

# だんだん便り

## 新年号(第15号)

2019年1月 10日

### 一般社団法人大だんだん会

408-0035 山梨県北杜市長坂町夏秋 918-5

0551-45-9566

0551-30-7505

0551-30-7787

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  
「お正月が過ぎると各地で小正月の催しが始まります。北杜市明野地区でも恒  
例の「おやなぎさん」の飾り付けが街のあちこちに見られる様になります。  
この飾り付けられて「竹の枝」一本一本は、小正月が終わると地区の家々に配  
られ、そこで一年の魔除けとして飾られるそうです。  
枝の先端に付けられた真っ赤な「サルボボ」と色とりどりの飾り付けが青空に  
映えますね。」

大泉町在住 渡辺



# 新年にあたり一言



理事長:宮崎和加子

前)全国訪問看護事業協会事務局長

元)特定医療法人財団健和会

訪問看護ステーション統括所長

元)社福)すこやか福祉会

グループホーム担当理事



2019年の始まりです。昨年の漢字が『災』ということに誰でもが納得するように、地球上の各地で自然災害が頻発しているようです。想定外の国家間の紛争等、不安定な世界経済、国内をみても民主主義の根幹を崩すような動きが平然と行われるような政治に、怒りも焦りも感じる毎日です。

私たちの役割は、そういう中で、高齢期を迎えた方や重病に罹患した方、様々な障害をお持ちの若年者などにご自分なりの人生を生ききることができるようにご支援させていただくことと自覚して、精一杯実践しているところです。

だんだん会の活動を振り返ると、2016年は法人を立ち上げ「グループホームわいわい白州」の建築。2017年は、4つの事業を立ち上げ。2018年は、事業の安定化と新規事業の準備でした。

## 2018年はどんな年だったでしょう

### ①ハケ岳根っここの会との出会い

良心的・意識的な地域住民の会である『ハケ岳根っここの会』の皆さんとの出会いは、とても貴重でした。だんだん会がこの地域で何をしなければならないかをたくさん教えていただきました。いっしょに取り組めることがとてもうれしいです。

### ②『わがままハウス山吹』構想が形になったこと

ハケ岳根っここの会の方たちとの構想が国土交通省「スマートウェルネス住宅等推進モデル事業」の補助対象に選定され、春にはオープン予定。

### ③事業が軌道にのりつつあること

『グループホームわいわい白州』『地域看護センターあんあん』『定期巡回でくでく24』『オレンジサロンわいわい』などの事業が、それぞれ必死ともいえる取り組みの結果、何とか順調に進み始めました。年末の理事会でも経営が軌道ののりつつあることが確認。

## さて、2019年はどんな年になるでしょう

### ①『わがままハウス山吹』をオープンし軌道にのせること

『わがままハウス山吹』(多機能シェアハウス)は、全国的にも稀な取り組みです。新しい取り組みを精一杯みんなで取り組んでいきます。

### ②新しい仲間を増やすこと

現在のそれぞれの事業をさらに安定的に充実していくことに取り組みますが、その基本は優秀な職員確保が鍵です。職員のみならずボランティアやいっしょに取り組む市民の皆さんも含めて仲間の輪を作っていきましょう。

### ③地域住民の“声”に添って

“声”が宝です。新たな要望の声が届いています。法人としてできることを取り組んでいきたいと思っています。

職員も宝です。職員数32名、一同頑張ってまいりますので、どうぞよろしくお願ひいたします。

# 新年にあたり一言 上野千鶴子さん

## 「おひとりさまが安心してお家で死ねる地域」に 一步近づいたか・・・



上野千鶴子さん

\* 東大名誉教授・社会学者

\* WAN 理事長

(認定 NPO 法人ウイメンズ アクションネットワーク)

だんだん会代表、宮崎和加子さんの「巻き込み力」はハンパじゃない。

2016年に夫を東京に残し単身北杜市へ移住ってきてから、ただちに八面六臂の活動は始まった。移住時にまだ 60 歳、終の住処と思って北杜市を選んでくださったのはうれしいが、まだ悠々自適で老後を過ごす年齢ではない。何よりこのひとは、多動性じゃないかと思うくらい、テンションが高い。じつとしていられないのだ。

