々はクルマで出かけていく。中心部は衰退してシャッター商店街と化し、鉄道やバスなどの公共交通機関に大きな打撃を与えました。クルマは、ある水準まで拡大すると他の交通手段を駆逐し、多様性を失わせる傾向があります。」「都市は駅や港、城などの点を中心として、施設や人が集積する効果で競争力を保っています。中心にはにぎわいがあり、人々が交流する公共空間がある。それは人間が人間であるために、必ず求められるものです。しかし、郊外はべたっと広がる面ですから、中心にはなりえない。地方都市の郊外化は競争力を失わせ、東京など大都市への人口移動を促します。」

「また、私の研究室の調査によれば、全国チェーンの大型SCで生鮮食料品を買うと、出費の8～9割が地域の外へ流れていきます。日本中、世界中から商品を集めているからです。一方、地元商店街はその地域から仕入れる比率が高く、5～6割は地域に還元される。言い換えれば、全国チェーンの大型SCはお金を吸い上げ、地方経済を疲弊させていくシステムです。」

正に「我が町・加古川」の現状です。かつては旧山陽道の「宿場町」として賑わい、旧国鉄加古川駅に直結する「寺家町商店街」として繁盛した街も、今は見る影も無く、駅に近くて便利な住宅地です。市全体としてはスーパーとコンビニが多くて便利な生活域ではありますが、老舗商店や市場が閉店して中心市街地と地場産業の衰退が進んでいます。姫路に10分、神戸に30分、大阪に50分の通勤圏に位置し、市民の多くが姫路・神戸・大阪に出かけて、人間が人間である為に必要な公共空間を見い出して交流し、人間としての心を養っているのでしょうか？

(次ページに続く)



(前ページの続き)

最近、日本全国で認知症高齢者の自動車事故が大きな問題とされ、高齢者に対して運転免許証の返納を迫る傾向が強まっています。しかし、過疎化の進む地方都市ほど公共交通機関が無く、足腰の弱った高齢者ほどクルマが日々の暮らしを支えます。クルマに頼らない暮らしを取り戻す工夫と同時に、クルマ頼りにならない「街づくり」への工夫が重要です。

藤井氏は最後に「言うまでもなく、クルマ産業は日本社会にとって最後の頼みの綱です。また、高速道路はトラック輸送のために必要です。ただ、それは物流を支えるものであり、「人流」までクルマが担うべきとは限りません。クルマの利用をかしこく制御する「交通まちづくり」こそが、地方をよみがえらせることができると考えています。」と締め括ります。

戦後の日本を「物流」が大きく変えました。アメリカ流の大型SCとコンビニが日本に持ち込まれて地元商店街の疲弊と同時に歴史的背景が忘れ去られ、地域に根付いた文化や歴史が壊れ始めています。古代より海路・陸路の交通要地で、加古川に土手が無い千年以上も前の頃、大和朝廷の隆盛に伴い川を渡る為に今の野口町に造られた『加古の駅家』が寺家町商店街の起源です。その後、西国街道が整備され、河川敷内に土手が築かれて今の寺家町・本町周辺が「宿場町」として賑わったのです。今その歴史が見えなくなっています。

市内全域に多くのスーパーやコンビニがあり、クルマで回れば便利ですが、人と人の交流が希薄な町にも成りました。核家族化とクルマ社会と目先の利便性が、千年以上も続く「街と文化と歴史」を壊しています。広大な砂漠や荒野を開発して街を創ったアメリカ流の都市開発は建国2百年余と歴史が浅く、5百年～千年の歴史を持つ日本の街づくりには適さないと考えます。スーパーやコンビニを核とする街が5百年～千年と続くはずもなく、「地産地消」や「文化と歴史」とも共存する「多様な街づくり」が求められます。

