

だんだん便り

第27号 正月号

2020年1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

- ・わがままハウス山吹 **0551-45-6323**

408-0044 北杜市小淵沢町 10123-2



八ヶ岳南麓の溪流

八ヶ岳の溪流の一つ、立場川です。
厳寒期には八ヶ岳おろしが吹き降りて、流れる溪流にもかちんこちん。
透きとおった氷に魅せられます。(ウー寒い、熱爛だー)

長野県諏訪郡富士見町

滝沢清次

新年にあたり一言



だんだん会の活動を振り返ると、次のようです。

- ・2016年は法人を立ち上げ、「グループホームわいわい白州」の建設
- ・2017年から事業開始（4つの事業）
「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」
「定期巡回てくてく24」「オレンジサロン」
- ・2018年は、事業の安定化と「わがままハウス山吹」開設準備
- ・2019年は、「わがままハウス山吹」オープン。経営の安定化。

2019年はどんな年だったでしょう

① 『わがままハウス山吹』がオープン

国土交通省「スマートウェルネス住宅等推進モデル事業」より補助金を。ユニークな新たな住まいのモデル作りに挑戦中です。4月には「報告集」にまとめます。

② 事業・経営が軌道にのりつつあること

それぞれの事業が、職員みんなの熱意と努力で何とか順調に進んでいます。年末の理事会でも経営について「まだまだ安泰ではないが、少しずつ収入が伸びている。もう一步の頑張りを！」と。

③ 職員不足(特に看護師)

どこでも悲鳴を上げていますが、わがだんだん会も職員不足です。特に「あんあん」の訪問看護師。

さて、2020年はどんな年になるでしょう

① 職員確保（看護師・介護職・リハビリ職）

職員確保が鍵です。特に看護職！ もちろん介護職も！ リハビリ職も！

② さらなる経営の安定化

事業開始4年目となり、長期に継続できる経営基盤をつくることです。

③ 可能な新たな取り組みを

“事業”とまではいかななくても、面白い取り組みは随時実施します。たとえば、『おたがいサロン』『ほっこりミーティング』とか。また『だんだん便り』で紹介します。

職員数 43 名（昨年より 10 名増加）、一同頑張りますので、どうぞよろしくお願いいたします。



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

2020年 新年に思うこと

自分の思考・行動の原点は

宮崎和加子

新たな気持ちで 2020 年を迎えました。大きな不安とそれなりの希望です。不安は、地球上の各地で頻発している自然災害、国家間・民族間等の紛争、東京直下型地震、荒れそうな世界経済……。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。

希望は、そういう中でも誠実に前向きに生活し生きていこうとしている人が多いこと、地域ごとにあるいは自分の持ち場で、自分たちなりに主体的によくしていこうとする動きがあることなどです。

中村哲氏の死亡に際して

年末中村氏の訃報を聞き啞然としました。中村氏と私は実は接点があったのです。私は、2002年の若月賞（長野県の農村医療で有名な佐久病院の元院長の若月俊一先生の賞）を受賞させていただいたのですが、その時のもう一人の受賞者がペシャワール会の中村哲先生だったのです。中村先生の受賞講演を聞かせていただき深く心を動かされました。医療の前に生きることの手立てが必要『医者井戸を掘る』（本の題名）。そして素足で砂漠や岩山を駆け回るので破傷風が多く、足の切断もある。なので古タイヤを加工して手製の草履作りをし指導するなど生々しい現実と向き合っている姿でした。

私は、式典終了後、考え込みドキドキしながら、ぶしつけに「中村先生、私のようなものがペシャワールに行っても何かできることがありますか？ 行ってもいいものでしょうか？」と。本当にいかなければと思ったのです。先生は、にっこり笑みを浮かべながら「気持ちだけで誰でも行けるとは限りませんよ。でもあなたなら来てくれていいですよ。その時がきたら僕に連絡ください」と。

