

だんだん便り

第31号

2020年5月 10日

一般社団法人大だん会

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

- ・わかままハウス山吹 **0551-45-6323**

408-0044 北杜市小淵沢町 10123-2



自然の中を歩く

新緑の季節、西沢渓谷を一周した。森を歩くことは健康に良いとはよく言われる。森林浴などの健康療法だ。

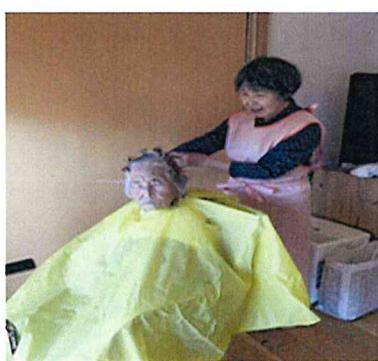
樹木が発する何かが大気を特別な物に変えるのかも知れない。でも自然の中を歩くことの意味はそれだけではない。土や小石の上を歩く、草や岩を感じながら歩く、鳥の声や水の流れる音を聞きながら歩く、そして自然のつくり出した造形に感動する。そこに心身の免疫力を高める大きな力があるのではないだろうか。

本橋 博（須玉町）

グループホームわいわい白州・尾白



神宮川川岸(白州町)



最近の利用者の様子です。今は様々な所に行って五感で楽しむというのは難しいですが、近くを散歩したり家の中でも楽しみが見つけられるよう支援しています。

約20年前のことになりますが、こんな言葉を教わりました。「人」という字は人と人が支え合って生きているんだ、と。簡単に思えますが当時はピンときませんでした。今はとてもつらい時期ですが最前线に立っている方達を支えられるよう私たちも頑張ります。一緒に乗り切りましょう。

(尾白:鈴木 秀明)

わがままハウス山吹（支援付き共生すまい）

ほっこりミーティング～卓球台の要望～

1～2か月に一度、入居者と職員、法人の3者の会議（ほっこりミーティング）を開催しています。この家の主役である入居者の皆さんのがんばります。

＜入居者一人一人の声＞

- ◇特別なし。快適です。マスク作りにがんばります。
- ◇満足です
- ◇心配なことはありません
- ◇最近、運転免許を返上し、改めて車のない生活の不自由さを実感しています。歩いてコンビニまでいっています。
ここで暮らしてとても幸せです。
外出したいときには、職員さんにいえばいいのですね。
⇒そうです。
- ◇家族がコロナ避難で私の家で暮らしている。
私は、試しにここで数か月暮らしてみたけれど、今となつては、一人暮らしはさびしいし、これからも長くここで生活しようと思っています。
- ◇ここでの責任体制がわからなく、悶々としていた。
本日職員にお聞きしてすっきりした。わかりました。
- ◇自分の人生の中で一番穏やかに暮らせている。うれしい。



＜ここでどういう暮らしをしていきたいか。要望など＞

- ・卓球台を準備してほしい
卓球をしたい人が数人いる。あればうれしい。
⇒大きくない卓球台を購入しましょう。
- ・入居者さんの呼び名について
苗字ではなく名前で呼ばれることに抵抗ある方がいます。
⇒みなさんに尋ねたところ、苗字で呼んでほしいという人は1人。他の方は、苗字でも名前でもいいと。
- ・入居者の他の人の部屋に入ることは自由。必ず、相手の方の許可の元に。しかし、相手の方が断り切れない場合があることも配慮しましょう。（どんどん入ってきてほしい人もいる）



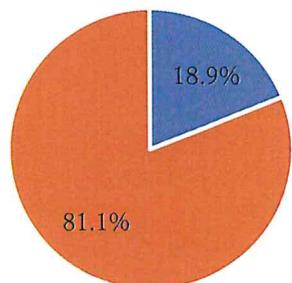
新型コロナウイルス関連 職員アンケート

私たちの現場である『グループホーム』『わがままハウス山吹』『訪問看護』『定期巡回サービス』では、利用者や家族、入居者の方が安心して生活が送れるように、細心の注意をして新型コロナウイルスに向き合っている毎日です。職員自らも感染予防のために緊張した毎日です。

