

# だんだん便り

第22号

2019年8月10日

## 一般社団法人大んだん会

408-0035 山梨県北杜市長坂町夏秋 918-5

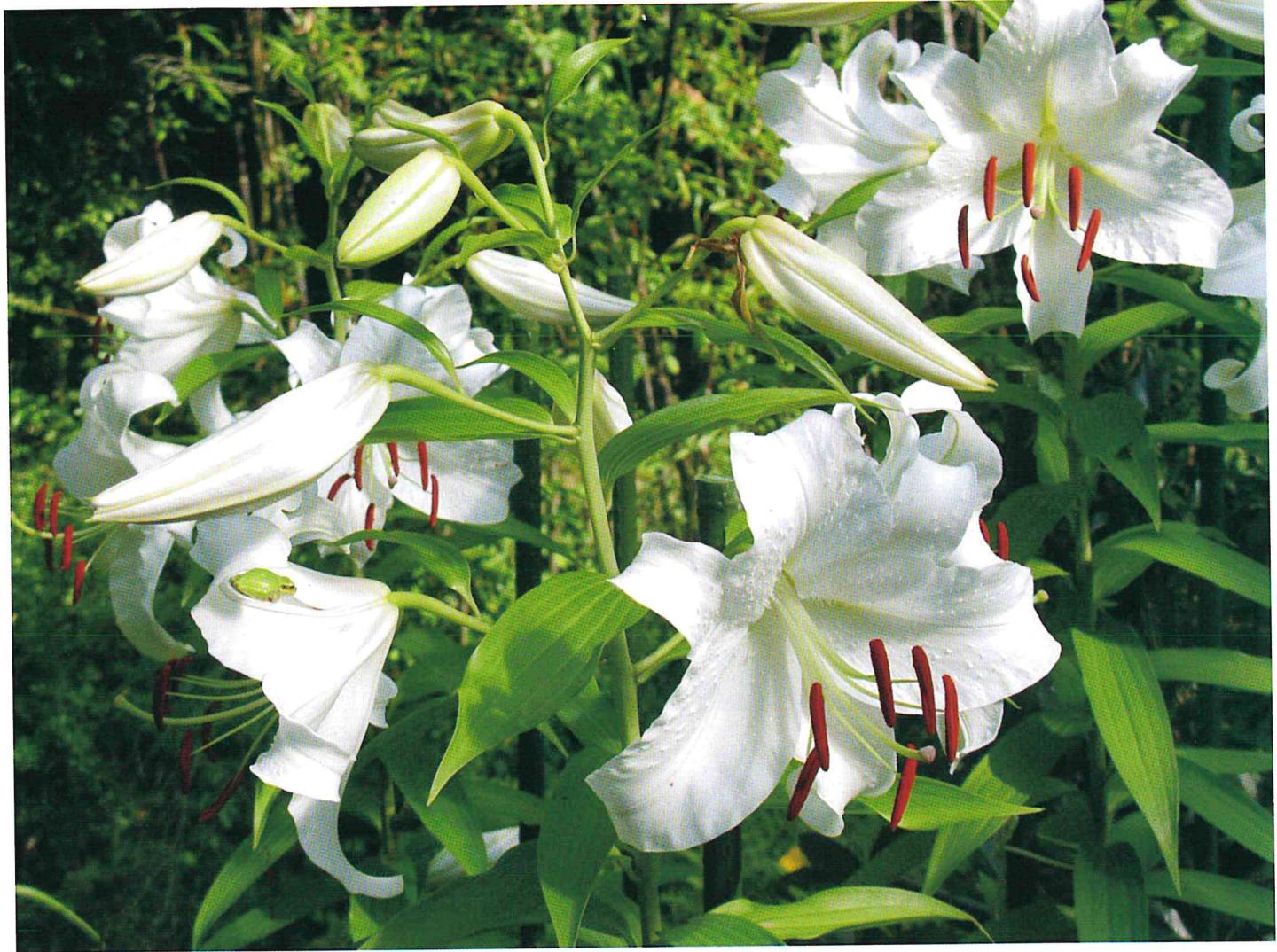
- ・法人本部 0551-45-9566
- ・地域看護センターあんあん 0551-30-7505
- ・定期巡回てくてく24 0551-30-7787
- ・オレンジサロンわいわい白州・長坂 0551-45-9566