移住して 1 年。在宅医療・看護・介護過疎地域である北杜市に、どんな資源が足りないか、聞きとりをしてあつという間にグループホームを立ち上げた。それから訪問看護ステーションもほぼ同時にスタートした。地域密着型の定巡こと定期巡回随時対応型の訪問看護・介護をしてくれるという。この定巡、利用者には便利だが、事業者泣かせの訪問事業だ。わたしは各地で定巡の事業所を取材したが、どこも赤字か採算ぎりぎり。移動距離が長い地方では移動コストがかかるだけでなく、随時対応といつても呼び出しが繰り返す負担が大きい。「マックス何回まで緊急コールがありましたか?」と宮崎さんに聞いたら、「一晩 30 回」と。おひとりさまの在宅みどりも、すでに実績がある。

グループホームと訪問事業がようやく軌道にのりかけたところに、またまた新規事業に触手を伸ばした。『わがままハウス山吹』(多機能型シェアハウス)。重度の医療依存の高い高齢者にも対応するお泊まりデイ(ショートステイ)と、別荘ホスピス。北杜が好きで移住してきたひとたちが、要介護になって都会に帰る...のを見るのがつらい。大好きな北杜で最期まで...の願いを叶える、別荘ホスピスだ。八ヶ岳山麓には、使わなくなったペンションがいくつもある。こういう施設、将来高齢者用に作り替えたならなあ...と思っていたが、それをそのまま実現するひとが現れた。気持ちだけの応援では足りないので、わたしも一肌脱いでまとまった資金を融資することにした。

移住してくるのは高齢者ばかり、お世話してくださる若い看護・介護スタッフはいるのかしら、と心配していたら、人材確保も次々に。都会で働いた経験のあるナースの資格のある女性や、若い介護士さんたちが集まつた。何よりよそからきたマレビトである宮崎さんとタグを組んだのが、北杜市で福祉保健行政一筋の退職行政ウーマン、地元のことなら知らないことはないという中嶋登美子さんであることも心強い。清里には、福富みずほドクターという、頼もしい在宅医がいることもわかつた。

これで医療・看護・介護過疎地域だった北杜は、いちやく「おひとりさまが安心してお家で死ねる」地域になるだろうか。期待は大きい。

# 新年にあたり一言 福富みづほ先生

福富みづほ先生には、日ごろから「あんあん」「てくてく24」で連携して大変お世話になっております。その上、「わがままハウス山吹」の事業について全面的に賛成でいっしょに取り組んでいこうと、資金面でも多大なご支援をいただいております。今回は、新年に当たりインタビューさせていただきました。

## 『ただの(つまらない)医者でいたいだけ』

### Q きよさと診療所を開設した経緯は?

25年前から清里に別荘を持っていたが、時々寝に来るようなものでした。東京で暮らしていた母が急死したこと、東京を根拠地にする必要がなくなり、「どこに住もうかなあ」と考えた。その結果、「ここ(清里・北杜)で住んで、ここで死にたい」と思うようになりました。

自分ができることは、“医者”。だとすれば、この住民の人たちといっしょに生きてできることを貢献しよう。地域を歩き回り、住民のみなさんの話を聞き、2015年9月に「きよさと診療所」をオープンしました。

### Q 在宅療養支援診療所として在宅療養の方の支援に重きをおいたのはどうしてですか

それをやっている医師が少ないなあと思ったからです。家で暮らし続けたいと思っている住民が多いのにそれを可能にできなくて困っているという話をたくさん聞いたからです。地域住民のニーズに応える仕事をするのは、当たり前でしょう。

### Q 今年一年間で、在宅での看取りは何人でしたか

在宅・家の看取りは、30名でした。そのうち、7名がお一人暮らしの方です。他のサービスと一緒にになって取り組んでいます。

### Q 『わがままハウス山吹』について

特に期待しているのが、短期間利用する方々です(ショートステイ)。人生の終末期を家で過ごして最期まで家で過ごす方々のご支援をしていますが、どうしても家が無理な場合があり、しかし入院が嫌だという人が多くいます。そういう時、自由に利用できるのがいいですね。



