

発行：一般社団法人だんだん会

責任者：宮崎和加子

だんだん便り

第33号 2020年7月10日



虎の尾に豹

撮影場所：霧ヶ峰

題とは裏腹に可憐な蝶と山野草が写っています。

花の名はイブキトラノオ、蝶はヒヨウモンチョウの一種で、盛夏の高原でよく見受けられます。

小山 茂

グループホームわいわい白州・尾白

今回は、共同生活が難しい入居者さんにどのように取り組んでいるかについて紹介します。

「帰る！」連発 ⇒ 「何か手伝うよ」



昨年の11月にMさんがこちらにいらして約8ヶ月が経とうとしています。いらっしゃったのは寒い季節のこと。

「団地はとても寒いから、お父さん冬の間だけここに世話になってね！」

「ここは床暖房でとても暖かいから」と、娘さんの説得に「分かった。寒い間だけだぞ」と、Mさん。

帰る！ 帰る！ の連発

入居当初は、「帰る！俺の軽トラックは？」「娘は？」等と、終始職員のところへ尋ねてきました。また、外に出て自分の車を探しては「俺の車がないじゃないか。誰が持っていったんだ」「鍵はどこにあるんだ」と状況をつかめずに「家に帰る」の連発でした。

本人も職員も困ったのは、夜間眠れずにずっと起きていて、娘さんを探しに他の入居者さんのお部屋に入って起こしてしまったり……。ある時は自分の家と思ったようで他の入居者さんに「俺の家で何をしているんだ」「早く寝ろ」などとおっしゃったり……。主治医に報告して薬の調整もお願いしました。

好きなことを存分に

職員は何度も話し合いをして、“どうしたらMさんが落ち着いてグループホームで暮らせか”“どういう支援をすれば居心地のいい場所とっていただけるか”を考えました。試行錯誤の毎日。

その中で、趣味や好きなことを存分にできるようにしてみようと、娘さんのご協力のもとでとりくみました。

外出・買い物・散歩・ジグソーパズル・・・

外出や買い物がお好きということで、毎日のようにいっしょに買いに行き、メニューを相談し食材を選んでいただいたり……。いつも重い荷物を持っていただく。また、春のお花見の頃、白州町の河川敷の満開の桜を見にドライブに行かれて「凄いな。こんな桜、何年ぶりかに見たよ。連れて来てくれてありがとう」と嬉しそうな笑顔を見せてくださいました。

それに、ジグソーパズルが得意とのことと一緒に組み立てることもしました。

「何か手伝うよ」「俺に任せてくれ」

環境にも慣れてこられたのか、職員の取り組みがよかったのかわかりませんが、気がつくと夜はぐっすり眠れるようになり、最近では「何か手伝おうか？」と自ら率先して軽作業に引き受けてくれます。「これお願いしてもよろしいでしょうか？」と何か頼んでも「いいよ。やるよ」と頼もしいです。手先が器用で責任感が強く最後までやり遂げる姿は私達も見習いなくてはならないところです。

入居者の男性は一人だけということもあり「女性だけなので何かあったらお願いしますね」と告げると「いいよ。任せて！」と家長の自覚もあり、「戸締り確認してな！」と、はにかむ笑顔が素敵です。

70歳代ということもあり、若く体力もまだまだあります。これからも元気でいっしょに！！



<尾白：ユニット長 立花明子>

わがままハウス山吹 (支援付き共生すまい)

インタビュー

鬱陶しい梅雨に入っても、“わがままハウス山吹”の入居者の皆様は、各々のライフスタイルと共有の時間を楽しんで過ごされています。

前号に続き、入居者の皆様へのインタビューです。

今回は1月6日生まれの真崎博子さん、2月21日生まれの和田國恵さんに

①こちらに入居される前はどんな生活をされていたのですか？

②こちらに入居された時のお気持ちは？

③これからどんな風に暮らしていきたいですか？

④ご家族のお気持ちは？

等々、お話を伺いました。



【真崎博子さん】佐賀県生まれ。昨年10月脳梗塞を患い、11月入居。

①昨年4月まで48年間、洋裁教室を開いて洋裁を教えたの。

年に2回かしら、皆で旅行をしたり、楽しかったですよ。

②何でここに来たのか、来てからどう過ごしたのか、当初のことは全然覚えてないの。

でもすぐに慣れましたよ。病気をしてから一人暮らしは不安なもの。

ここなら安心。娘も近くに住んでるし、ホッとしています。

③この暮らしにすっかり馴染んで居室は自宅。自宅は自分の世界。色んな思いを巡らせて飽きずに過ごしているの。子供たちと暮らさなくても大丈夫。苦手な方もいないし、私は柔軟な対応ができるので、ここで最後まで暮らしていこうと思うの。