・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

・わがままハウス山吹 0551-45-6323

408-0044 北杜市小淵沢町 10123-2



純白の大輪の花を咲かせ「百合の女王」と言われているカサブランカ。

我が家の庭に根付いて10数年。芳ばしい香りと気高さを感じるが  
うつむき加減に咲く姿が気に入っています。

写真・文 たろべ～

# グループホームわいわい白州（尾白）

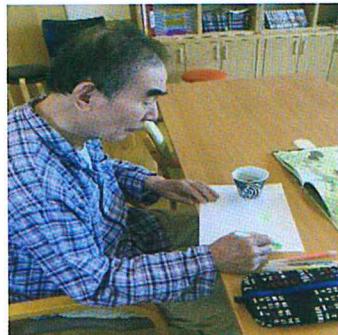
梅雨も明けて本格的な夏が始まりました。入居者様方は蝉の鳴き声や温かい風、テレビで見る夏の高校野球、冷たくて美味しいアイスクリームなど五感を感じてこの夏を皆様大いに満喫されています。尾白ではこの度、そんな楽しい夏を共に皆様と過ごす新しいお仲間が二人入られたので紹介します。

<職員 湯舟康弘>

## 城さん

誰とでもすぐに親しくお話しすることができる方。昔から芸術が大好きで趣味で描画を嗜んでおり、過去に県美術展覧会に三度も入賞された実績をお持ち。芸術のみならずスポーツも嗜む今で言う“イケオジさん”です。なんと剣道三段の実力者。散歩をしながら自然と芸術を融合しているようなお言葉も・・・。話は大好きで気さくな方です。そんな城さん、他の入居者さんともすぐに打ち解けていらっしゃいます。

<職員 海野恵美>



## 岡本さん

とってもアグレッシブな方で何より笑顔が美しい。そんな笑いが絶えない岡本さんの周りには、常に他の入居者さんが集まってきます。笑いも悲しみもあるお話しのレパートリーの数々・・・。これも趣味の読書から身につけた教養・話術なのか、皆さんのがハートも根こそぎキャッチ。そして一番のお気に入りは甲斐駒ヶ岳が見える二階のソファーでの読書。昔から根っからの山ガール。特に甲斐駒ヶ岳が大好き。

<職員 鈴木秀明>

# 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・長坂・こぶち

こんなに近くにあった「大賀蓮！！」  
おおがはす

7月のオレンジサロンわいわい長坂での様子をお伝えいたします。

蓮と言えば・・・



東京に住んでいた方なら「上野不忍池」の「蓮」をご存知な方は多いはず。

夏の風物詩として見る人を和ませてくれる蓮、池のほぼ一面に咲くため、その規模も大きく、それは見事なことでしょう。

不忍の池の蓮とまでいきませんが、サロンの近くで「大賀蓮」が鑑賞できると聞いて早速サロンの日に、皆で出かけました。

ここは、韮崎市穴山町。サロンからは車で10分ほどのところ。

千葉県の天然記念物に指定されている「大賀蓮」を分根していただき、ここまで見事に開花されたようです。古代のロマンを秘めた花蓮・・・

一重咲き、淡紅色の「大賀蓮」との出会いに感謝です。



お出掛けは午前10時30分頃  
蓮の花の見頃は午前中の早い時間で  
すが…

曇りや雨の日が多くてこの時期、長く楽しめたのかもしれません。

色も鮮やかでしたよ。

皆さん、花の近くまで寄って、香りも感じて感動です。

スタッフからのサプライズに大喜び  
でした。（鑑賞レポートでした）

オレンジサロンこぶちでは、BBQに挑戦しました！

長い梅雨が開けると信じて2か月前から計画していました。  
今春、開設した「わがままハウス山吹」の庭にあるコンロを使って  
「バーベキュー」

天候は雨、専ら焼くのはボランティアさん。でも、炭をおこしていただいた  
のはBBQベテラン参加者さん。

おにぎりの準備も、部屋の中で大騒ぎ。何年か振りの「BBQ」を楽しみました。



古城を訪ねて！！！

# グループホームわいわい白州での看取り

開設当初から入居されていた大幡勝也さんが、6月に永眠されました。30年前に尊厳死協会に入会し自然死を希望されていました。ご意志を尊重してグループホームわいわい白州で、終末期ケア・お看取りをさせていただきました。