そこで、今回、当法人の職員に「緊急事態宣言が解除されたら・・・」というようなアンケートを行いました。その結果を報告します。

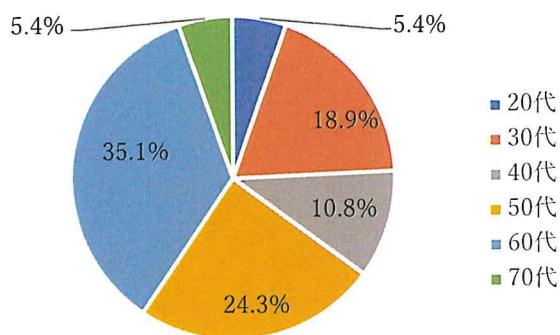
アンケートの回答者

男女別

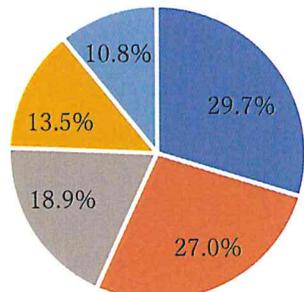


回答者は、37名でした（回答率 82%）

年代別



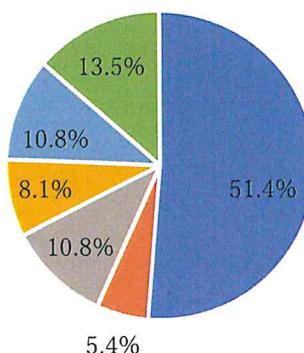
Q 解除後、すぐに 行きたいところ したいこと を一つだけ書いてください。全体



- 旅行
- 飲み会・会食
- ショッピングなど
- 孫・家族に会う
- アウトドア・スポーツ

- 旅行（温泉・海外・自然の中 etc）
- 飲み会（焼肉・友人たちと・・・）
- ショッピングなど（ショッピングモール・映画館・美容院など）
- 孫に会う（実家に行くなど）
- アウトドア（渓流釣り・ヨガ・プール）

Q 解除後、半年以内に 行きたいところ したいこと を一つだけ書いてください。



- 旅行
- 飲み会・会食
- ショッピングなど
- 孫・家族に会う
- アウトドア・スポーツ
- その他

- 旅行（県外、大陸鉄道の旅、九州・家族・夫婦旅行・伊豆大島・釣り旅行・沖縄・海外旅行等）
- 家族に会う（祖父母・両親・子ども・孫など）
- アウトドア（渓流釣り・北岳・ヨガ・スキーなど）
- その他（婚活・歌舞伎座・白州蒸留所・チコちゃんに会いにNHK等）

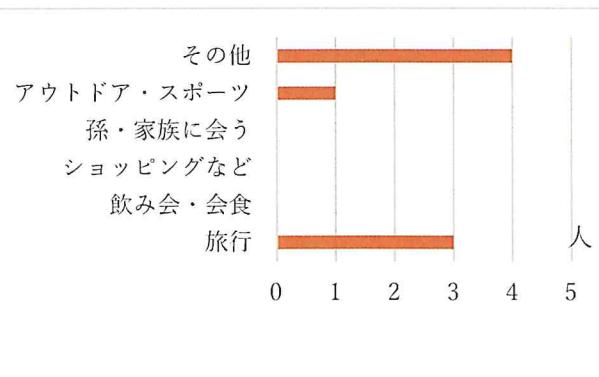
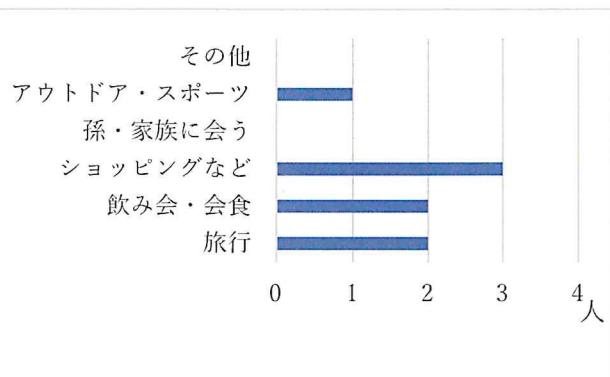
新型コロナウイルス関連 職員アンケート

