

だんだん便り

第11号

2018年9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

ブンブンブン蜂が飛ぶ 朝日が射したよ 蓮花目指し
ブンブンブン 腹ぺこ蜜蜂 まっしぐら

井戸尻遺跡公園 滝沢清次 氏

グループホームわいわい白州

8月の”摩利支天”，収穫・誕生会

摩利支天 副ユニット長 海野恵美

高根町に尾白の利用者さんとジャガイモ堀に行ってきました。富士山を見ながら大小様々なジャガイモをコンテナいっぱい収穫し、カレー、煮物、サラダなどにして美味しく頂きました。



お誕生日おめでとうございます。

〇〇さん 80歳！大好きなお寿司を食べて笑顔で“はいポーズ”。

△△さん 95歳！！娘さんもビックリするほどの食欲で大きなケーキも完食です。

お二人共いつまでもお元気でお過ごしてください。



オレンジサロンわいわい長坂・白州・こぶち

猛暑に負けないで！

今夏は、不要不急の外出は避けるように呼び掛けてきましたが、暑さに対抗して出かけてきました。市内にある、南きよさと道の駅。観光客に交じって、戸外でお弁当をいただきました。

外の空気は暑かったですが、夏の景色や多くの人を眺めながら、開放感と美味しいお弁当がご馳走でした。



猛烈な暑さもおさまり、「朔日降り(ついたちぶり)」に始まった長月

月の第1日が雨降りなら、その月は雨が多いと考えられていた。

野菜づくりをしている農家にとっては待望の雨、でもたくさんはいらぬのです。

さらに、サロンに出かけてくる日は「雨じゃない方がいいなあ・・・」



あれ松虫が・・・

“あれ松虫が鳴いている・・・” 有名な唱歌の「虫の声」、この時期にピッタリ、涼しげでまた楽しい歌詞の歌をみんなで歌いました。

サロン参加者で、ハーモニカ演奏に卓越されている方の伴奏で歌ったりもしました。昔を懐かしみながら、きれいな歌詞にうっとりしながら、皆さんの「いい気持ち」を大事にしたいと思っています。



「サロンこぶち」も にぎやかに・・・

今日はお土産(手作り三角袋)付きです。



国土交通省：補助金の対象に選定！

国土交通省の「スマートウェルネス住宅等推進モデル事業」に応募したのですが、先日発表があり、だんだん会の事業提案が評価され補助金の対象に選定されました！！

★「スマートウェルネス住宅等推進モデル事業」とは？

スマートウェルネス住宅等推進モデル事業とは、高齢者、障害者又は子育て世帯の居住の安定確保及び健康の維持・増進に資する事業の提案を公募し、予算の範囲内において、国が事業の実施に要する費用の一部を補助するものでした。

一般部門については、高齢者などの居住の安定確保及び健康の維持・増進を図るため、具体的に課題解決を図る先導的な内容の提案であることが求められました。

★だんだん会が応募した内容は？ 事業開始はいつ？

次ページに大まかな内容を紹介しますが、要支援や要支援の一步手前の高齢者・障がい者の方から終末期ケアの必要な方まで、幅広い方が、長期でも短期でも利用できる(居住できる)住宅です。支援付き共生住宅(多機能型シェアハウス)。住民組織の「八ヶ岳根っこの会」との共同企画・運営。

小淵沢の空きペンションを改築(エレベーター設置・床暖房・スプリンクラーなど)して、10人(10 部屋)が住まうことができる住宅です。入居者が“個”“プライバシー”を尊重しつつ、“互い”を大事に、助け合ったりかわったりして生活する家。日中(8:00~20:00)は、職員が常駐します。介護保険などのサービスは、外からのサービス利用。秋から改築し、事業開始は順調にいくと来春の予定。

★だんだん会が応募した理由は？

「八ヶ岳根っこの会」の皆さんと何度も話し合う中で、実現したい内容として挙げたのが、「ホームホスピスのようなもの」「要介護の一步手前で安心して住み替えられる住宅」「病院でも介護施設でもないわがママが住めるシェアハウス」など。それで、この事業へ応募することになったのです。

★具体的な補助額は？

様々な種類があるが、今回だんだん会で応募したのは、改築費の2/3の補助の希望です。(具体的には、申請の内容では3,000万円の改築費のうち、2,000万円の補助。実際にはどのようになるかはまだわかりません)

【プレス発表された内容】

提案名：『支援付き共生すまい山吹』創設運営事業 ～空きペンションのイノベーション～ <山梨県北杜市>

訪問看護等実績を持つ代表提案者らで構成された一般社団法人が、別荘地において、空きペンションを住民主体型サロン、見守りつき住宅、重度者ケアハウスを備えた支援付き共生型住宅を整備。本事業内容のニーズ及び顧客満足度等の検証を行う。