大幡さんは、北陸出身。関西の大学の学長の任を全うされるなど重要な社会的役割を果たしてこられました。定年後、北杜市に移住され20数年。（享年90歳）

グループホームわいわい白州での終末期ケアは初めてでした。職員みんなで精一杯のご支援をさせていただきました。

## ひとすじの涙

長男 大幡浩之

呼吸が間遠になり、いつ止まってもおかしくなったとき、思い切って父に感謝の言葉を告げました。

「父さんありがとう！大好きだよ」

父の目からひとすじの涙がこぼれました。

聴こえたのかな、だったらしいな。

父がわいわい白州にお世話になり始めて吾々家族は彼の表情や行動に変化が起つたことに気づきました。

我々には見せたことのないような無防備な笑顔だったり、良い意味でも悪い意味でも、甘えることを恥じない姿です。

かつてのように自分の身体を思うようにコントロールできることへのもどかしさやイライラ、夫として、親としてのプライド、それから解放された安堵のような表情さえ感じられるようになったのです。

それは彼にとって初めての「家族以外の信頼の置ける家族」の出現のおかげだったのではないかと思います。

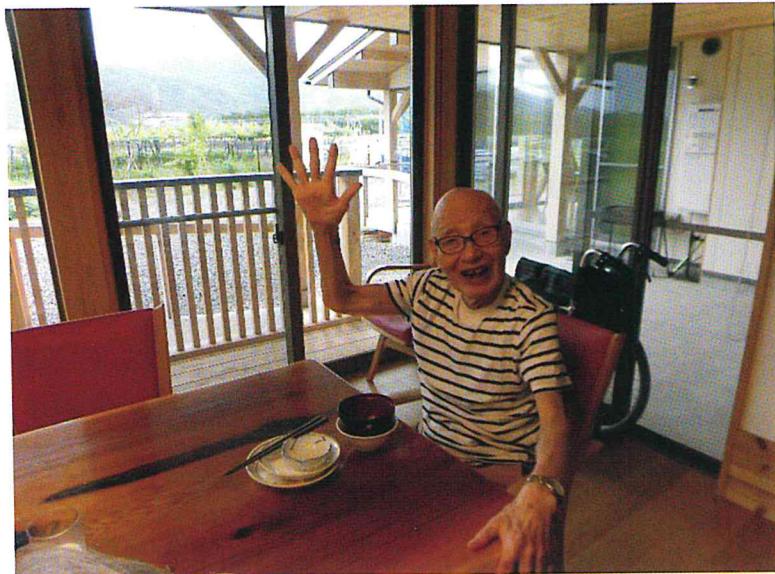
父は30年ほども前に「尊厳死協会」に入っていました。

父の終末期が近づいたときに、理事長の宮崎さんと主治医の吉田先生とも父の信条に沿って終末期を過ごすことについて十分な相談ができました。

そして、それに沿った十二分なサポートを、スタッフの皆さんのが協力してくださったことで、私たち家族は、おそらく最高の終末期を父と過ごすことができました。

父も喜んでいると思います。ありがとうございました。

# グループホームわいわい白州での看取り



## 大幡さんとのご縁に感謝

ご自分で尊厳死協会に入り自分の逝き方をきちんと意思表示されていたことに、まずは敬意。その通りに自然に老い、衰弱し、あの世に逝かれるのを傍でご支援させていただきました。“自然な死”(点滴などの延命処置をしない)が、最期に自分自身で体内麻薬を出して至福感を味わって、いい顔での世にいけるということを聞いていました。ただ、これまでそういう場面にあったことがなかったのですが、大幡さんは全くその通りで、そういう終末期の支援をさせていただけて幸せな気持ちでいっぱいです。感謝です。

<ユニットリーダー 立花明子>

## 忘れられないお看取り

長い間、医療の一環として看取りに立ち会つてきましたが、大幡さんの看取りはこれまでと全く違っていました。自己の中で感動でした。(こういう言い方が適していないかも)点滴・薬などではなく、“苦痛なく”“自然に”“心地よく”、あの世に逝くまでの期間を過ごせるように、職員みんなが様々に工夫・支援をしました。少しでもむせなく口からの食事を楽しめるように、トロミ・ミキサー食など、またどうしても口が乾いてしまうので、1時間ごとの口腔ケアと潤い、たくさんのお声かけ…。

