

だんだん便り

創刊号

2017年11月10日

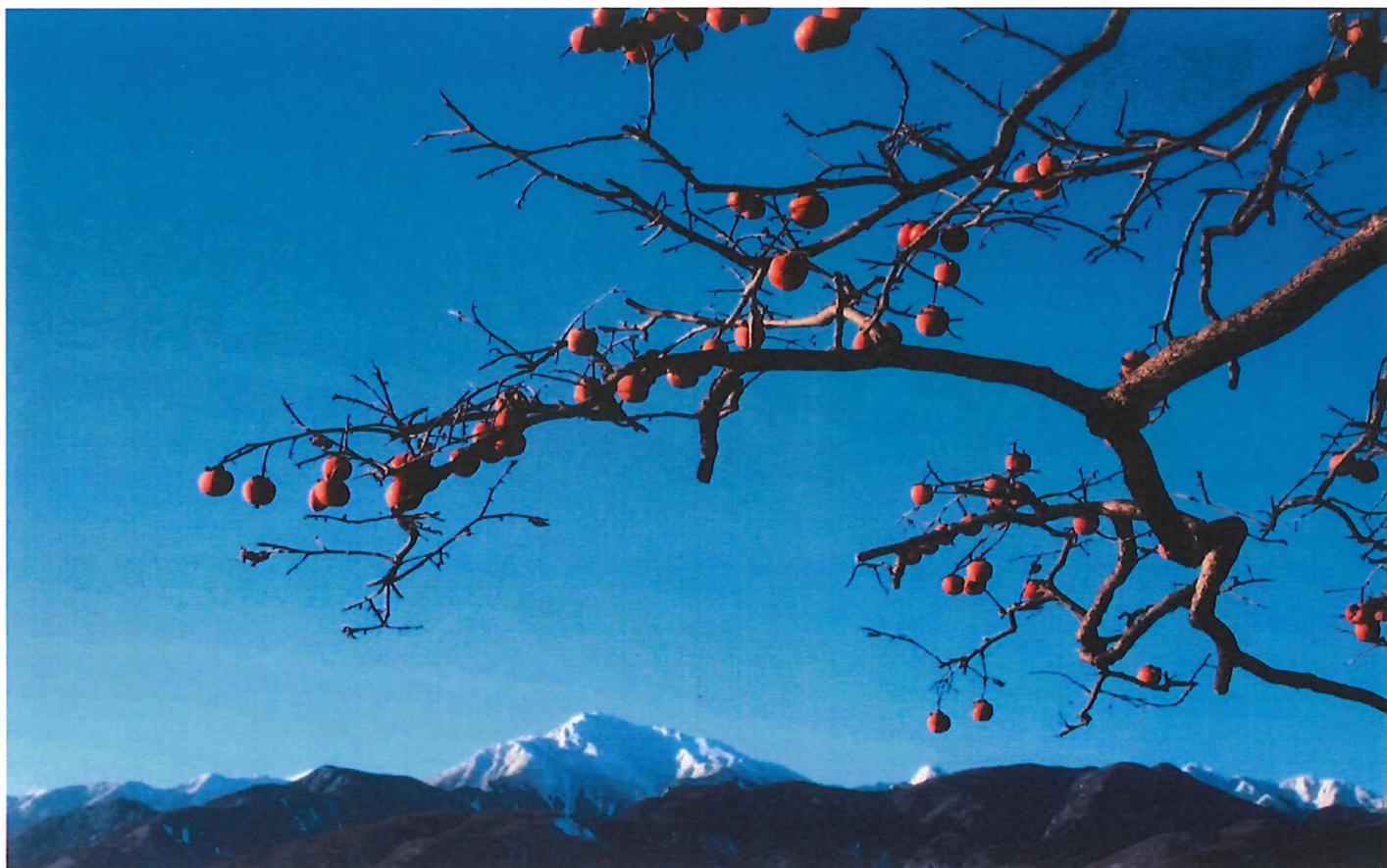
一般社団法人だんだん会

408-0035 山梨県北杜市長坂町夏秋 918-5

- ・法人本部 **0551-45-9566**
- ・地域看護センターあんあん **0551-30-7505**
- ・定期巡回てくてく24 **0551-30-7787**
- ・オレンジサロンわいわい白州・長坂 **0551-45-9566**