それっきり 17 年連絡していない私です。17 年前の“心のざわつき”を思い出しました。私の思考や行動の原点は何か。私の喜びは？

いつも原点を問う

私は自分の思考や行動の原点を問いかけないと生きていけないようなのです。基軸は、①地球上の地域に想いを馳せ、②歴史を熟考し、③どんな人間も平等に ④主体的に生きること。

時々、落ち込んだりしながら『今』を生きています。

今は北杜市で

今は、山梨県北杜市で、この地域に住む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ることができるようにご支援させていただくことを使命と自覚して、精一杯実践しているところです。



今年の抱負 グループホームわいわい白州

摩利支天

自由自在

『自由』自分の思いのままにできること。
あくまで自由＝無限ということ。

『自在』束縛するものも邪魔するものもなく、心のままにできること。

これらを合わせた発想で、入居者の皆さんとのかかわりをもって日々の支援につなげていく年にしたいです。

摩利支天はユニークな方々が大勢います。

良い年のスタートがきれそうです！！

(サブリーダー 大久保利恵)

尾白

「静」より「動」

入居者の皆さんに新しい年に向かってお話を伺いました。

・「健康に気を付けて、美味しいものをたくさん食べたい」

またオリンピックが開催される年でもあります。

・「少しでも外に出て体を動かす。地域とのかかわりを増やしていきたい」

・とかく室内にこもりがちですが・・・

「来年はドンドン外に出て活動的な一年にしたいです」

(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順調に開催されています。

過ぎてみればあっという間の一年、でも難なく過ぎたわけではありませんでした。

サロンが「前向きになれる元気の源」として出発、一昨年は「人と人をつなげて大きな地域の輪になる」ことを抱負に開催してまいりました。

サロンは確実に「必要とされる場」として位置づいております。

参加者の方の置かれている状況から、介護サービス利用までとはいかない「予防として」の居場所として強く求められていることを感じています。さらに、介護サービスではない居場所という側面もあることも感じております。

「大きな輪」にはまだまだ課題が多いところですが、何より「継続すること」が大事だとも気づかせていただいております。

「参加者が自ら考え、行動できるサロン」を目指して継続していくことを抱負いたします。

記：中嶋登美子

今年の抱負 **地域看護センターあんあん**

所長：浅見玲子

ひとりひとりの力は小さいものだが
ひとりひとりが個性あるその力を出し合えば

大きな力！ 希望の力になる！

今年も『あんあん』は、地域の皆さまの「自分らしく生ききる人生」の応援団として
最高の支援をするチームとしてさらに進化します！

今年の抱負 **定期巡回てくてく24**

管理者：西室徳子

★個人・全体で、問題、わからないことなどが起きた場合は
全員で話し合い、皆が統一して支援できるようにする。

それにより、全員のスキルアップを図っていく！

★看取りの支援を体験し、全員ができるようにしていく！

(てくてく担当職員が、10名になりました)

今年の抱負 **わがままハウス山吹** (支援付き共生すまい)

日常生活はもちろんとても重要ですが、日常を離れて

極上の時間 を共有する

“違い”は宝 を共有する

『時間を共有』することで、『会話』や『支え合い』が生まれてくると考えています。

介護施設ではなく、

“ちょっとおしゃれに” “いっしょに暮らす” “新たなタイプの家”として！！

人工呼吸器からの卒業！

「地域看護物語」に何度も登場した奈々さん（人工呼吸器を使用して在宅療養）。2年半の自宅での人工呼吸器での生活を卒業し、人工呼吸器がはずれ、自分の力で呼吸できるようになりました！！今回はその報告です！ご両親をはじめとする『奈々さん支援チーム』の各メンバーに寄稿をお願いしました。

奈々さん（仮名・30歳代・女性）は、2016年突然自宅で意識がなくなり緊急搬送されました。救命処置が行われましたが意識がもどることはありませんでした。人工呼吸器をつけて自宅に戻ったのは翌年の7月です。

当法人の『地域看護センターあんあん』（以下、『あんあん』）の訪問看護を開始したのは退院時の2017年7月で、理学療法士の訪問を開始したのは、2018年9月からです。



