

だんだん便り

第28号

2020年2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



冬場、森の小鳥たちもバードフィーダーに集まってきます。
ひまわりの種、バードケーキ、落花生、ごちそうがたくさん！

からまつ会 渡辺 秀正 (北杜市大泉町在住)

グループホームわいわい白州



12月27日(金)
わいわい白州 お餅つき

摩利支天 在原弘美、近藤 浩

お正月といえば「鏡もち」ですが、最近はお餅つきをする家庭が少なくなってきたね。わいわい白州でも毎年スーパーで買った鏡もちを飾るのが当たり前になっていましたが、入居者の皆さんは、子どもの頃から「自宅でお餅つき」が当たり前という時代でしたので、お正月の話題になると、ある入居者さんは「昔は家でお餅をついてねえみんな上手に丸めてたのよ。」「今はどこの家も餅つきをやらなくなつたわねえ」と少し寂しそうに話されていました。

そんな姿を見て、なんとか「お餅つき」を実現できないかとスタッフが悩んでいた昨年末、棚から牡丹もち！なんと入居者さんご家族から杵と石臼をご寄付いただき、急きょお餅つきを行なうこととなりました。今回はその時の様子をご紹介します!!



まずは通り抜けになっている土間に
シートを張って防寒対策！



もち米が蒸しあがり、準備完了！



蒸し上がるやいなや
力自慢の「おとこし」が杵の奪い合い！？



合いの手は入居者さん
完璧なタイミングで手際よく♪

グループホームわいわい白州



お子さんも大活躍♪



つきあがったお餅を手際よく丸めます



ひたすら、ひたすら丸めます

織田がつき 羽柴がこねし 天下餅
座りしままに食うは・・・



鏡もち、見事完成しました！



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』はさまざまなスタッフで支えられています。今回は“寄り添いスタッフ”的メンバーをご紹介します。

大柴 由記子

- ・山梨県韮崎市出身
- ・特技は手話
- ・好きな事は
ガーデニング
(特にハーブづくり)
喫茶店めぐり
- ★ 山吹のお花は
すべておまかせ
(いつもきれいなお花
がお出迎え)

高木 大子

「たけこ」と読みます

- ・兵庫県神戸市出身
- ・特技はしいて言えば
地図が読める事
- ・趣味はオカリナ、短歌、一人旅
- ★ アピールポイントはありません
(柔らかな物腰で周囲はホッと
させてもらっていますよ)

池永 博子

- ・岡山県出身
- ・特技はリメイク

限られた材料を組み合わせ再生する事が得意
(腕前はアロ！)

- ★ 子育てを終え、これからの時間をどのように過ごすか
考える年齢になりました。
- 自分の得意分野である家事や趣味を生かし、入所者の皆
さんが気持ちよく過ごせるよう取り組んでいます

森 典子

- ・神奈川県逗子市出身
- ・特技は洋裁 (入居者の皆さん
と雑巾などを縫っています)
- ★ 困っている人を見ると黙って
いられない
山吹のみなさんが笑顔になる
よう働きたい

多賀 秀江

- ・埼玉県川越市出身
- ・趣味はミシンキルト
- ★ 土いじりが好きで、育てや
すい一年草の種を毎年採り翌年
種から育てます
(入居者とオセロでバトル！)

岡本 静佳

- 「しづよし」と読みます
- ・兵庫県神戸市出身
- ・趣味はギター
- ・マイブームは筋トレ
- ★ 山吹の催しの際には
ギター伴奏・運転手として
毎回呼び出されます

吉田 久美子

- ・神奈川県茅ヶ崎市育ち
- ・手仕事、音楽、バドミントンが好き
- ★ どんなことでも楽しくできます
(理系女子ですもの？)



石川 由美子

- ・静岡県掛川市出身
- ・趣味は自宅で録画映画を観ること
(何度も見ないとわかりません)
- ・特技は墨を使って描くこと
- ★ なんでも真面目に取り組みます
(ただしエネルギーは3年で切れます)

『“寄り添いスタッフ”とは、何をする人?』 とよく聞かれます。介護をする役割ではないんです。

経歴も保有している資格も異なる私たちですが、それぞれの特技や経験を活かし、入居者の皆様の困りごとや要望に寄り添って、“何ができるか”日々試行錯誤しながらご支援させていただいているです。

寄り添いスタッフ 石川 由美子

ほっこりミーティング

『ほっこりミーティング』とは

ズバリ！一言でいうと、『入居者同士の話し合い』です。

- ・「お世話してもらえる家」で、「ありがとう」しか言う機会がなく、家の決まりに従うというお世話になる立場ではなく、自分たちが主役の『シェアハウス（家）』を作ろう！
- ・伸び伸びとわがままが言える・わがままに暮らせるシェアハウスを作ろう！
- ・改善点を出し合って、自分たちで実現していくシェアハウスを！
- ・みんなの意見をまとめてホーム長（だんだん会）に提案していこう！

