

だんだん便り

第7号

2018年5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

飯盛山より八ヶ岳を望む

飯盛山は茶碗にごはんを盛り付けたような形で山頂からは 360 度の展望が出来ます。

たいへん人気がある山で、休日には登山者や家族ずれでいっぱいです。

ここから見る八ヶ岳はいつも心を癒してくれます。

大泉町西井出 溝中りうさん

グループホームわいわい白州

みんなで作るおいしいお食事(最近の“摩利支天”)

ユニットリーダー 近藤 浩



意外と人気！パンケーキ



炊き込みご飯



サンドイッチ



餃子



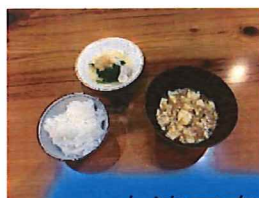
カットステーキ



牛丼



野菜たっぷりうどん



麻婆豆腐



中華丼



皆さん大好き♪ お寿司



無敵の美味さ！うな丼

グループホームわいわい白州 ボランティアを受け入れて

シミックホールディングス(株)新卒社員研修としての受け入れ

シミックホールディングス(株)(小淵沢アカデミー)新卒社員研修は、2015年度より生命関連企業の社員として社会人としての成長の一助となれるよう、受け入れる施設においてはボランティアとのふれあいや活動が有益になることを期待して、この時期に市内の福祉(保育園・障がい者)・介護関係施設、事業所において一斉にボランティア活動を行っていただきました。

「グループホームわいわい白州」では、4月7日(土)5名(うち1名トレーナー)、4月13日(金)3名(うち1名トレーナー)がボランティア活動を実践されました。

今回は、居室やトイレの掃除、話し相手、環境整備(庭の草取り)を行っていただきました。ボランティア活動がされた新卒社員の方からは、「やって差し上げる介護」をするのではなくて「徹底した自立支援」を行うグループホームの理念と実践が、職員の様子や声掛けから学ぶことができ、職員もさらに振り返りを行う機会となり、お互いに良い刺激となりました。

参加されたボランティアの声を掲載します。

老人ホームや介護施設に行ったことが今までに一度もなかったもので、初めに入居者の方とどのようにコミュニケーションをとればいいのか戸惑いを感じていました。しかしながら、スタッフと入居者さんとのコミュニケーションを見ていたらその戸惑いも一気に消えていつの間にか自分は楽しく会話ができてきました。

ご自分の部屋があるからその部屋をきっかけとして会話が生まれ、距離感をつかむことができ、皆で掃除や洗濯、食事づくりをするからこそ団結が生まれコミュニケーションの活性化につながっていることが分かりました。今後、医療に携わる仕事に就くうえで貴重な体験になりました。

利用者の方は突然にやってきた私たちをすぐには受け入れてくれませんでした。

ですが、一緒に買い物に行き、少しずつ話していく中で差し出した腕を組んだり、すれ違うと笑顔を見せてくれたり、だんだんと頼ってきてくださるようになりました。

何かをしようと思って行動してもらえるために、どのような声掛けをすればいいのか常に考えていることを知りました。

相手に「ありがとう」と言ってもらえるためではなく、自分が「ありがとう」(気づかせてくれてありがとう)と思うために行動すること、そして笑顔で会話しつづけることで、距離が近づくことを実感できました。

この後の行動に起ることを予測することが、リスクマネジメントにつながることを感じました。

在宅ホスピスボランティア入門講座

「家で最期の時を過ごすとはどういうことなのだろうか」「ホスピスとは・・・」「在宅ホスピスとは・・・」
「ホスピスケア」「緩和ケア」・・・ちがうの？ そのようなことから学ぶ「在宅ホスピスボランティア入門講座」の第1回目が4月15日（日）、東京墨田区にある医療法人社団 パリアン 川越クリニック院長川越厚先生と訪問看護パリアン看護部長（在宅ホスピスボランティアコーディネーター） 川越博美先生を講師にお迎えして開催されました。

当法人でも、訪問看護や定期巡回サービスを通じて多くの方の「看取り」に立ち会わせていただき、医療や看護・介護の専門職だけではなく、そこに「ボランティアの存在」があれば、チームとして「サポートの幅」が広がることを感じさせております。