- ・グループホームわいわい白州 **0551-30-7566**

408-0315 山梨県北杜市白州町白須 1023



写真に寄せて

小淵沢から眺めた甲斐駒ヶ岳です。摩利支天のごつごつ感はないのですが、私はこちら側からの形もとても気に入って眺めています。

犬の散歩中に偶然見つけたポイントで、ハナ（愛犬）には待ってもらって、ちょっと気取って柿の実を入れてみました。

小淵沢在住 15年 盆出靖子氏

「だんだん便り」発行にあたって（法人本部より）

「便り」を定期発行

理事長 宮崎和加子

荘厳な山々と森と花々に恵まれた北杜市。この地で産声を上げた『一般社団法人だんだん会』。今年2017年より看護介護関連の事業を開始しています。

一年で4つもの事業を立ち上げ、何とか軌道に乗りつつあるところです。これも関係する皆様のご理解・ご協力のおかげです。ありがとうございます。

1年前は、資金0円、職員0名だっただんだん会ですが、現在は職員数22名までになりました。介護職員の人材確保の面では悩みは尽きませんが、集まってくださった職員と力を合わせて、利用者・入居者をご自分らしく生き生きとした生活・生き方ができるように頑張っていきたいと思っています。

諸活動の様子や職員の動きなどを、1カ月に1回発行を目標に、『だんだん便り』をお届けすることにしました。助言・励まし・提案などをお願いします。

だんだん会とは

北杜市で生まれ育ち住み続けている人、あるいはこの北杜の様々な面に魅力を感じて移住してきた人、北杜と縁がありこよなく愛おしいと思っている人の集団で法人を立ち上げました。この地に住む方、またこの地に惚れて身を寄せる人のために、安心して年を取り暮らし続けられる地域作りに力を注ぎたいと考えています。

定款・目的

加齢や病気・障害があっても、住み慣れた地域で自分らしく暮らし続けられる地域づくりをめざし、また、人権を尊重した良質な医療と看護・介護・福祉を実現するために、地域住民と力を合わせ住民の保健福祉の向上に寄与することを目的とする。

また、人々が豊かな自然環境の中で、心身健康に幸福を実感して生きることができることに寄与することを目的とする。

主な事業 ～実施している事業～

◆『グループホームわいわい白州』

（認知症高齢者グループホーム）

- ・木造2階建 2ユニット（入居定員数18名）
- ・2017年4月より入居開始現在満室（待機者5名）

◆『地域看護センターあんあん』

（訪問看護ステーション）

- ・2017年2月より事業開始
- ・担当する看護師は、6名（常勤換算4.5名）
- ・0歳から100歳（以上でも）まで、幅広く対応させていただきます
- ・「あ」～「ん」。「A」to「Z」
- ・どんな重度の方でも、終末期の方でもOK。

◆『定期巡回てくてく24』

（定期巡回随時対応サービス）

2017年10月より事業開始。

- ・北杜市の公募で選定されました。「地域看護センターあんあん」と一体的な運営を行います。
- ・一日複数回のご自宅への訪問で、自宅での生活を支援します。重症の一人暮らしの方でも安心して自宅での生活ができるように支援します。

◆『オレンジサロンわいわい白州・長坂』

2017年4月より実施中

- ・住民主導でいわゆる『認知症カフェ』実施。2会場で同時にスタート。合計月5回実施中。
- ・朝日新聞厚生文化事業団からの助成金を活用し、好評実施中。

私たちの目標は

地域の生活の場での

プロとして 力量のある 頼もしい

看護職と介護職の集団作り

グループホームわいわい白州

楽しく暮らしています！

ホーム長 山下健一

4月1日に入居開始となり、4月末には定員18名が満室になりました。その後、1名が退去、1名が新入居となり、常時18名の状態です。

6月に家族会を行い、また2か月に一度は、地域住民の方にも出席いただき運営推進会議も行っています。

入居者の皆さんは、毎日のように近くのスーパーに買い出しに行き、自分たちの力でその日に決めたメニューの食事を作り、時々は天気に合わせて行楽に出かけたりしています。

生活の様子を写真で紹介します。



一次号は、わいわい白州特集ですー

地域看護センターあんあん

今年の2月より事業開始

だんだん会で一番はじめに事業開始したのは、『地域看護センターあんあん』です。これは、一般的には「訪問看護事業」「訪問看護ステーション」と呼ばれるサービスです。

『地域看護センター』という名称にした理由は、これからの地域包括ケア時代は、看護職は自宅への訪問看護だけではなく、地域内の様々な事業・サービスを複合的・多面的に担当し、それを実践する“地域内の（優秀な）看護職の集団作り”が重要・鍵だろうと思い、それを実践しようと思ったからです。