そのために、お話し合いの場を設けることになりました。参加者は11名の入居者全員と職員代表とホーム長・法人の3者です。年末に第1回目の『ほっこりミーティング』を開催しました。

要望と提案

まず、今決まっている暮らし方のルールについてみんなで確認しました。（ex.門限が20時、入浴・浴室の使い方、食事作りetc）質問と意見、提案は次のようです。

- ◆送迎料金の明確化…自動車の免許を返上した入居者が多いので自由に外出するために、だんだん会として定めている送迎料金をもう少し詳しく示してほしい。
- ◆料理について…もう少し“だし”をきかせた調理にしてほしい。
入居者の年齢が70歳代から99歳。年齢にもよるがもう少し料理の量を増やしてほしい。（別な方は、ちょうどいいと）
- ◆個室の鍵の管理…外出時には、各自鍵をかけていきましょう。本人が留守の時には職員も個室には入らないことを徹底しよう。
- ◆買い物ツアの企画を…時々、みんなでわいわいと買い物ツアにでも行きたいです！企画しましょう！

要介護の方が4割、認知障害がある方もいらっしゃいますが、多様な方々がいつしょに暮らすシェアハウスです。この家の主人公として、頑張りましょう！



地域看護物語



家 族

地域看護センターあんあん 浅見玲子

「死ぬのは夕方は嫌だな。だって寂しいじゃん。みんながいる昼間がいいなあ」
あっけらかんと話す河野明夫さん（59歳）。
明夫さんには仲の良い自慢のご家族がいます。

大学病院の地域連携室のナースより癌を患い残された時間が少なく在宅で過ごしたいと退院を希望されている方がいらっしゃるとお話しを受けて病院で初めて河野さんご一家にお会いしました。妻の美里さん、長女の美紀さん、次女の美和さん、長男の慎太郎さん、皆さんとても緊張された硬い表情をなさっていました。「家には訪問看護師さんは毎日来てくれるんですか？」一度退院してどうしても家で過ごすことができなかったらまた入院もできますか？」

「大丈夫ですよ。毎日伺います。必要な時には24時間365日いつでも駆け付けますよ」
ご本人もご家族も医療機関を離れて在宅で暮らすことには大きな不安でいっぱいだったと思います。

初めての訪問日

在宅医の医師から痛みのコントロールと全身の浮腫み、腹水（呼吸困難を伴うほど溜まっている）ができる限り楽にしましょうと治療に関する提案がありご家族も希望され治療が行われました。その結果、浮腫みがとれ腹水もなくなり身体がとても楽になった明夫さんは「ハンバーグが食べたいな」妻の美里さんの作るハンバーグは絶品！なんだそうです。

24時間点滴も行われていましたが点滴の管理は次女の美和さんにお願いしました。美和さんは、他県の大きな大学病院でナースとして活躍していましたが、新しい命を授かり出産のことを考えていた矢先にお父さんの癌がみつかりました。思い切って退職してお父さんの看病をするために自宅に戻っていました。私たちは美和さんと共に明夫さんの支援を行いました。

台所で食事を作る音、長女の息子さんの小さなやんちゃな声、洗濯をする音、ベッドの向かいの窓から見える庭の景色、親戚の人、近所の人、昼間はだれかかれかが「おーい、どうだ」と明夫さんを訪ねてきます。暮らしのなかにいる明夫さんは冗談を言ったり、わがまま言ったり、ぐっすり眠ったり。いつも傍らにいて見守るのは美和さんともうすぐ生まれてくる赤ちゃん。赤ちゃん、お爺さんの声をしっかり聴いてます。

人生を引退

「病気になってわかったこともたくさんあるな。子供たちはみんな俺の自慢のこどもたち。子育ては普通にやってきたよ。人に迷惑をかけないような人間になってほしいと思って育てた」ケアの合間に話してくれた明夫さん。「もうそろそろ（人生を）引退としたいな。風呂に入りたい」

退院して24日目のお天気の良い昼間。家族や親せき、皆さんが見守る中静かに息を引き取りました。美和さんはお父さんを最後まで懸命に支えきました。一言の弱音も吐かず。美和さんの凛としたその姿はとても印象深く心に残っています。娘としてのやさしさ、お腹の赤ちゃんの母親としての強さ。明夫さんとの24日間はこれから美和さんの人生を強く支えてくれることでしょう。

いつもどんなときも一緒にいたご家族を、これからも明夫さんは見守ってくれることでしょう。
“命のものがたり”は、親から子へ、そしてまたその子へ永遠に紡がれていくのだと思います。