倫理的ジレンマ

北杜市立甲陽病院 医局長（脳神経外科） 田中克之先生

医学・医療技術の進歩によって、人の“死”は人為的な操作が可能な現象となりつつあります。患者さんの状態によっては、医師が積極的な治療を継続することによって、ある程度死期を先延ばしにも出来ます。逆に、治療のレベルを下げることで早期の死を迎えることもあります。救急医療現場だけでなく終末期と言われる状況においても、医師の診療行為の一つ一つが、患者とその家族に大きな影響をもたらします。このような、医師と患者との関係を含めて、医学における倫理的な価値観は変わることがありません。

「ヒポクラテスの誓い」には医師ならば逸脱することのない倫理的基準や道德規定が示されています。もちろん近年にはそぐわない内容もあり、1948年に世界医師会にて「ジュネーブ宣言」が採択されました。これらは、私たち医師が日々直面する倫理的なジレンマにおいて悩んだときに羅針盤となるものですが、実際には、そう簡単に答えを導き出すことができません。

呼吸器を着けた患者さんを目の前にして考えることは様々です。でも、明らかなことは、機器に頼らないのが正常だということだけ。もちろん、呼吸を補助しなければ肺が十分に広がらず、それによって、肺炎のリスクが増えることが想像できます。ただ、徐々に機器を調整することで、生きようとする人が持っている本能的な力によって、徐々に呼吸筋の筋力を上げれば、肺が広がり、呼吸器を外すことができる。そのように考えるのが普通です。機器を付けたままでも在宅療養は可能です。でも、できれば無い方がいい。そして、1年かけて外すことができました。これは、患者さんの“生きる”という本能的な力が原動力になってくれています。何よりも献身的な家族の介護があってこそ可能となります。

この峡北地区で、このような経験を出来たことを嬉しく思っています。

これまでの救急医療現場では1年に150名以上の患者さんの脳死判定を行い、看取ってきました。いずれ心臓死に至る脳死と植物状態はまったく異なる状態です。それを正しく家族に伝え、一緒に悩みながら、診療することが大事だと考えています。

人工呼吸器からの卒業！

看護師

地域看護センターあんあん 浅見玲子

「あんあん」の看護師の奈々さんの看護に対する姿勢が大きく変化したのは奈々さんのお母さんの一言でした。「治らないって言われたって『希望』をもっているでもいいよね？」

『希望』その言葉に目の覚める思いでした。「現状維持であきらめちゃだめだ！奈々さん時間でゆっくりできることに挑戦していこう！」

人工呼吸器をつけてのご自宅での生活はご両親にとっては一言では表現できないご苦労があったと思います。それでもいつもそばにいるお母さんは毎日毎日奈々さんに語りかけていました。そしてその語りかけはちゃんと奈々さんに届いていました。問いかけに頷いて意思表示できたのです。

最近では言葉こそ出ませんが豊かな表情の変化で奈々さんの気持ちの変化が看護師にも伝わります。そして「今回の入院で人工呼吸器を外しましょう。大丈夫ですよ。奈々さんはもう十分自力で呼吸できる力を身に着けているから」

田中医師のこの一言はまさしく「希望の光」をじっとみんなで見つめ続けた結果でした。

理学療法士

地域看護センターあんあん 差ヶ久保三希

奈々さんのリハビリに関わり始めたのは2018年9月頃。最初に触れたときは棒のように全身硬い身体でした。それでも筋肉の柔軟性がある身体のように私は感じ、もしかしたらもう少しどうにかなるかもしれないと思いました。

奈々さん自身が私に身体を預けてリラックスできるように、私は声掛けをしながらゆっくりと動かすことに集中しました。するとちゃんと身体で答えてくれるのです。ほんの少しの抵抗感や筋肉が緩む感覚。ちゃんと私に、自分が動かすことのできる範囲で私に伝えようとするのです。