『あんあん』は、「あ〜ん」まで、つまり幼児から終末期まで、どの年齢でもどういう状態の方でも在宅で暮らしていけるように支援させていく覚悟の現れで、なにより呼びやすいからです。

利用者は、常時約 40 名

スタート時には、利用者はゼロ。職員は実働 3.0 人。さて、利用者が集まるかどうか……。地域内のケアマネジャーや開業医はもちろんのこと広範囲の周辺の病院にも挨拶まわりに行きました。（山梨医大病院・県立中央病院・富士見高原病院・諏訪中央病院・韮崎市民病院・甲陽病院・塩川病院……）

地域の皆様のおかげさまで、利用者は何とか順調に増えて、2月は6名、その後、毎月3名から時には10名も増えて、2月から10月までの9か月で合計56名の利用者の訪問看護を担当し、常時約40名です。

在宅死亡率は、80.0%

この10か月で、死亡された利用者さんは15名。そのうち、在宅ターミナルケアを実施させていただき、家で亡くなられた方は12名（76.9%）でした。「こういう素晴らしい死の迎え方があるんだ！」と感動する死、死の直前まで自分の意志ですべてを決定している方、40歳代で若くして他界する無念と思われる方の死……。ご本人の意向に沿い、職員一同身を引き締めて支援させていただいております。



『あんあん』のシンボル絵

スタッフ紹介

主任看護師 樋川 牧
(ひかわ まき)

私は、南アルプス市出身です。県内の一般病院で病棟看護師として10年働いたのち、都内の病院で2年、その後、都内の訪問看護ステーションで8年働いてきました。

今回、Uターンで山梨に戻り、縁あってだんだん会で働くことになりました。都内の訪問看護ステーションでは、年間100名を超える利用者を在宅・自宅で看取るといういわば“ターミナルケアのプロ集団”で実践し学んできたので、その経験を活かし北杜でも『最期まで家で豊かに生きる』ことのご支援に力を注いでいきたいと思っています。

また、9月からは『グループホームわいわい白州』の管理者として、自立支援型の認知症の人の生きること支援にも力を注いでいるところです。

訪問看護のみならず、地域看護師として地域に役立つことを精一杯頑張っていきたいと考えています。



最期に、家族へのプレゼント

『小さな旅』

地域看護センターあんあん 看護師 浅見玲子

Kさんは、71歳。東京で長く板前さんとして働いていましたが10数年前に一人息子さんを東京に残して妻と二人で北杜市に移住して来ました。

3年前に発症した直腸がんから肺に転移が見つかり、治療のため入院したKさんと妻は、医師からあまり時間が残されていないと……。妻は自宅で看取することを決意し退院しました。在宅の主治医はKさんご夫婦に、『何かやりたいことはありませんか。みんなで応援しますよ』と。そこで本人と妻は、「息子と3人でよく出かけた“清里”へ行きたい」と希望されました。

「では、みんなで行きましょう。ご一緒しますよ」その地域看護師の一言で清里への小旅行が決定!!しかし、退院して5日目のKさんは、何回も何回もほんとうに寝たまま行けるの?と不安そう。

清里に“小さな旅”

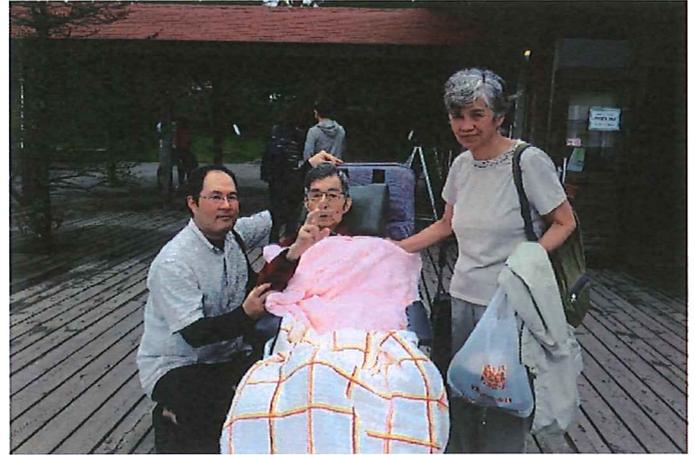
周囲のみんなの勢いに押され、介護タクシーで清里へ向けて出発です。同行したのは、妻と息子さんと看護師2名（浅見と樋川）。