*本文中の名前はすべて仮名です。

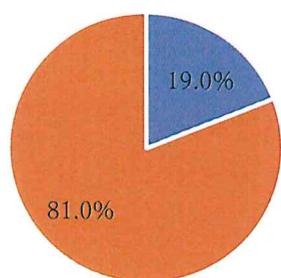
てくてく物語

今回は、『数字で見るてくてく24』を2回に分けて(前編、後編)報告します。

前編は、**利用者の概要**を数字で紹介します。後編は**支援内容**などです。

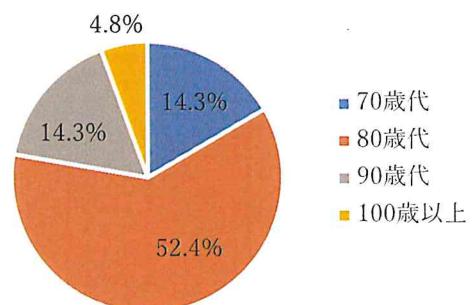
2020年1月の利用者数は21名。

性別利用者の割合



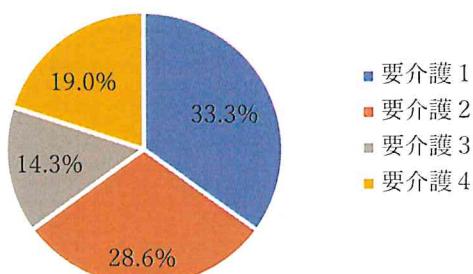
圧倒的に女性が多い！

年齢別利用者の割合



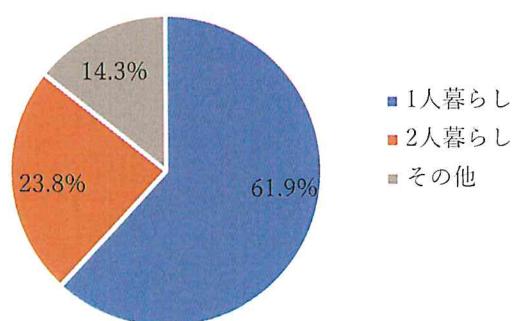
80歳代が半数以上。80歳以上が70%を超える

要介護度別利用者の割合



要介護1・2が多い

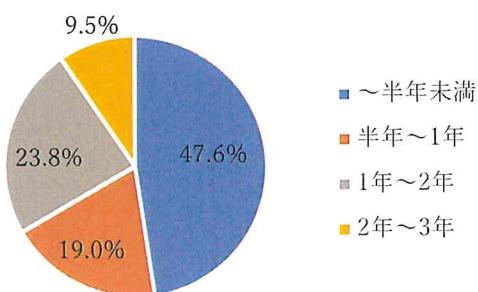
家族構成



1人暮らしが60%以上多い。

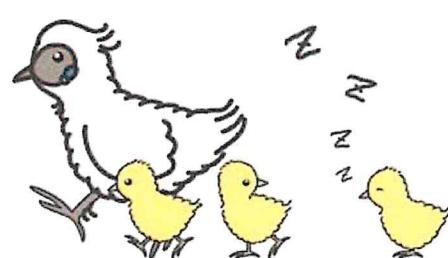
1人暮らしの人の中でペットと暮らしている人が多く、犬や猫はもちろんウコッケイも。

利用期間別利用者の割合



約半数は、半年未満。

1年以上の利用者が3割。



オレンジサロンわいわい白州・長坂・こぶち



今年も元気に始動しました！

田舎でも、スーパーも営業を控え、人通りが少ない静かな、また天候も穏やかな令和初の正月を迎えるました。正月が過ぎ、オレンジサロンは思い思いに令和2年1月のサロンを開催いたしました。

正月と言っても、多くの家では昔のような賑やかさは見られなくなりました。

そして、サロンでは思いっきり「声（笑）」を出していただきました。

それは何かといいますと、「かるた」です。「かるた」も「甲州弁かるた」です。

いっちょし・にちょし・みちょし・よっちょし・ごっちょう・・・

「行かないで（または、言わないで）・煮ないで・見ないで・寄らないで・面倒だ」と甲州弁訳はこうなるのですが、この分からぬ発音に苦戦しながら、真剣勝負になるんです。



絵札を見つけて伸びるその手と声、乗り出しぐれはリハビリ運動です。

真剣勝負ですが「譲り合い」もまた微笑ましい光景です。

《わいわいサロン長坂》

ギターの伴奏で昔の流行歌を大きな声で歌うことが好きな人が集まりました。

「親の血を引く、兄弟よりもお・（チャチャンチャン）と合いの手が入る・「兄弟仁義」と、思えば「東京お、ナイトクラブ・・・」としつつ恋歌が飛び出すなど・・全員が口ずさんでいました！！

《わいわいサロン白州》



初詣に近くの神社に出かけ（なかなか出掛けられないので）、部屋の中では「かるた」で大笑い、元気に今年がスタートしました。



《すべての参加者の皆さんに聞きました。今年の抱負！》
皆さんが口をそろえて「オレンジサロンに参加し続けること」この一年を健康で過ごしたいという、強い思いが伝わってきました。