年代別にまとめました

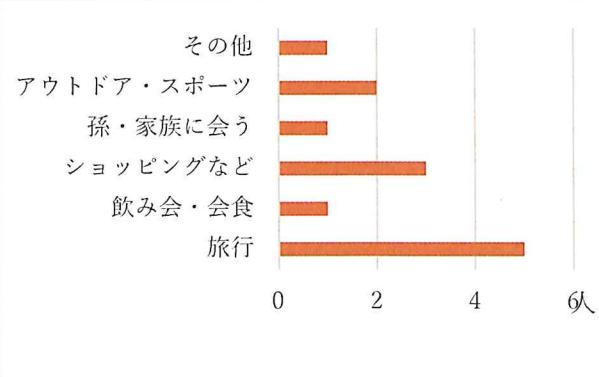
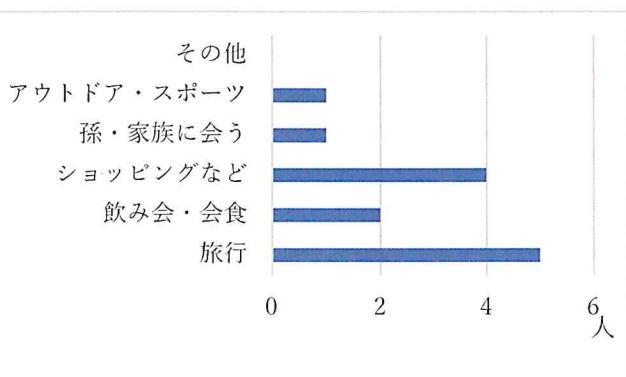
Q 解除後、すぐに 行きたいところ、
したいこと を一つだけ。

Q 解除後、半年以内に 行きたい
ところ、したいこと を一つだけ。

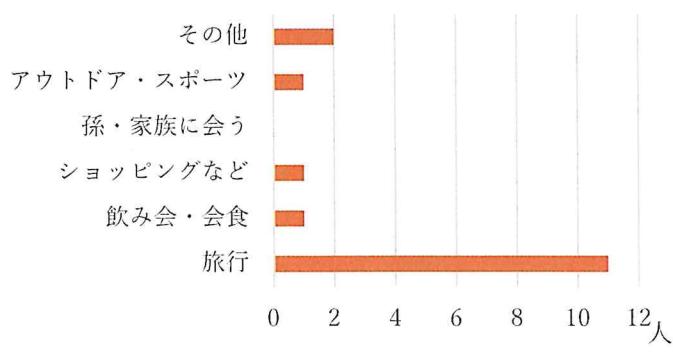
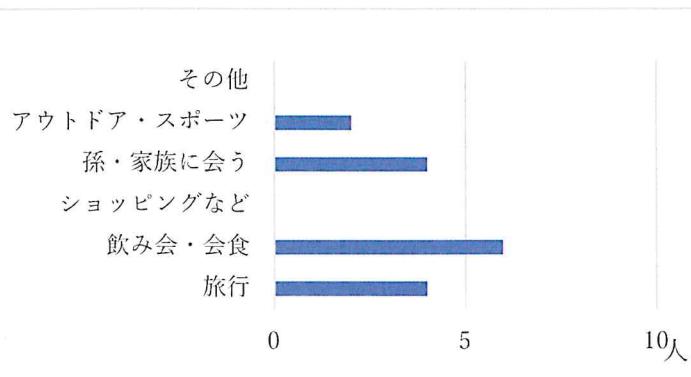
20・30歳代(8名)



40・50歳代(13名)



60・70歳代(16名)