「在宅ホスピスケアチームにおけるボランティア」が、なくてはならない存在であることをご講義いただきました。そして、自分自身のあるいは家族の病や死について真剣に考える機会になったと思っています。

次回は6月3日（日） 会場は、いずみ活性化施設（大泉町）で開催予定です。



在宅ホスピスボランティア入門講座に参加して

川越厚先生と博美先生のお人柄があふれたお話は、私の中にずっと入ってきた。お二人とも豊かで解放された心の方達だということをお話から感じた。長い間、人の命を大切に見つめていらした先生方だからこそその明るさと強さをお持ちなのだと強く感じた。

興味があるというだけでこの講座に参加した私は、お話を伺って悩んでしまった。一体私に何ができるのか？ 私で良いのか？ 私に耐えられるのか？ 話の内容は良くわかり、自分自身のことや家族のことを考えても本当にそうだなと納得できた。でも理解することと実際に行動することは全く別物だと思う。それ故に私は、悩んでしまった。何だか自分の生き方を問われそうな気がする。もっと中身が豊かな人でなければこのボランティアは務まらないのではないかな。

でも、今回はまだ講座1回目である。講義終わりの方で、ボランティアの役割について話してくださった。チームのメンバーとして、専門家とは異なる視点をもって生活を豊かにすることに関わるということだった。2回目の講座では、自分自身の課題を解決するためにも、更にしっかりお話を伺いたい。

（根っこの会 宮澤 千恵子）



川越厚先生が講演で使用したスライド

自宅で最期を迎えたいと願っていた父にしてあげられなかった在宅ホスピス。

自分も自宅で最期をと望んでいます。が、在宅ホスピスがどのようなものか、医療者でない自分が関われるのか等、漠然としていました。今回、温かな雰囲気の解りやすい、川越先生ご夫妻の講座に参加して、在宅ホスピスへの理解をもっと深め、関わっていけたらという思いが強くなりました。

（根っこの会 吉田久美子）

お知らせ (information)

住民主体の『根っこの会』主催のサロン『わたしの茶の間』が6月からスタートします。一人暮らしの方とかなかなか人とお話する機会がない方など、どうぞお集まりください。素敵な女性たちがお待ちしております。

詳しくは、だんだん会のホームページを参照してください。(「だんだん会」で検索してください)
申し込み・問い合わせは、根っこの会代表 森 典子さん(0551-45-6520)まで。

- ☑ 気がついたら今日だれとも話していない。
- ☑ 毎日一人でお昼ご飯を食べるのがつまらない。
- ☑ だれかにちょっと相談したいことがある。

そんな時、サロン「わたしの茶の間」に
いらっしやいませんか



“この地域が好きでここでずっと暮らし続けたい”と思いながらも少し不安な事も増えてきました。

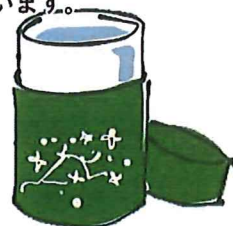
外からの助けを待つばかりではなく、自分たちで出来る事から始めようと「わたしの茶の間」を企画しました。

“のんびり茶の間に集うように、温かな時間を共に過ごし、親身に話して繋がりを深めていけたら”と願い、6月から毎月2回開催します。

「わたしの茶の間」に
寄っちゃばれ

一緒にお昼ご飯を食べ、ワイワイみんなでしゃべりしているうちに心配事が少し減ってくるかもしれません。

毎月 第1・第3月曜日に予定していますので、3月まで継続して参加していただければと思います。



日時： 6月4日(月) 10時～14時 (第1回目)

(ご都合が悪く欠席される場合は、3日前までにご連絡ください)

内容： 一緒にお昼ごはん、おしゃべり など

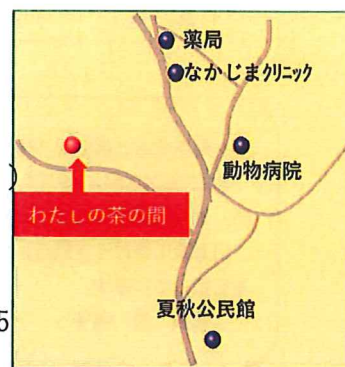
(どんなことをしたいかも話し合います！)