④<長女>母がここでの生活をどんなふうと考えているか気になっていました。

居室を自分の城と思い、最後まで、ここで、生活していこうとの思いを知ってほっとしました。

ここなら家族が最後まで一緒に過ごすこともでき安心しています。



マスク不足の時、入居者、スタッフにマスクを作って下さり、ありがとうございました。

次は、40歳からなさっている謡(うたい)を娘さんとご披露いただけたら嬉しいです。

【和田國恵さん】岡山県生まれ。4月開所と同時に入所。

①“山吹“の近隣でペンションをしていたけれど、夫が亡くなってからは一人暮らし。親戚に一人暮らしを心配されていた矢先、“山吹”の内覧会を民生委員さんから進められたの。

宮崎さんと中嶋さんの話を聞き、自分の家と同じように暮らせると思い、すぐに入居を決めたの。

②ずっと一人で自分のペースで暮らしてきたので、自分の生活、自分の時間を大切にしながら、他の入居者の方とも和やかに過ごせたら良いと思うの。自分が必要とされる事、できる事があればいつでもしたいと思ってるの！

③今、ここで自分の思うような生活ができていると思うの。

話がしたいときは、気持ちの通う入居者の方との会話が楽しく、癒されてるしね。



いつも明るく元気な和田さん。これからもご本人の望む”山吹’での生活を応援していきます。

オレンジデイほかほか

認知症デイサービス

7月より事業開始！！



本職の名工が手掛けた、
この看板が目印です！！



『笑い』が大事！

脳にとっても、免疫力を高めるにも、
人とのつながりにも・・・
人間らしく生きる鍵！

少数精鋭の職員で
おもしろいデイサービスを
利用者といっしょに
作り上げましょう！



2020年7月2日(火)に第一日目のデイサービス。利用者は3名と体験利用者4名の合計7名。
「少ない利用者の方へ少人数でのご支援がこの事業の売りです」

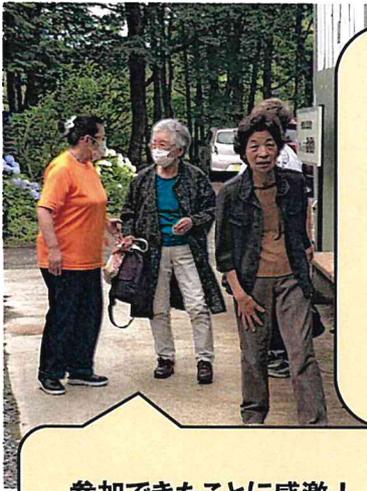
賑やかさが恋しいんですが・・・

また、この施設の小林オーナーより、「頑張れ！」メッセージとお花をいただきました。

お騒がせしますが、よろしく願いいたします。



オレンジティほかほか



広い出窓からさす
光は、気持ちを明る
くしてくれています。
本日の体調を確認
しながら、一日の予
定も確認します。



参加できたことに感激！
目が潤んでました…

今日のこと、何も知らされていないの！
関係者と何回も面談して「分かったわ」と言ってい
たんですが…



天井が高く、広い空間は「開放的」です



調理もリハビリの一環です。
マイエプロン持参していただこうかな。



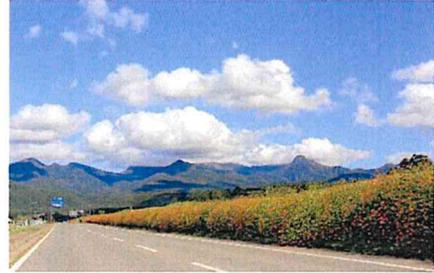
おやつは、それぞれが「どら焼」
に挑戦です。
皆さんから「懐かしいわあ！」



何と言っても
おしゃべりしながら、お口開けて笑うこと！！

心に刺さった名言

地域看護センターあんあん
石田陽基（いしだ はるもと）



訪問看護をしていると、病棟以上に様々な気持ちになります。

そんな中で、心に刺さったセリフを少し紹介させて頂きたいです。

「後5年、キリが良いから90までは生きるだ」

80代女性

「生きる目的はなんだろう」、そんなことを考えて生きている自分に大きく刺さりました。

私は何故か人生にストーリーを求めてしまいがちです。しかし生きる事に対してただ向き合っただけで考える事も人間味があって素敵だなと感じました。

「早くいなくなって家族を楽にしたい」

80代女性

死ぬこと以上に人に迷惑をかけることが苦しいと感じる人がいます。日本人は特に生きることに対して役割を求める教育であると私は思います。

自分にとって生きるとは何なのか、その人にとって生きるとは何なのかを考えさせられました、そして改めて生きることに對する価値観も百人百様だと感じました。

いかに自分の固定概念を捨て、相手方の気持ちに寄り添える事が大切かを感じました。

「死ぬってどういうもんなんだろうか」

70代男性

死ぬことを経験をした人はいません。そして死ぬことに対する価値観もさまざまだと思います。そのようなことを年下の自分に話してくれる事は信頼関係という意味で非常に嬉しく感じました。そして私にはそれに対して答えを出さなければと考えるてしまっていました、しかしそこに絶対的な答えはありませんでした。