地域看護センターあんあん

新しい仲間が増えました！



こやなぎよねこ
小柳米子さん

出身：鹿児島
趣味：手芸、
ガーデニング



いしだはるもと
石田陽基さん

出身：九州
趣味：フットサル
ウイスキー
ま～じょん

東京、神奈川で病院勤務、訪問入浴、訪問看護をやって子育てがそろそろ卒業かな？と6年前に永住しました。

農業とボランティアで八ヶ岳生活を満喫していましたが、「シニア大歓迎」に目がとまり「だんだん会」の扉をたたきました。今は訪問バックを背負い車に乗り込み毎日走っています。60才にして、毎日、ワクワク、ドキドキの人生があったなんて！ 足浴させていただきながらその方の生き様に触れさせていただいてます。

あんあんの訪問看護では、あらゆる人とのいろんな体験が、今の私を支えてくれます。“一日一生”と今日一日を全力で尽くして明日へとつながっています。

今日も笑顔で、ハスラーで北杜市内を走っています！

生まれは九州、育ちと仕事は関東、自分探しは関西、大学は東北で過ごしてきました。若干25歳！ 北杜に惹かれて先月移住しました。

いろいろな経験の中で、“これからの時代は地方での訪問看護が日本を支える”、“非常に重要な分野である”と確信しています。

まだまだ若手と呼ばれる存在ですが、地域の利用者の皆様が安心して生活を送ることが出来るよう全力を尽くしていきたいと思いますので、どうぞよろしくお願ひ致します。



あまのあやこ
天野綾子さん

出身：秋田
趣味：社交ダンス
ピアノ



たなかけいこ
田中啓子さん

出身：横浜
趣味：山、温泉
彫刻鑑賞

病院勤務退職後、デイサービスに数年勤めました。

その中で、自宅で療養や生活支援の必要な高齢者の実態は把握できません。

これまでの看護経験を生かして在宅ケアを学ぶことで、「看護の道」を探っていきたいと思います。

横浜生まれです。山梨に来て早13年。空の色・雲の動き・山の変化を見、風を感じています。ただ、残念な事に、山梨の山はゴミの山、溢れんばかりの生活ゴミの山です。今冬、南極で20°Cを観測し、この衝撃波にも打ちのめされています。そんな中でも感動を与えてくれるのが、やはり空や雲や山です。ご指導の程宜しくお願ひいたします。

地域看護物語

白須上地区(白州町)ではじめての 100 歳!

地域看護センターあんあん 浅見玲子



小林萬壽恵さん 100 歳

「のんきの大将！腹八分目、何も気にせずに生きてるね。何も言うことない」

「あー長生きして良かったなあ。若い男の人に足を洗ってもらうなんて。生まれて初めての経験だもの」

あんあん初の男性看護師石田陽基（25歳）の足湯とフットケアを受けている時のことです。

生まれて初めて？私は思わずまるで少女のように微笑む小林萬壽恵さんをじっと見つめちゃいました。「そうかあ、100年生きていても、まだ未知の経験があるんだ」

生きてるってやっぱり素晴らしい！

小林萬壽恵さんは 2020 年 2 月 20 日 100 歳のお誕生日を迎えました。（お名前は実名です）

100 歳の元気の素

白州診療所の武田医師から定期的な訪問看護で全身状態の確認・管理と有事の対応をお願いしますと指示を頂き、萬壽恵さんをお訪ねする様になって 5 か月。その間に 2 度ほど緊急コールで対応したことはありますが、萬壽恵さんは、長男さんご夫婦と一緒にご自宅で元気に過ごされています。

ご主人を 72 歳で亡くしてからは一生懸命家を切り盛り。「影の大黒柱だよ。良く働いて家族を支えてくれた」 そう語る長男の進さん。

進さんは、萬壽恵さんが長生きできているのは、一番は主治医の武田先生がよく診て下さること。そしてお嫁さんの美津代さんがよくみてくれていること。美津代さんは小林家にお嫁に来て 48 年ずっと一緒に萬壽恵さんと暮らしてきました。去年から夕方になると毎日車に萬壽恵さんを乗せて気ままにドライブすることが日課。萬壽恵さんはドライブがとても楽しみだと仰ります。これも元気の素！

『あんあんさん』は安心

そして『あんあん』。なにか困ったことがあったら、あんあんに電話すれば夜中でも飛んできてくれる、必要なら武田先生とも連携してくれるってことがとても安心だと仰って下さいます。