費用： 参加費(飲み物、お菓子など) 300円

昼食代 500円

場所： だんだん会長坂事務所 北杜市長坂町夏秋 918-5

TEL 0551-45-9566



※申し込み方法は裏面にあります。また、申し込み時に、お名前やご住所などを登録させていただきます。

サロン「わたしの茶の間」 主催：ハヶ岳ふるさと倶楽部「根っこの会」

共催：一般社団法人 だんだん会

オレンジサロンわいわい白州

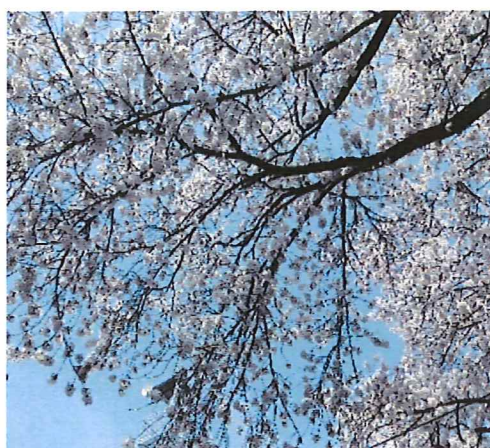
新年度「お花見」からスタート！！

ずいぶん早かった今年の桜の開花。

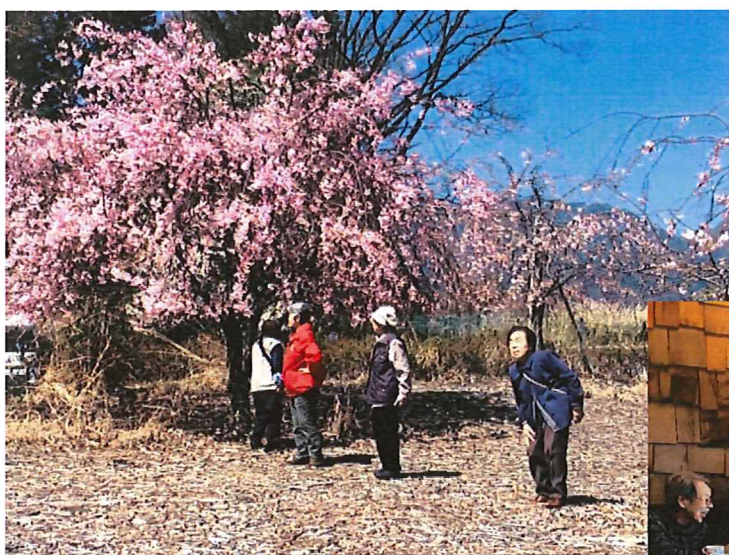
寒い冬だったこともあり、桜の開花は待ち遠しかったのですが、あまりの早さに慌ててしまい、気持ちと体がついていけないほどでした。

そんなサロンの皆さん、元気に「お花見」に行ってきました。

北杜市をはじめ周辺は桜の見所が満載、桜の花を眺めて市内を縦断しました。



肌寒い日でしたが、桜は120%の開花でした。



真原の桜並木の脇には、若い八重桜が山肌に沿って植えてあり花をまじかに見てきました。

お花見の後は、市内の喫茶店で昼食、みんなでわいわい外食がまた楽しいひと時です。



いつでも夢を！

ただ今夢の実現へ向けての作戦会議中です！

地域看護センターあんあん 看護師 浅見玲子

**「人は夢がないと生きていけないんだよな。僕の夢は、
もう一度ここに奥さんに戻してこのうちで、二人で暮らすこと」**

山口幹夫さん(仮名)は、現在 90 歳です。20 年前妻と移住して来られました。

なんと驚くことに誰の手も借りずにご夫婦でお家を建てちゃったそうです。そのお話を伺ってあらためてお家を拝見。んーなんと表現して良いか、感動のひとつ。暖かい温もりのあるお家です。そのお家に山口さんは現在一人暮らし。

奥さんは半年前に認知症がひどくなり入院。その後施設に入所することになりました。2 人の娘さんは県外にお住まいですが交互に定期的に様子を見に来て必要なことを手助けしてくれています。でも基本的には日常生活は自立して生活されていました。