心配していた雨もその数時間だけあがり、奇跡のようでした。清泉寮では車から降りて雨上がりの幻想的な美しい景色をじっと眺めるKさん。「ソフトクリーム食べよう」のKさんの一声で、みんなでソフトクリームを食べました。また、よく買い物をした



Kさんとツーショットの浅見(看護師)

パン屋さん立ち寄り、そして清里駅に。それは、妻が切符を買うためでした。いつも徒歩と電車で行っていたので車



中で待つKさんにと。Kさんは切符をたいせつそうに眺めていました。約2時間の小さな旅でしたが、「もう一度来たかった場所に3人で来れて良かったね」と家族3人が喜び笑顔になりました!

翌日、永眠

外出の翌日、Kさんは血圧が下がり傾眠状態となり、主治医から妻に「いよいよ今晚かもしれない」と。妻は、覚悟はしていたものの不安そう。そこで私は、息子さんが東京から到着するまで本人と妻に寄り添いました。息子さん到着後は、一晚家族3人で静かで和やかな夜を過ごすことができたそうです。

そして息を引き取ったのは朝方。看護師と妻と息子さんと3人で「死後のケア」を行い、ご本人のお気に入りのシャツとジャケットに着換えをして、妻が最後の整髪をしました。Kさんのとても穏やかな姿に妻も息子さんも「お父さん、素敵だね」と満ちた表情。「清里への3人の小さな旅は、“Kさんから妻と息子さんへのありがとう”のプレゼントでしたね」と言葉を交わしてお別れとなりました。

私はグリーフケアでお伺いしたときに、Kさんの妻も息子さんも、この旅の記憶がある限りしっかり生きていけると感じました。残された方を支え続けることも私たち地域看護師の働きだとKさんに教えていただきました。



定期巡回てくてく 24

10月1日、事業スタート！

管理者 西室徳子

『一人暮らしの方でも、介護する家族がいなくても、人生の終末期でも安心してご自宅で暮らし続けていくための支援をさせていただきたい』。その目標に向かい、定期巡回・随時対応型訪問介護看護事業の北杜市の公募に手を上げました。そして選定され、いよいよ計画通り 2017年10月1日の事業開始に向けて準備し、無事スタートしました。

アンケート・説明会

9月に、ケアマネジャーにアンケート調査を実施したくさんの方に協力いただきました。また9月中旬には当法人の事業所『定期巡回てくてく 24』の実施方法について説明会を開催しました。

果たして、北杜市で定期巡回を利用の方がいらっしゃるのか？ 正直なところ、不安な気持ちもちよっぴりありました。

ところが！ ケアマネジャーの方々のおかげで、3人の利用者でのスタートとなったのです。

「不定期訪問」というサービス

やり始めて分かったことは、「不定期訪問サービス」が可能だということ。一日2・3・4回の定期訪問（短時間）に加えて、週1回程度の掃除・洗濯・入浴・散歩支援などを利用者のデイサービス利用などの空き時間を利用したサービスが可能なのです。もちろん、臨時緊急対応の随時対応サービスもオペレーター中心に実施しています。



事業所名：『定期巡回てくてく 24』

一体型で「看護強化タイプ」

「地域看護センターあんあん」と
一体的な運営

定期巡回は1回の訪問は短時間ですが、複数回訪問することにより、その方の生活が丸ごとみえ、支える楽しさがあります。

新たな利用者も増え、これから北杜市に定期巡回サービスを根付かせるよう、車を走らせていきます。さまざまにご協力を！！

職員紹介

介護福祉士 高瀬郁子

10月より“てくてく”を担当している高瀬です。移りゆく季節を感じながら北杜市内を巡回しています。一人暮らしの方をはじめ一人一人に合わせた支援を行います。ただ仕事として行うだけではなく、親近感を持っていただけるような、また、何を求め必要とされているのかを感じ、考えながら接していけたらと思っています。