最期のご遺体のケアまでやらせていただき、忘れられないお看取りでした。

<看護職 海野恵美>

## “家族”のような感覚

亡くなる前日の夜勤を担当しました。その前からも頻繁に訪室して口腔ケアや声かけなどの支援をさせていただきました。元気なころには、嫌なことには「やめてくれ!」「もういいよ!」とおっしゃるのに…と涙がこみ上げることがありました。長い期間、休日以外は毎日のように会っていたので、“家族”のような感覚でした。そのせいか、何だか切なくて…。

夜勤で自分一人の時に息を引き取ったらどうしようと不安でしたが、最期の夜は娘さんが泊ってくださつて、ご本人と娘さんで親しく話をされている姿にはつとしました。「死」は怖いと思っている自分がいましたが、こういう「死」はいいなあと思いました。

<介護職 三井沙織>

## 自分へのご褒美をたっぷり！

地域看護センターあんあん 浅見玲子

「やつとねーその気になりましたよ。いつも『あんあんさん』に言われているように、病院にいる間は先生や看護師さんがちゃんと見ててくれているのだから、安心して任せて、のびのびと自由に自分のために時間を使いますよ」

そう思いを語ってくださったのは、長年、妻の介護をしている史郎さん(仮名、73歳)です。史郎さんの奥様の貴子さん(仮名、73歳)は、進行性核上性麻痺という難病で寝たきり状態です。史郎さんの日常生活はすべて貴子さんの介護を中心に営まれています。

5時に起床して妻のモーニングケアと排泄ケア、経管栄養、ご自分の朝食が終わったら洗濯、掃除、買い物、ゴミ出し。息つく間もなく昼食の経管栄養の注入、庭の草取りや昼食の後片づけなどなどゆっくりする間はありません。そして夕食の準備と経管栄養の注入、排泄ケアとイブニングケア、やれやれやつと軽く晩酌をして床に就きます。その間には痰の吸引や貴子さんに話かけてなにか変わりはないか常に気を配って状態をみてもいらっしゃいます。

### 妻への恩返し

「史郎さん、お疲れ出でいませんか？」  
「疲れませんよ。貴子のおかげで僕は思いっきり仕事をして定年を迎えることができました。現役時代は好き勝手させてもらったのですから、今度は僕が貴子に恩返しをする番。ここで貴子と二人で暮らせることがどんなに幸せなことか」と、満面の笑顔で史郎さんは話してくれます。

入院生活から在宅療養に移行するときに痰の吸引や経管栄養の注入、排泄ケアを史郎さんが不安なくできるようになるために、あんあんは毎日一日3回の訪問をして史郎さんを支援しました。現在では毎日1回の訪問でお2人のご様子をみながら必要な支援をしています。

### 介護者の休養

退院前に病院の医師や看護師、地域連携室の相談員、そしてケアマネージャーと退院して安心安全に暮らしていくように多職種で相談します。そのなかで必ず介護者の休息をどこでどのように確保していくかを相談します。在宅療養を継続していくには、介護する方の健康管理も大切な支援の一つです。

医療依存度の高い利用者には、『レスパイト入院』という仕組みがあります。レスパイトとは「一時休止、休息」という意味です。介護者の日々の疲れ、冠婚葬祭、旅行などの事情により、一時的に在宅介護が困難となる場合に、期間を設けた入院の受け入れを行い、介護者の負担軽減(息抜き)を確保します。

貴子さんは、1か月自宅療養したら1週間レスパイト入院というパターンです。1週間の入院中に史郎さんはご自分の検診を受けたり、旅行に出かけたり好きなことをなさるようにやつとなりました。「そうですよ、貴子さんことは病院に任せて休息期間中にたくさんの“自分ご褒美”をあげてくださいね。そうすることが貴子さんと上手に暮らしていくことにつながると思いますよ」

介護保険の利用者さんは介護施設等でレスパイトケアとして通所型や宿泊型で同じように対応してくれます。介護なさる方々もケアを受けることが大切なことを皆さんに知って頂きたいと思います。



# てくてく物語 <その12>

『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

## 清拭が可能に！！ 寝室の掃除が可能に！！

### たぶん、数年間入浴していない春江さん

この便りに何度か登場した春江さん(仮名、80歳、女性)。認知症のために人とのかかわりを拒否し、玄関の戸を開けてくれなかつた春江さんが、一緒に食事を作り、職員を玄関で待っていてくれるようになったことを報告しました。