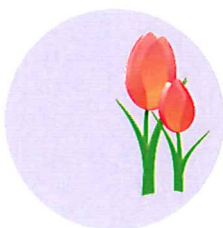
ある週末、急激な血圧変動と強いふらつきを訴えた山口さんを看てほしいという山口さんのホームドクターからの依頼で訪問看護が始まりました。脳神経外科も受診しましたが原因はひどい肩凝りからくるものでした。奥さんと離れた生活が大きなストレスを生んでいたのかもしれません。訪問看護によって徐々に体調を取り戻した山口さんがある日、夢の話をしてくれました。

「山口さん、それは夢で終わらせてはいけませんね。ちゃんと実現しましょうよ」そうなんです。決して不可能なことではないのです。超高齢社会を迎えたこの国にはたとえどんな困難なことがあってもお家に暮らしたいという意志さえあれば実現できる社会資源がいろいろあるのです。

この夢の話を聞いたむすめさんは「お父さん、そんなことを考えていたの？」とはじめは驚いていましたが、「お父さんに本当にその覚悟があるなら私達も出来る限り手伝うよ。」と言ってくださいました。具体的には日中はデイサービスに毎日通所して送り出しと受け入れは、定期巡回随時対応型訪問介護看護を使う、土日は娘さんと過ごす。あるいは週の半分はショートステイでお泊りして残りの半分は自宅で過ごす(小規模多機能型居宅介護・看護小規模多機能型居宅介護)などの提案をしました。そしてまずは外泊をして奥さんの様子を見ようということになりはじめての外泊が実現したところです。

奥さんをお家へ連れて帰ろう大作戦！夢の実現への作戦会議中！

山口さんが居たい場所で一緒に居たい人と暮らすことを応援する。あんあんはそのために力を発揮するのです。



応援します！ 手伝います！ 寄付します！

『わいわい白州』開設一周年に想う

先ず、宮崎理事長の夢に共感して来所され、入居者の幸せを願い支援に励んでいらっしゃるスタッフの方々の、献身的なご努力に敬意を表します。

そして多くの手間が必要な、私の妻を受け容れお世話頂いておりますことに、心を込めてお礼を申し上げます。

私は理事長の素敵な理想を方針とするこのホームの存在が大変嬉しく、その夢の実現を願いながら、ホームで感謝の日々を過ごしております。

この一年、私の受けた感銘は、わいわいホームの掲げる理想の実現は、直接に支援を担当される方たちの意欲如何という強い想いでした。

そのためには、訓練や社会的な処遇が大切ですが、併せて最も重要なことは、直接夢を担う方たちへの《心の処遇》にあると考えます。



開設以来、想定外の問題や諸事運営に多く時間と心を奪われる経営のご苦勞を謝し心で労いながら過ごしました。この状況下では、現場はもう仕事に慣れたろうから大丈夫と、ホーム長と現場に任せたくなるのは無理もないと思います。でもそれでは理想も人の心も去っていく可能性が生じます。

忙しくても心を亡くすことなく常日頃、現場の方たちの幸せを願い響き合おうとする経営の心に期待します。私も仲間、夢の実現に協力します。

経営の響き合おうとするお気持ちを、現場の方々が働く悦びに替えて下さるでしょう。入居者は更に大切にされ、ホームの夢は実現に向かうでしょう。

私はユニセフと日本航空の二つの組織の中で半世紀を過ごしました。そこで見た組織を動かすのに優れた指導者は、極力自分の考えを抑え、現場で働く人の心を汲み取ろう、限りなく響き合おうと絶えず努力を続けた人でした。

組織の上下は医師と患者のような関係にあります。社長がほかに耳を貸さず、我執の境地にあるとき、人心は荒廃し航空会社では事故が起きました。

一年経った現在、心と心の「響き合い」、幸せを願っての「見極め」、入居者の心を代弁する「家族は仲間」という、幸せの理念に想いを馳せ、初心に返ることに希望を託します。

入居者とそれを支える方々の幸せと、理事長の夢の実現を祈って書きました。

ユニセフ元評議員、テニスデビス杯元日本代表

私の祈り <http://okadome.info/>

岡留 恒健

岡留恒健さんは、わいわい白州建築の段階から快適な家屋造りへの助言を頂いたり、「植樹は私が引き受けます」と樹々を寄付し、その穴全部をご自分で掘って植えて下さいました。

妻矩子さんも日本航空です。恒健さんは他にも30年に亘りユニセフ支援に携わってこられました。現在は＜美しい地球が次の世代に残る＞ことを願って著書を書き、英文にして世界に訴えておられます。