萬壽恵さんは「死ぬことは一番恐ろしいことだよ。看護師さんが来てくれると安心する。頼みますね」と看護師の手を握ってくれます。でも萬壽恵さんの温かい手のぬくもりは、私のこれから行く道の希望の光のように感じます。「私の方が励まされている」。ケアすることはケアされることだと言いますが、まさしく！です。

コロナに負けず

大正 9 年生まれの萬壽恵さん。戦前、戦中、戦後と、私には想像できないような激動の時代の中を生き抜いてきている。でもそんな苦労話はおくびにもださずいつも笑っている萬壽恵さんは、行く道のお手本です。

「萬壽恵さん、新型コロナウイルス感染症で大変なことになっちゃってますが・・・」

「とりあえずみんな元気だしてえー」と、きりりとおっしゃる萬壽恵さん。

そうですね、へこたれずにとりあえず頑張りましょう！

萬壽恵さんこれからもよろしくお願いします。

さて、次の萬壽恵さんの初体験は？？？

悪戦苦闘？！ <その2>

「悪戦苦闘」とは、利用者ご本人が“悪戦苦闘”ということではなく、定期巡回サービス（てくてく24）で支援する職員が“悪戦苦闘”と思えることです。職員同士が顔を合わせて、「さて何から手を付けよう・・・」あるいは、「これは“短時間での頻繁な訪問支援の定期巡回サービス”ではなく、“訪問介護の一日3回の訪問支援”じゃないかな。しかし諸事情でやむを得ず・・・」など。

一番悪戦苦闘するのが、“モノだらけ屋敷”“散らかり放題屋敷”“一日3回の食事が確保されない方”などです。

今回ご紹介する横井さんはその典型的な方です。

ケアマネからの依頼内容

横井ハナさん（76歳、女性、要介護2）はご主人の泰三さん（80歳）と二人暮らしです。認知症のハナさんを泰三さんが介護している生活だったそうです。

ところが、泰三さんが体調を壊し、持病の肺疾患の悪化にうつ傾向が重なり、認知障害なのか妄想なのかわからない言動が出現するようになりました。二人とも食事をしているのかどうかわからない状態！ ハナさんの認知症も進行したのか、泰三さんを家の中に入れないことや、ましてや知らない人の入室拒否！

そこで、ケアマネが「てくてく24」に依頼。

“足の踏み場もない”とはこのこと…

家の中に入って息をのみました。家中が物だらけ！！！ 汚れた洗濯もの、使用済みのリハビリパンツ、何だかわからない紙、チラシ、食べた後の容器、インスタント食品、鯖缶などの缶詰・・・。座って打ち合わせをしようと思っても場がなく、みんなで1時間かかってモノを移動し、やっと3人座れるところを確保。

冷蔵庫の中は、ほとんど空っぽ。使いかけのキャベツ1個。台所は、モノだらけで調理する場がなく洗う場もない。

浴槽にはドロドロの水が。乾燥スギナを入れた入浴のようで、長い間取り替えていないので悪臭。このような状況でした。

毎日2名での訪問体制で

生活支援は、ただ単に安否確認をして食事の提供をすることではなく、快適な空間・環境で生活できるようにすることから。

そこで、毎日2名体制で訪問して支援することにしました。ひたすらゴミを処分し、洗濯を繰り返し、モノを片付ける作業と食事提供です。

3日目でやっと畳が見えるようになってきました。

職員2名で訪問支援をしても報酬（収入）が加算されるわけではありません。持ち出しです。しかし、やむにやまれず必要に応じて実施するしかありません。

ご夫婦とも“よくなつた！”

ハナさんは、はじめはてくてく職員を警戒していましたが、来るたびに家がきれいになっていくことと、おいしい食事が食べられるようになりにつっこり。泰三さんも持病が改善し、ハナさんがニコニコになったことや生活が快適になったことに感激しています。

実は、ご本人たちが“悪戦苦闘”なさっていて、それを自分たちだけで解決できず、誰にどう伝えればいいのかわからなかったのだと思います。こういう方は地域に多数いらっしゃると思います。