人は、社会を構成して生きる為に必要な「社会性」を「老いて逝く身」を後輩達に委ねて引継いで来ました。「老いと死」に寄り添う介護は、死後にも続く関係性を通して、人間が人間であるために求められる社会性を育む、『創造的』な営みです。しかし介護保険制度は介護予防と健康寿命を重要視して、健康で長生きしてピンピン・コロリが老いの理想と言います。しかしピンピン・コロリでは、人間のみが持つ「思想や人間性・社会性」を後輩達が育む為に必要な「死後にも続く関係性」が希薄です。「人間が人間である為の営み」を疎かにする制度の下で、「少子化」が急速に進行している様に思います。

今こそ、地方都市の中心市街地で藤井教授提案の「交通まちづくり」を実践して人々が交流する公共空間を取り戻し、同時に「地産地消」の経済循環を取り戻す為の工夫が必要です。地域社会が育んできた「文化と歴史」を引継ぐ街でこそ、人間が人間であるために求められる人々の交流がよみがえり、豊かな社会性を育むのです。其れは「老いと死」に寄り添う介護が育む社会性と同質の「子を産み育てる喜び」をよみがえらせる可能性を秘めた、「多様で柔軟で創造性豊かな関係性」を生み出すもの、と期待します。

「交通まちづくり」と「高齢者介護」を出発点として、地方創生の道を2つの方向から同時に進めたいと願います。地域社会と介護現場の「多様で柔軟な創意と工夫」が地方の街を、文化を、よみがえらせるのです。

## 職業人と語ろう

野口南小学校：平成 29 年 1 月 28 日（火）

野口小学校：平成 29 年 1 月 5 日（火）

地域密着型特養 田中 慎也

（介護福祉士）



「職業人と語ろう」とは、野口小学校・野口南小学校の6年生の総合的な学習の時間に行われた授業です。さまざまな職種が、次世代を担う子供たちに向けて「仕事」や「生き方」についての考え・経験談をし、子供たちに職業観や将来のビジョンをもってもらい、現実味をもって自分自身の将来を考えるきっかけづくりを目的に行われています。せいりょう園は昨年引き続き、この授業に介護の職業人講師として参加させていただきました。

「介護職」とはどのような職業かということ、自分たちの言葉で伝えてきました。言葉だけでは小学生の集中力が途切れてしまうのではと考えて、フォトジャーナリスト國森康弘さんの看取りの写真絵本『いのちつぐ「みとりびと」』と、自分たちで作成した表を使って話をしました。また、今回は施設看護師も参加し、「介護職」だけでなく「施設での看護師の役割」についても話をしました。

9月から何度も集まりどのような内容にするのか？と話し合いを行いました。対象となる小学生には、普段私たちが使っている言葉や単語は難しく、理解できない言葉があります。その言葉をわかりやすくするには、どのような言葉を使えばよいかと悩みました。例えば、せいりょう園内にある「事業所」の話をする時に、「事業所」という言葉は私たちの会話の中では普通に使っています。しかし小学生を相手にすると、その言葉が通じない可能性があり、どのような言葉を用いると伝わるのかと考えました。実際に話をしたときには「いろいろな場所」という表現にしました。言葉で伝えることの難しさを痛感しました。

野口南小学校では、緊張もあり言葉につまってしまい、用意した原稿を何度も見て話をしました。こちらからの一方的な話にならないように質問を投げかけたのですが、自分自身の原稿を進めることに気をとられ、子どもたちから返答をもらってもうまく話を広げることができませんでした。終わってからの反省会で「もっと会話を楽しんでよかったかな」と少し後悔しました。再挑戦という気持ちで、野口小学校では原稿を見ずに話をすると決めていました。私が伝えたい事をうまく話せた、という実感はありません。言葉が出てこず、言葉につまり考えこむこともたくさんありました。しかし質問に対しては、小学生と楽しく話げできたと感じています。

いろいろな職業の方が参加する中で、消防士・自衛隊は恰好よく見え、看護師はドラマやドキュメンタリーによく出てきて、どのような仕事をしているかすぐにわかります。一般的に「介護」ときくと、おじいちゃん・おばあちゃんの世話をしているだけ、「きつい・汚い・給料が安い」という3Kがイメージしやすいと思います。ですが、現場で働く私たちはそのイメージではなく、お年寄りと一緒に過ごす時間がすごく楽しく、たわいもない話で笑ったりすることや、その人が歩んできた生活の話を聞くことは、私にとってとても有意義であることを話しました。今回、話を聞きに来てくれた小学生の心に少しでも残って、将来に繋がってくれればと思います。