その反応は月ごとに良くなりました。今では自分の手を使って頭や目を触ることもできます。

リハビリは利用者さんと一心同体になること！私が彼女から学んだことです。

訪問入浴

ケアサービスパートナー～ 代表 長澤 久

いつもかわいいパジャマを着用しており、髪につけたシュシュがお似合いで、女性らしさやかわいらしさを感じる奈々さんです。以前は人工呼吸器を使用していたので気をつけていても時々気切部(回路)を刺激してしまうことがありました。その際には、苦痛な表情になるため私たちスタッフはとても心配し、その部位ばかりを気にしていました。しかし現在は呼吸器もはずれ、毎回とても穏やかに気持ち良さそうに入浴されていることで私たちも嬉しくなりました。

肩などに搔き傷が見られ全身の皮膚が乾燥している時期もありましたが、現在は清潔と保湿の両立により、乾燥部位は少なくなり痒みは軽減されているようです。

奈々さんがリハビリを受けている効果もあり、両腕の特に右上腕を活発に動かすようになり、みんなで驚いています。訪問時からよく動き、頭をいじったり目をこすったり活発です。最近では車椅子への乗車にも挑戦しているとのこと、頑張っしてほしいとスタッフ一同応援しています。

人工呼吸器からの卒業！

驚きの回復、笑顔のその先へ！

在宅主治医：北杜市立国民健康保険辺見診療所 非常勤内科医師 賀村仁美先生

奈々さんの訪問診療の担当になったのは 2017 年 7 月でした。人工呼吸器を付けている在宅の患者さんを診るということは私にとって初めてでもあり、今後の生活がどんな状況になるのか正直なところ楽観視出来るような材料は一つもなく、初対面の時から診療の日は緊張の連続でした。

(それは今でも変わりませんが。)

家で介護をしていくということは、通常でも最初は特に大変な事です。生活環境を整え、サポートする体制を整え、皆が同じ方向を見て進むという形を作り上げなければいけません。奈々さんの場合は入院可能な病院との連携も必要不可欠で、脳神経外科ドクターや医療連携室スタッフの方々と密な連絡が取れるように最初の段階から総ての職種が関わって在宅での生活が始まりました。

閉じ込め症候群？・・・

在宅での生活が始まり 3 か月が経過した時でした。奈々さんの瞬きが妙に気になりました。気管切開をして人工呼吸器を装着し声は出ません。脳障害も重いものでちゃんとした意思とそれを表現するという事は出来ないものと思っていましたが、何故か瞬きが気になります。瞬きが YES、NO の 2 つの反応があるような「気」がしました。その時「閉じ込め症候群」という言葉を思い出しました。もしかしたら・・・

訪問看護さんの方が頻回に奈々さんのケアで訪問しています。担当看護師さんに「もしかして、こっちの言っていることを理解しているんじゃないかな？ 瞬きで反応していない？」と相談しました。

そうかもしれない、そうじゃないかもしれない、訪問看護さんもケアの時に YES、No と反応しやすい質問や声掛けをして奈々さんの反応を

リハビリ開始

自宅で過ごすようになって 6 か月後。訪問看護さんの質問にちゃんと反応したという報告が入りました。この時点で全くもって通常では考えられない状態なのですが、さらに驚くべき回復を見せていきます。

奈々さんの目標は 1 年毎に各職種のスタッフが集まり相談会議をしています。2 年目になる時に「車いすに乗って、庭の桜を見よう」ということになりました。それには、ずっと寝たきりの状態から動かしても大丈夫のようにリハビリが必要です。地域看護センター「あんあん」さんのご尽力により、リハビリが開始されることになりました。

笑顔も！！ その先は・・・

さらに驚くべき回復というのは、このリハビリを開始して筋肉や固まった関節を動かすことで腕も動くようになり、頭をポリポリと指で搔いたり、目をこすったり。そして頷き反応や表情の豊かさを取り戻したのです。人工呼吸器が外れ、最近では笑顔まで！！

沢山の人の力を結集し、ご家族の思いを胸に、皆が同じ目標を目指してケアをしてきた結果が驚くべき回復として現れたと思っています。

笑顔のその先は・・・車いすに乗って外の風景を見よう！みんなで桜を見ようね！

最後にこの場をお借りして在宅に携わって頂いている皆様へ、心より感謝申し上げます。