皆が違う死に対する思い、そのことについて深く考え、看護師は答えを出すことだけが役割ではなく、寄り添うことも同じ、いやそれ以上に重要な役割であると気付かせていただきました。

「昔はいろいろあったけど、私は85歳になって自分がしたいことが自由にできる今が一番幸せ」

80代女性

歳を取り、肉体は老化していても、前向きな気持ちを持ち、縛られず自分の人生を楽しむことが出来ていて、人生は何時からでも自分らしく幸せになれると希望をいただきました。

「自分の身体がどこまで使えるか実験してるんだ、この実験も面白いな」

80代男性

“何かが不自由になる” それを単純に悪い事だと感じる自分が愚かだと考えさせられました。

人は必ず死にます。生まれてから老衰する過程で、いちいち悲しむ事は損かもしれない。体の変化に心を追いつかせ、それを楽しめる。人として当たり前だけれども最も難しい事をしている人生の先輩に生きる事を学ばせて頂いています。

訪問看護で出会う方は、自分らしく生きる事に一生懸命な人ばかりです。体は看護師のほうが健康かもしれませんが、魂としては敵わないような気がしています。

日々看護しているようで看護されているのは、私たち看護師かもしれないと感じます。

てくてく物語

『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

この仕事1年が経ちました！



『てくてく24』の仕事に携わって1年が経過した
22歳の立花みなみさんにインタビューしました。

初任者研修を受けて資格を取って、介護職として
最初の現場が『てくてく24』です。

Q 介護職を選んだ理由は？

母が長い間介護職として働いていますので、身近でした。母は介護の愚痴をいうこともなく楽しそうに仕事をしていたので、私も学生時代から興味をもっていてやってみたいと思いました。

Q 施設ではなく訪問の仕事を選んだのは？

資格を取るための研修を受けているときに実習などを通して、施設よりは在宅支援の訪問介護の方が楽しそうだったので。直接利用者の方の家にお伺いして、何かをできることがうれしいです。

Q イメージしていたことと、実際の違いは？

全然違っていました。研修の映像では、きれいな家で、ご本人といっしょに食事を作るなどの“自立支援”の場面が多かったのですが、実際は違います。

一人暮らしで生活環境が整っていることがなく、“自立”という言葉とは程遠い状況の方が多いです。環境を整えながらその方の生活サポートしていくことが大事なことだと学んでいます。想像より難しい仕事だと思います。

Q 高齢者ばかりで若者に会う機会が少ないが…

大丈夫です。私が若いということでみなさん大目に見てくれていろいろ教えてください。様々な人に会えて楽しいです！

これからの目標は？

この仕事を1年やっただいぶスムーズにできるようになってきました。もっともっと勉強して仕事を深めたいです。そのうち、施設での支援も携わってみたいです。

当面の大きな目標は、**介護福祉士**の資格を取得することです！

人生設計は？

うれしかったことは、しっかり働いて自分の力(給料)で自動車を買うことができたこと！！

そのうち、縁があれば結婚も・・・



自分で買った自動車の前で

オレンジサロン これから

当法人主催のオレンジサロンは・・・

新型コロナウイルス対策で2月末より、感染防止・拡大防止のために休止しております。第2波の感染拡大が心配される中、①窓が解放できる夏なら ②このままだとフレイルが心配（フレイル悪化防止） ③手洗い・アルコール消毒の徹底 ④広い旧教室に少ない参加者で（従来のサロンの場所の変更）以上の主な対策をとって開催に向けて準備しています。今回は、新しい会場の紹介を致します。



旧高根北小学校 全景

校舎の一階です。



オレンジ色の専用スタジオです。

ここではサロン(通いの場)だけでなく、様々な教室としても展開していきます。



オレンジサロンの参加者から

FAXが届きました。「最近ではコロナウィルのために自粛生活が続いて、不安定な気持ちでストレスもちょっぴり溜まっています。それでもたまにはお出掛けしようと思い、マスクをして、眼鏡をして、帽子をかぶり誰だかわからない格好でさっそうと歩いています。なので、マスクの下はすっぴんで平気なので顔を洗い忘れる日もあるんです」そこで一句「新コロナ、疎開やショック、コロナ鬱」一日も早い再会を心待ちにしながら

・・・堀込常子さん

一般社団法人だんだん会

<長坂事務所>

- ・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

408-0035 山梨県北杜市長坂町夏秋 918-5

<小淵沢地域>

- ・わがままハウス山吹 0551-45-6323

408-0044 北杜市小淵沢町 10123-2

<白州地域>

- ・グループホームわいわい白州 0551-30-7566
- ・オレンジサロン白州

408-0315 山梨県北杜市白州町白須 1023

<オレンジ館（長坂上条）>

- ・オレンジデイほかほか 0551-30-7509
- ・オレンジサロン長坂

408-0021 北杜市長坂町長坂上条 436-4

<高根地域>

- ・オレンジサロン高根