先輩職員にアドバイスを頂き、参加したメンバーで試行錯誤しながら内容を考え作り上げたことは、私自身の成長にもつながりました。人前に立って話をすることは、とても難しく緊張しますが良い経験となりました。



## Hさんの看取り ～「食べる」ことへの関わりをとおして～

訪問看護ステーション 藤井 知子  
(看護師)

Hさんとの関わりの中でもっとも印象に残っていることは「食べる」ということです。自力摂取が難しくなり、嚥下困難もありました。発語や意思表示が少ない中で御本人の気持ちはどうなんだろうということを考えながらの食事介助でした。何が食べたいのか、この味は好きなのか嫌いなのか、食べたいのか食べたくないのか、おなかがいっぱいなのか等、本当の気持ちはどうなんだろう。関わりを続けていると言葉としての意思表示はなくても、口の開け方、飲み込み具合、表情等で御本人の気持ちを少しずつですが感じることができるようになりました。食べたくないときは鼻の下に縦皺ができるほど固く口を閉ざしていましたし、そっぽを向いている時もありました。嫌いなものが口に入るといつまでも口の中にあり、最後には口から流れ出ていました。好きな味の時は少し口を開け、吸い込むように食べており嚥下も比較的良好でした。

嫌いなものは食べにくく、好きなものは食べる。食べたくないときもある。これは当たり前前のことです。しかし、介助していると食事を食べてほしいという介助者側の思いが先行してしまい、御本人の嗜好・気持ちが二の次になっていることがあります。食べるのは御本人です。しっかり観察し、少しでも御本人の気持ちに近づけたらと思います。そのためには、日頃から好きなものをリサーチしておくことは大切です。Hさんはキザミ食で

水分にはトロミをつけていましたが、娘さんが持参される大好物のマグロの刺身はそのまま食べていました。大好きな日本酒（三重県の地酒：御山杉・みやますぎ）も飲みながら。お酒にはトロミはついていませんでした。Hさんに限らず、提供している食事が食べられないときでも、好きなものだと食事形態が違っていても食べられることがあります。

サービス付き高齢者向け住宅では看護師の関わりは少なく、ヘルパーの関わりが中心となっています。嚥下困難のある方に食事介助をしているとむせることがあり、喉のあたりでゴロゴロいうこと（ゴロ音）があります。Hさんもそうでした。そのような時には吸引という選択もあるかもしれませんが、医療行為なのでヘルパーはできません。そうした中で何ができるかを考えなければなりません。むせやゴロ音があった時点で食事を中止し、口腔ケアを行ったうえで体を横に向いていただき様子を見ていました。そうすることでしばらくするとゴロ音は改善していることが多くありました。

「食べる」という欲求にいかに対応していくのか、本人の希望・家族の希望・体調等様々なことがあり正解が何なのかとも思いますが、状態の観察や情報収集と的確な判断を行うとともに、職員間での共通理解と連携はかせないものだとHさんとの関わりで改めて感じました。



2月14日の昼食は日本料理屋「しげ真」の大将にグループホームへ来ていただき、入居者の皆様の前でにぎり寿司を握ってもらいました。握っているところを興味津々に見ている方や「見せるより早く食べさせてほしい」と言われる方など様々でした。中には待ちきれずお寿司に手を伸ばす方もおられ、職員が「すべて出来上がってから、みなさんと揃って食べましょうね」と声をかけると、「なんでや。こういうもんは握ってもらってすぐ食べるもんや」と言われ、職員側が「確かに」と納得させられる場面もありました。他にも「昔お父さんとよくこういうところへ食べに行ったの」と昔を懐かしむ方もおられ、普段とは違った昼食を楽しんでいらっしやいました。