往診中の福富先生

### Q だんだん会が活動し始めてどう思いましたか

正直、“夢のよう”。「在宅」の仕事をするとなると訪問看護が重要! “あの宮崎和加子が北杜市で事業する?!”・・・。

### Q 大事にしているものは?

それを聞かれたら、ためらいもなく“犬(うちの子)”。4頭! 大きいのから小さいのまで。毎日40分くらいの散歩が楽しみです。2頭ずつ、2回に分けての散歩です。

### Q 聞くところによると『帰国子女』?

父の仕事の関係で、サンフランシスコで7歳から14歳まで過ごしました。小学校時代は教師の勧めで、ボブ・ディランの反戦集会(コンサート)に通っていました。日本でも反戦平和運動にできる限り心と力を注いでいます。

### Q これからの目標は?

目標なし。「ただの(つまらない)医者でいたいだけ」

だんだん会は、良きパートナー。今年もよろしく!

# 新年にあたり一言 ハケ岳根っここの会



八ヶ岳根っここの会 代表 森典子

サロン「わたしの茶の間」がスタートして7ヶ月が経ちました。だんだん会事務所の居心地の良い居間をお借りして、参加者12人がひと月に2回集まります。50代から80代の男7人、女5人。毎回小さなテーマを決めて、そのテーマに添ったり添わなかつたり、心置きなくおしゃべりをします。

12月最後の会で、「今年の私のベスト3は?」というテーマでおしゃべりをしました。それぞれの人生の様々な場面を聞き合うことで、参加者はより親しみを増したようです。その中で、サロン「わたしの茶の間」をベスト3に選んでくれた人が何人もいました。「みんなと親しく色々なことを話せることはとても楽しい」とおっしゃっていました。一緒にお茶を飲んで、ランチを食べて、またコーヒータイムで賑やかなおしゃべりが続きます。中年を過ぎた高年の私たちが、お互いに刺激し合い、支え合っているように感じます。

このサロンを運営している「根っここの会」は、現在5人の陽気な仲間です。それぞれが長く務めた仕事を終えたり、仕事を少し減らして、北杜市に移り住みました。

私たちはここで最期まで暮らし続けるためには何が必要なのか、自分らしく生きるには何を準備しておけば良いのかを話し合いました。超高齢社会の当事者として、余力のある今、誰かの役に立ちたいと思い「根っここの会」を立ち上げました。山梨県に根付く「無尽」のように、多くの人と根っこでつながり、支え合えるような会を目指しています。

4月からオープンする「わがままハウス山吹」が、この地域の人たちにとって、支え合いながら共に生きる心地の良い居場所であり続けるために、私たちも微力ながらお手伝いをしたいと思います。

## 今年の抱負 地域看護センターあんあん

所長：樋川 牧

<昨年一年間>

**毎日が必死！**

- ・一年間で **106人** の利用者 一人もお断りせず依頼を受けました。
- ・一年間で **26人** をご自宅でお看取りさせていただきました。  
(在宅死亡率 **89%**)
- ・お一人お一人に、ていねいな看護を提供させていただきました。

ある終末期の利用者ご家族がこう言いました。「あんあんの小舟の船長さん。“あんあんの小舟”に乗せてもらって何の不安もなく過ごせています。ありがとうございます。

<さて、今年は>

**あんあん中船に**

- ・“あんあんの小舟”から、“あんあんの中船”に。  
小舟なので定員がいっぱいなので・・・と断らなくともいいように。  
まだまだ小舟なんですが、仲間を増やし中船くらいにしたいですね。
- ・どんな重度の方でも、どんなに短期間でも、今すぐにでも！