だいぶ受け入れてくださるようになったのですが、どうしても難しいのが**清拭・入浴・掃除**。暑くなってきたし、何とかしたい！と、知恵を出し合って取り組みました。

### 蒸しタオルを渡すと…

「暑くなってきたし、お風呂に入りましょうか。お手伝いしますよ」「いいえ、結構です。自分でやってるから」ずっとこの繰り返でした。

ある日、「汗をかくし、臭うといけないのでこれで体を拭いた方がいいと思うのですが」と、蒸しタオルを作り何気なく春江さんに手渡しました。そうしたところ、すんなり受け取り、せっかくの蒸しタオルがもったいないと思ったのか、ご自分で拭き始めたのです。「背中は手伝って」と。その後も「結構です」といわれても、蒸しタオルを手渡すと清拭をしてくださるようになりました、流れができました！

**教訓：言葉で拒否されても、にこにことやり始めるこ**

### 寝室には絶対に入れてくれない…

寝室は、開かずの扉。どうも布団が敷きっぱなしで、洗濯していない洋服などが散乱している様子。「片付けるのを手伝いますよ」「いいえ、自分でできるからいいのよ。開けないで」この繰り返し。

### そこで、前述の教訓を生かし…

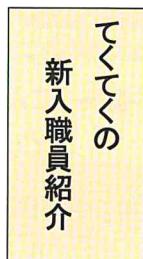
清拭の時の教訓をもとに、にこにことやり始めてみることにしました。ただし、無理強いはしないと。ドアが少し開いているのを見つけ、「失礼しますね」と寝室に入りました。「何をしているの」「ちょっとだけ片付けてみてもいいですか」「ええっ、ちょっと待って」「はい、いっしょにここだけやりましょうか」などと、おしゃべりしながら片付け始めたら、そのうちご自分で掃除機をかけ始めました！「わあっ、お上手！」「そうかい」と。とうとう寝室がきれいになったのです！

次の目標は：入浴・シャワー浴

<高瀬郁子・井出寿子・伊佐地江美>



堤 健一さん



定期巡回の仕事はまだまだ経験が浅いので、スタッフの皆さんや利用者さんから勉強させていただき、利用者がより自分らしい生活ができるように支援していきたいと思っています。よろしくお願ひします。



立花みなみさん

初めての介護の仕事で戸惑うことばかりですが、職場の皆さんや利用者さんが優しくしてくださり、楽しく働いています。

これから日々吸収していきたいです。よろしくお願ひします。

# わがままハウス山吹（支援付き共生すまい）

“わがままハウス山吹”がオープンして4ヶ月が過ぎ、小淵沢にも暑い夏がやってきました。さまざまな人生を送って来られた方々が、思い思いの時間過ごしていますが、ここ“山吹”では、「共に過ごす時間」も多いのです。

## ある時の入居者さんの皆さんのつぶやき

ここはいいよ～ み～んな良い人だもの。

だけど家に帰りたい。お父さんもお母さんも居るもの～

94歳なのですが…

記憶中のご両親ですよね。やっぱり家族が一番！



『あれダメ、これダメ』って言われてちっともわがままハウスじゃないよ、私を誰だと思っているのよ…

でも、私の事を思って言ってくれていることは分かっているのよ。

自由に、みごとに80数年を生きてきた方  
プライド、邪魔しませんよ

なんだかここは居心地が良いのよ、自由でさあ～、アツハハハハ

散歩が大好き、あちらへこちらへと外出されます  
人生への執着はなく、心は100%解放されています



『ここで生きる』と決めたの、私。  
あの方ともこの方もとも仲良くやっていきたい。  
『どうしたらいいかなあ』と考えてみたの。  
だんだん良いところが分かってきた

スタッフ以上に働き者、みごとな人生哲学！  
お世話することが大好きです



あ～、いやあ～、こんなことまでしていただいたいて…でも私はここに居  
ていいのですか？妻はどこに…

短期で利用中です、まだしつくり馴染めていない様子、  
戸惑いながらの生活です

お互いに他の方の言動が受け入れられず、時にはご機嫌を損ねたり、自分本位になったり、衝突したり、いろいろな感情が行き来します。しかし、そこは達人同士、いつの間にか平らかで、穏やかな空気に…。  
私達寄り添いスタッフは、そんな日々の生活の中、入所者の皆さんとの気持ちに寄り添い、皆さんと「共に生きる」を探っているところです。

＜寄り添いスタッフ 石川由美子＞