## Aさんの看取りを振り返って

ヘルパーステーション 一岡 久代  
(介護福祉士)

Aさんは明石で一人暮らしをされていましたが、今後の事を考えられ娘さんが住まれている加古川で、安心して暮らせる場所としてリバティかこがわに平成25年5月13日に入居されました。物静かでとてもおしゃれ、読書がお好きで、意思をしっかりと持たれた方でした。

ここでの住まいは南側にベランダ、西側に窓があり、とても明るく日差しも良いとお気に入りでした。よく「ここはいいですよ、ここに決めて良かったです」と言われていました。毎日の日課は食事を美味しく頂く為に、朝食前と夕食前に自分の体調を考えながら暑い日も寒い日も杖を突きながら散歩に行かれていました。雨の日は廊下を歩かれています。散歩から帰られた時にお会いすると「～迄行ってきました」や「散歩友達とお話しをしてきました」とよく話して下さいました。

入居後4年程は特にサービスを利用されず、定期的に娘さんと外出されたり、病院受診も娘さんと一緒に行かれたりと日々マイペースに生活を楽しまれていました。

平成29年7月頃より食堂に降りて来られるも、食事が手つかずの状態で見られることが目立つようになってきました。また、日課とされていた散歩姿も見かけることが少なくなってきました。部屋に伺い「お食事は摂られましたか？」と尋ねると「頂きました、大丈夫です」と笑顔で答えられました。その頃より横になっておられる事が多くなり、食事や水分量も少なくなってきました。8月10日に娘さんの付き添いで病院受診され、そのまま入院されることになりました。9月19日に退院されリバティかこがわに戻って来られました。「お帰りなさい」と声を掛けると「またお世話になります」と笑顔で返して下さい、とても嬉しく安心したことを思い出します。退院後車椅子での生活となり夜間もサービスを受ける必要がある為、定期巡回・随時対応型訪問介護看護に登録される事

になり、Aさんと密に関わらせていただくことになりました。Aさんの思い、娘さんの思いを汲み取り、またAさんの意思を尊重しながらケア出来たのではないかと思います。退院後の食事は娘さんが「母の好きな物を作り持参します」と言われ、毎日持って来られました。昼食は「皆さんと一緒に食べたい」とAさんの希望があり食堂で食され、前向きな様子でしたが、10月の中頃より起き上がることもしんどそうな様子で、娘さんが持参された食事でも一口程度、水分も一口がやっとの状態でした。そんな状態でも職員には何時も「ありがとうございます、大丈夫です」と感謝の言葉を掛けて下さいました。その後好きなプリンもなかなか飲み込む事ができず、水分もうけつけなくなり、日々状態の低下がみられるようになりました。背中や足を擦ることがその時にできるケアでした。死に向かう不安、怖さはあったと思いますがAさんはあるがまを受け入れられていたようで11月7日に息を引き取られました。そのお顔はとても安らかで穏やかでした。私たち職員はAさんの人生に向き合い、Aさん自身に寄り添えたかなと思います。

お花見が近いということで、ケアハウスに入居されている千阪司郎様が桜の絵を描いてくださいました。





今日は朝から低気圧の影響で激しい雨風でした。仏教講話の頃には雨も小降りになるとか望みをかけておりましたが、それもかなわない中、皆様集まって下さいました。お話は寿願寺の名前の由来や自己紹介などから始まりました。

「寿願寺の『寿』は『寿命(いのち)の寿』。『願』は私たちの『いのち』は仏さまから『願われている』という『願』、そのようなお寺の名前です。約4百年続いている友沢村のお寺です。この『せいりょう園』も30周年記念誌を出されました。その一冊目は渋谷園長様を始めとした皆様の園への思いと地域に生きる創設の由来や歴史が見事に読みとれます。二冊目には『仏教講話』のお坊さんのお話などがまとめられ、とても興味深く読ませて頂きました。続いて20年後も『50周年記念』の出版に向けた取り組みもお願いしたいです。」