**みんなで頑張ります！**

## 今年の抱負 定期巡回でくつぐるま24

管理者：西室徳子

<今、思っていること>

**こんなにおもしろい仕事はない**

**“支えている”っていう実感大**

**仲間が素晴らしい**

<今年望むことは>

**仲間が増えること** (増やすことではなく、自然に増えていくこと)

**仲間といっしょに仕事を楽しむこと**

**仲間と、地域住民の多彩な生活を支援すること**

## 今年の抱負

# グループホームわいわい白州

## 摩利支天 無限実行 (むげんじっこう)

行きたいところ・食べたい物・会いたい人etc、歳を重ねてもやりたいことは無限にあると思います。

人生いろいろ♪わがままもいろいろ♪入居者さんの思いをスタッフの支援力でつなぎ合わせ、計画的にたくさん実行していく年にしていきたいです。

追伸：今年の大河ドラマは「いだてん（韋駄天）」だとか、、、

摩利支天も負けられません！

(ユニット長 近藤 浩)

## 尾白 元気に過ごすこと

ある日のリビングでの会話

「来年はどんな年にしたいですか？？」

「毎日元気に生活できることかな」

「やっぱり 3 度の食事を美味しく食べること！！」

「なるべくたくさんのところに出かけて行って、友だちをたくさん作ることもいいね」

「当たり前だけど、健康が一番」

「そうでなければ何にもできんし、はじまらんじやんけ一ねー」

さすが！！

ということで「いつまでも体に十分気を付けて今年も一年間元気に過ごすこと」を目標にします！

(ユニット長 立花 明子)

## 今年の抱負 オレンジサロンわいわい白州・長坂・こぶち

オレンジサロンわいわい白州は月に3回・長坂は月2回順調に開催されています。

今年度は、「オレンジサロン わいわいこぶち」が中途からですが始まりました。

昨年末にはそれぞれの会場で、一年を振り返っていただきました。今年度も、サロンが何よりの楽しみとなって、生活に「張り」や「彩」がでてきたことを実感しているという声をいただきました。

一昨年は「前向きになれる元気の源」をサロンからいただいていることを強く感じたという声をいただきました。「前向きになれる元気の源」がサロンの魅力であり、威力であることを日々感じています。

サロンから、介護サービスだけの利用に切り替えていく方もいらっしゃいました、寂しい気がしておりましたが、新しい出会いや感動もたくさんありました。

特に、地域で沢山のサロンを開催できる支援を目標にしていきたいと取り組んで、小淵沢町に「月 1 回のサロン」ですが、開催することができ、近隣の方が利用してくださっています。仲間やボランティアも相互にいい刺激をいただき、癒されながら楽しんでおります。

サロンでは、一人では得られない、達成感や充実感、仲間の存在を共有して、その力を大いに發揮して、地域で沢山のサロンをスタッフと参加者で作り上げていこうと思います。

「人と人をつなげて大きな地域の輪になる」ことを今年の抱負としたいと思います。

記：中嶋登美子

# 4月にオープン予定！

## 『わがままハウス山吹』改築中

### 寄付・基金等のご協力ありがとうございました！！

市民の皆さん、だんだん会のサービスの利用者・ご家族、あるいは理事の知人など 30 名の方から、合計約 4 千万円の資金提供がありました。おかげさまで補助金と金融機関借入も含めて『わがままハウス山吹』の資金の目途がたちました。本当にありがとうございました。

高額の資金協力者の皆さん、本当に心強かったです！ それと同時に顔見知りでもなかった地域住民の方が『応援しています』と寄付をお寄せください、改めて身が引き締まる思いです。みなさんと一緒にになって“わがままに暮らせる“いい空間作りをしていきます。

#### 改築状況

2018 年 12 月 1 日から改築が始まり、2 月末終了予定です。明るい室内、温かい床暖房、エレベーター、12 台の駐車スペースの確保など着々と進行中。



#### 「住みよいシェアハウス作り地域会議」で準備・運営

1 月から上記会議開催予定。具体的な運営方法については、地域住民代表、行政、医療・介護関係者、八ヶ岳根っここの会などのみなさんで構成する上記会議で準備・運営する予定。



#### 入居者・利用者募集の時期

ただ今、入居者募集用のパンフレット作成中。1 月下旬には募集開始予定。

ぽつぽつ問い合わせや入居予約の連絡が届いております。どうぞご利用ください。  
問い合わせは、法人本部まで。