■評価概要

在宅看護・介護や認知症ケアに先進的に取り組んできた提案者が、元ペンションを地域での看取りも可能となる見守り住宅等として福祉的に活用する取り組み。近年の移住ブーム及び推進の動きを背景として、都市近郊の別荘地などの問題を的確に捉えた現実的な提案をしている点や、首都圏の多様な高齢期のライフスタイルを支えるモデルになりえる点を評価した。

新規事業準備開始！

『支援付き共生住まい山吹』創設運営事業

～空きペンションのイノベーション～

超高齢でも、要介護でも、終末期でも、安心して暮らせるシェアハウスです。
日中は、寄り添いスタッフが在宅し、いっしょに過ごし見守ります。
住民主体でのサロン活動も実施します。

暖かい居心地のいい空間をみんなで作り上げましょう！

<主な事業内容>

①わたしの茶の間山吹（住民主体型サロン）

「根っこの会」が中心となって運営する 地域住民どなたでも集まれ！

②見守りつきハウス山吹（見守りつき住宅）

対象：例えば、

- ・一人暮らしが不安な要支援者・要介護者
- ・我が家のような雰囲気の家でのショートステイ
- ・施設入所の待機中の方など

（ただし、認知症が重度の方は要相談）

③別荘ホスピス山吹（重度者ケアハウス）

対象：ターミナル期の方、重度の医療ニーズのある方など



このペンションを改築して、2019年春開設予定。
居室（個室）10室と共有の食堂・リビングルーム・テラスなど。

この「シェアハウス山吹」（通称）は、皆さんの寄付金等で創り上げたいと考えています。

次回の「だんだん便り」で寄付の詳細を案内させて頂きます。ぜひご協力を！

新連載：てくてく物語 <その2>

『定期巡回てくてく24』（定期巡回・随時対応型訪問介護看護事業）の活動内容の一端を連載でお伝えしています。

顔も所作も美しい・・・さらに美しい表情に！

長年一人暮らしの良枝さん

長年一人暮らしの良枝さん（仮名、91歳、女性、要介護1、認知症あり）。良枝さんは色白で“美人”。所作も美しく言葉使いも奥ゆかしい方。

「てくてく24」がサービスを開始する以前は、週3回の訪問介護で食事作りと入浴介助を行っていましたが、足に広範囲に炎症・傷ができたことで訪問看護が始まりました。しかし、生活全般を見直さないと一人暮らしはできなくなるだろうとの判断で、一日2回の「定期巡回てくてく24」の訪問サービス利用に切り替わりました。

食・入浴・ねこ3匹・部屋の整理整頓

「生活全般の見直し」とは、①食事・・・「自分で作って食べています」とおっしゃるのだが、その形跡が少ない。また訪問介護で作った食事を、どうも猫3匹が平らげているらしい・・・。食材は近隣市に住む家族が届けてくれるので、一日2食はきちんとセッティングしよう。その前に、台所の汚れを何とかしないと・・・。

②入浴・・・隙間だらけで汚れがひどい浴室は冬の期間とても勧められない。→週1回のデイサービスで。

③薬の内服・・・確実な内服の支援が必要。

④排泄・・・時々お漏らしがあるが、尿取りパットを取り替えないでそのままになっている。

⑤家全体の寒さ対策・清潔に保つこと・・・高齢になると片付けようと思ってもなかなかできないものです。それはよくわかっているのですが、ご本人に確認しながら少しずつ整理整頓することにしました。

食欲旺盛

乾物や冷蔵庫の食材を調理してお盆にのせて茶の間にもっていくと、「まあおいしそう」と食べ始めあつという間に全部きれいに食べ切ります。少々多めに作っても、全部！！

8か月で変化したこと

てくてく24が訪問開始したのが昨年年末。この8か月で良枝さんが変化したことは以下の通り。

◆食事を確実に食べられるように

とにかく、きちんと食事と内服薬が確保された

◆喜んで台所に立って料理をするようになったこと

「年取って台所に立つのが嫌になった」といっていた良枝さんが、最近は、喜んで台所に立つようになった。台所がきれいになったせいか、寒くなくなったせいか？

◆表情が明るくなり、おしゃべりが多くなったこと

良枝さん宅に訪問しているのは、主に7～8名の介護職・看護職。みんなが口をそろえていうのは、「良枝さん、表情が明るくなったね。そしてよくおしゃべりするようになった」と。