ところで皆さん、最近、「おもしろい」ことありましたか?との問いかけで話は進んでいきます。幸せは面白いということではないでしょうか。私たちは幸せを求めて生きています。「おもしろい」という定義をあらためて辞書で調べますと次の3つの解説があったとお話下さいました。

- ・何か心に引かれると「おもしろいので」、続けて見たり聞いたり深めたい
- ・見どころがあって「おもしろく」感じて、更に内容を突き詰めたい心持ち
- ・可笑しい事が次から次へと起こって「おもしろくて」笑いが止まらないこと

これら面白いことに出会えると幸せですね。「面白くて、笑える」のは互いに許し合い認め合っているからこそです。笑える相手や時間があると幸せですね。

ここからNHK朝ドラ『わろてんか』主題歌(松たか子作詞作曲の『明日はどこから』)を聞かせて頂き、ご住職の息子さんの話をされました。

お二人おられて、次男さんが後継者として、また長男〔西寺郷太〕さんは歌手をされていて本も出版されています。朝ドラを毎日見ていると、長男がいつか主題歌でも歌ってくれたらいいなあと思うとお話でした。

「仏教のお釈迦さまは穏やかで優しく歌うように、皆に心地よく聞こえるようにお話になりましたと「お経」に書かれています。時には「欣笑」と。

ところが私たちは面白くないことが積もるとイライラして腹が立ちます。お釈迦さまはそんな日常の不安定さの限界を超えられたご生涯でしたが、浄土真宗のご開祖の親鸞聖人は晩年の80半ばになっても『いかり、腹立ち・そねみ・ねたむ心多く、ひまなし』と書かれています。関西では腹が立つことを『業がわく・腹が煮えくり返る』と言います。『煮えかえる』のでやがて、我々凡夫の苛立ちはある時間、適切な距離を取ることで自然に冷めてくる。業というのは積み重なると業績となります。仏教の中で一番修行の業績を上げたのはお釈迦さまです。そのお釈迦さまのお悟りを目指して皆、とりわけ親鸞聖人はご修行されましたが、まさに煩惱がこの身に80半ばの臨終の極みでも、『満ち満ちて』いると吐露されました。そこで阿弥陀様と出会われました。そんな私のような凡夫こそ『生きることに願われている』と気づかれたのです。私たちの前に阿弥陀さまが居て下さり、『(念仏を唱えて) この道を来い』と。またお釈迦さまは私たち凡夫の歩み、目標に向かう私の背中を励まし見守り、常にたゆまず幸せの方向に押しして下さいます。如来の励ましに気づかれたのです。」

最後にご住職は京都での教職時代の播州弁の思い出を語られました。生徒の窓ガラス破損事件のことです。その頃担任をしていた生徒同士のもめごとでガラスがガチャンと割れました。とっさに生徒に向かって播州弁で矢継ぎ早に質問されました。「ガラスめんだんか？べっちょ・ないか？ごう・わいたんか？」その意味は生徒が・ガラスを割る・別条（けが）ないか・腹立たしい〔業（ごう）を煮やしたのか〕との意味でしたが、京都の子どもには即、通じなかった思い出だそうです。

「業（ごう）は仏教では『過去から現在の環境（ご縁）を決定して将来の在り方を決める（善悪の）行為』と言われています。これらの方言は播磨地方独特の日常に生きる仏教の智慧の『残したい方言』です。たとえ、業がわいてもこれも仏に出会うご縁だと、受け止めたいものですね。」と話されご講話が終わりました。

悪天候の中、お越し下さいましてありがとうございました。引き込まれるようにお話が終わりました。次回は後継住職となられたご子息のことも聞かせて頂きたいと思っています。