先日、一日3回訪問する方で、朝はいつもベッドの中にいる方が珍しく椅子に座っていました。「今朝はもう起きていたのですね」と声かけをすると、「いやいや、もうすぐ来るかなあと思って起きて待っていたんだよ」と。「私を待っていてくれたのですか？」「そうだよ」と。私はとても嬉しくかえって私の方が励まされました。

在宅での生活をできるだけ長く継続できるように精いっぱい応援していきたいと思っています。

オレンジサロンわいわい白州・長坂

小海線高原列車の旅

だんだん会理事 中嶋登美子

オレンジサロンわいわいは、平成 29 年度 4 月から開設になりました。

オレンジサロンわいわい白州では、月 3 回火曜日に、グループホームわいわい白州の 2 階地域交流スペースで開催されています。

地域の高齢者が、認知症であってもさらに元気で過ごせるように、会話や体操を楽しみ予防や悪化防止を目的に通ってきていただいております。

創作意欲があり、「何かしてきたい(作って仕上げたい)」自分の作品作りと思い出づくりに、また、お茶を飲みながら毎回笑い声や話し声が絶えない状況です。



「高原列車に乗りたいね」

そんな中、昔懐かしい歌謡曲「高原列車は行くよ」を高らかに歌ったある日のこと、「列車なんて久しく乗ったことがない！」「ましてや高原列車なんて乗ったことがない！」と口々に話しています。「近くにある小海線は高原列車だよね」「ほうだね」...

ある参加者が、「乗ってみたいね！」と一言。

すかさず、若いボランティアさんから「行ってみるけん」、「行きたいよお」、「行くじゃんけ！」と話はとんとん拍子に決まり、「小海線列車で行こう」ということになりました！！

北杜市内には「小海線」という、八ヶ岳の高原と山間を走る電車があります。なかなか乗車の機会もないため、夏の喧騒が静まった 9 月 27 日、完成された新小淵沢駅舎の見学を兼ねて、小淵沢から小海駅間の一時間の「小さな旅」を楽しむことになりました。



広大な畑に高原野菜、田園風景と千曲川とを並行して走る小海線。

参加する高齢者もボランティアさんも、前の晩からワクワク！

小海線で

そして、小海町の「まちの駅こうみ」では、地域おこし協力隊のスタッフの、温かいもてなしの昼食をいただき、往復 2 時間の旅を満喫してきました。

無事に敢行出来た「小海線列車の旅」、充実感と達成感、出会いや感動が旅の後もずっと続いています。



オレンジサロンわいわい長坂は、月に 2 回、木曜日に開催しています。

男性の参加や家族同伴での参加を歓迎しています。次回に、ご様子をご紹介します。

応援します！ 手伝います！ 寄付します！

「楽しんで ボランティア！」

白州町在住 北原まつ子さん

私たちは、オレンジサロンわいわい「白州」でボランティア活動しています。

高齢の方々もボランティアも、一日中笑顔で過ごしております。



あさは、体調や気分等を確認し、一日のスケジュールを決めます。創作活動や体操等は自主的に行うのが基本です。

ボランティアも同じテーブルに座って一緒に活動します、手を動かしながら最近の出来事、病院に行ったこと、薬のことそして家族のことなど、何か悩みがないのか会話の中から様子をお聞きします。

支援困難な高齢者は、地域包括支援センターやケアマネジャー、民生委員などの外部組織と連携し、その人らしく生活ができるよう私たちのできることをボランティアで話し合っており取り組んでいます。

参加者の声から「高原列車の旅」も9月27日に実施できました。事前にボランティア間で話し合い、楽しく行ってこられるよう企画しました。みんなが楽しく、無事に行ってきた時はボランティア皆で達成感と喜びを共有しました。

高齢者は「知恵の宝庫」です。色々教えていただくことも沢山あります。「老い」は誰にでも来ます。私たちの老後に備えて、ご近所や仲間と楽しくお茶飲みができる地域が今必要だと思っています。

そして、楽しんでボランティア活動が行えることに感謝しています。



職員募集！！

- * 介護職員
- * グループホームわいわい白州 (常勤職員)
- * 定期巡回てくてく 24 (非常勤職員)
- * 看護職員
- * 地域看護センターあんあん (常勤・非常勤看護師)

一般社団法人だんだん会法人本部まで連絡を！ 0551-45-9566