◆尿取りパットを自分で交換できるように

そうなのです、上手にパットを交換できるようになったのです！

◆病気の早期発見・対策がとれるようになったこと

この間、新たな湿疹が出たり別な病気にもなったのですが、介護職と看護職の連携プレイで早期に発見し対応したことで早期治癒になった

◆家中がきれいになったこと

近隣市に住むご家族の一言「家の中がきれいになった！」



「逝くこと」は、命というエネルギーのボタンタッチ

地域看護センターあんあん 看護師 浅見玲子

台風の前夜、事務所で待機。雨風が激しくなったなあと窓の外を眺めていると電話が鳴りました。「たった今、呼吸が止まりました。先生にも連絡しました。お願いします」

優子さんの長男さんからの連絡です。私は外へ飛び出し、訪問車で優子さんのお宅へ向かいました。

優子さんは、92歳。同じ敷地内に住む長男さんが手伝ってはいましたが、ほとんどご自分の身の回りのことは自分でやっていました。

寝込み始めた優子さん

その優子さんが体調を崩して寝込んだのは、三日前のこと。その日のうちに在宅訪問診療の医師から訪問看護の依頼がありました。翌日から訪問看護を開始。しかし、優子さんの病状はあまりよくなり人生の終末期かもしれないと思いました。

訪問看護 2 日目、優子さんの状態はさらに悪化して厳しい状態です。優子さんに、入院することも含めていろいろお話ししましたが、ご本人は、次のようにはっきりと意思表示されました。

「病院には行かない。ずっと診てくれる診療所の先生と看護師さんがいてくれるから安心。家にいる。先生、看護師さん、有難う」

点滴をしたり呼吸が楽になるように吸入をしたりしていると、優子さんが「ずっと昔可愛がっていた犬のクウと猫のニャンがそこにきているよ」と言うのです。それは、「先にあの世に行ったクウとニャンがむかえに来ている」といっているようでした。

そこで、私は、一緒に見守っていた長男さんに「先生がお話しなさったようにあまり時間がないかもしれません。会わせてあげたい人をすぐ呼びましょう」

それから 3 時間後、一度事務所に戻った私が連絡を受けてご自宅に到着した時には、ご家族に囲まれて静かに穏やかな表情の優子さんがいました。

「母は立派な人だった」

遠方から駆けつけた次男さん。「意識はなかったけど、おかあちゃんって叫ぶとわかったようだった。間に合ってよかった。代々の内で一番長生きした母親は立派な人だ。良かった」「たった 3 日間しか寝込まなかった。最後まで立派な母親だった。家で見ることができてほんとうによかった。看護師さんがいろいろやってくれたからできたこと」

それから私は死後の処置を行いました。雨風が激しくなっていました。母屋の方にご遺体運ぶことになり、私もお手伝いしました。母屋の大広間のお布団に寝かせて整えていると「看護師さんが風邪を引いてはいけないので」と優子さんのお孫さんが雨で濡れた私の背中を一生懸命に拭いてくださっていました。優子さんの優しいお人柄がちゃんと小さい頃から一緒に暮らしてきたお孫さんに受け継がれているのだと感じた瞬間でした。

お看取りという悲しく寂しい時間の中に集った人々。たった 2 日間のかかわりでしたが、なにかこころ温まる時でもありました。「皆さん、有難う。私は逝きますよ」誰にも後悔させない天晴れな大往生だったと思います。



連携しています！

来局困難者への薬剤師訪問

～患者さんの一言から開業を決意～

うえはら薬局 上原美奈子さん



こんにちは。

うえはら薬局の上原美奈子です。

うえはら薬局は長坂町にあります、私の自宅は白州町です。

“わいわい白州”は白州町で唯一の介護施設となりますが、建設中からとても楽しみでした。

昨年4月の開所当初から縁あって入所された12名の皆様に関わらせて頂いております。

今までの薬剤師は薬局の中で患者様がお持ちになった処方箋を調剤し、窓口で服薬指導をするのが主流でしたが、これからは来局困難者に対してご自宅を訪問し、居宅にて服薬管理指導を積極的に行うことが求められる時代となりました。

私が、うえはら薬局の開業を決意したきっかけは、高齢のため車の運転ができなくなった患者様の「この薬局にもう来れなくなるな・・・」という一言でした。開業して6年が経ちますが、あの時の患者様の寂しそうな顔は心に残っています。現在、薬局を拠点に、毎日患者様一人一人のご自宅を訪問し、お薬のことはもちろん、健康相談なども数多くお受けしています。

“わいわい白州”のようなグループホームでは、薬剤師が訪問し、薬の管理をすることにより、看護師さんや職員の方々が、本来の仕事に時間を使っただけになるという利点があります。薬のことで、いつでも気軽に相談できる存在になれるよう、これからも努めてまいります。

現在は、月2回訪問し、主治医からの処方箋をもとに、患者様に合わせて服薬しやすい形状にしたり、服薬回数などの調節をしてお届けしています。

これからも主治医の先生、担当看護師さんそして職員の皆様と密に連携をとりながら、患者様のお薬管理を続けていきたいと思っております。

ご家族の皆様、お薬のことで気になることがありましたら遠慮なく、お電話いただけたらと思います。

うえはら薬局 (Tel. 0551-32-8804) まで