（介護支援専門員：岡村 照代）

## 地域密着型特養より

長谷川 奈緒子（介護福祉士）

私は小さい頃、祖父母と同居しており、家にはいつも祖父母の友達のおじいちゃん、おばあちゃん達が集まり、私の周りにはいつもたくさんのおじいちゃん、おばあちゃんがいるのが当たり前でした。大好きな祖父母が亡くなった時、私は小学生でしたがとても悲しかったのと同時に「もっと何かしてあげられることがあったのではないか」と幼いながらに考えていました。中学生の頃から将来お年寄りと関わる仕事がしたいと思うようになり、福祉の専門学校を卒業後、6年間尼崎の特別養護老人ホームで介護職をしていました。そこは新設の施設で毎日慌ただしく、ただただ業務をこなすのに精一杯で思い描いていた理想と現実のギャップに戸惑うことが多かった様に思います。

その後、結婚を機に退職し専業主婦をしていましたが、子育てが少し落ち着き、時間ができる様になってから「もう一度働きたい。働くなればやっぱり特別養護老人ホームで働きたい」という思いがあり、短時間ですがせいりょう園で非常勤として働かせて頂いております。10年ものブランクがあり、初めは本当に働いていけるのかとても不安でしたが、先輩職員が優しく丁寧な指導して下さい、働きだしてから約3年が経とうとしています。

せいりょう園と以前勤務していた特別養護老人ホームの大きく違う所は「看取り」があることです。13年も前の事なので現在は分かりませんが、当時は利用者に体調の変化があると病院へ入院し、そのまま亡くられる方がほとんどでした。せいりょう園で働くまで看取りとはどういうものなのか考えたこともありませんでした。働いてから何人もの利用者が亡くられるのを見てきました。今までお元気だった方が徐々に食事が摂れなくなり、水分も摂れなくなる…そんな姿を初めて目の当たりにした時、私は本当に辛く、どう対応したらいいのか、どんな声かけをしたらいいのか戸惑うのと同時に、お年寄りの自然な最期がこんなにも穏やかなんだと初めて知ることができました。

また、介護職は利用者のターミナルケアに立ち会える特別な仕事なんだと思える様になりました。介護の現場に戻って来ることができて本当に良かったです。これからも頑張っていきたいです。



## “せいりょう園キッズクラブ” 平成30年夏休みオープン!

せいりょう園では、小学生を対象に「生活と遊びと学びの場」としてキッズクラブを始めます。

同じ空間でお年寄りとすれ違い何気なくふれ合う中で、子供が主体的に過ごしながら、一人ひとりと集団全体の生活を豊かにしていくために必要となる支援をします。

子供達が見知らぬお年寄りの視線を受けて過ごす経験は、豊かな人間性や社会性を育む原体験となって、子供達の人生を末永く支えるものと信じます。



開所時間：夏休み中の8時～17時（月～金）

利用料金：1日1,000円（8～12時もしくは13時～17時利用の場合は500円）

場 所：せいりょう園リバティかこがわ2F（加古川市野口町長砂95-2）

申込方法：別紙申込書をせいりょう園事務所にお持ち下さい（郵送可）

利用方法：予約制（定員20名）TEL（079）421-7156

持 ち 物：弁当（1日利用の場合）、水筒、勉強道具（宿題）等

活動内容：午前中に宿題等の勉強時間が約1時間あります。その他の時間は様々なプログラムを考えています。中には、お年寄りと同じ空間で過ごす時間を設け、世代間交流を通して子供の成長を見守ります。

### 【キッズクラブ支援員・補助員募集（夏休み期間のみ）】

①支援員：保育士又は幼稚園・小学校教諭等の資格者、子育て支援員認定・放課後児童支援の資格者（年齢不問）

②補助員：年齢・資格不問

※時間・時給等詳しくはお電話でお問い合わせ下さい。

勤務日数は相談に応じます。

せいりょう園事務所 TEL（079）421-7156



### 【せいりょう園空き情報 平成30年3月19日現在】

●サービス付き高齢者向け住宅「自愛の家さくら」

（19.1㎡：6室、20.4㎡：1室、24.7㎡：3室、25.8㎡：2室）

●サービス付き高齢者向け住宅「リバティかこがわ」

（33㎡：3室、35㎡：2室、39㎡：1室、41㎡1室）

※ご夫婦で入居できます。

●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

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

