

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34号 2020年8月10日



西洋朝顔 「ヘブンリー・ブルー」

その名の通り、すがすがしい青い花が、上に上にと咲き上ってゆきます。

朝顔は夏の花の代表格ですが、この花は 盛夏過ぎから見頃になります。

すぐそこの曲がりかどまで、秋が来ているかもしれませんよ。

長谷川 純枝

ご家族からの手紙

今年も暖かくなってきた頃からツバメが巣作りを始めました。摩利支天の入居者さんはいつもその様子を笑顔で見守っていました。ヒナが大きくなり飛び立っていく姿を見ながら、手を振って「また来年も来てね」と見送りました。



外出を自粛しているなか、中庭がアスファルトで舗装されたことで入居者の皆さんのが中庭へ出る機会が増えました。時々ベンチに腰かけてティータイムを楽しんでいますが、花壇の花々を眺めながら皆さんの笑顔がたくさん見られるようになります。咲き誇る笑顔と花々に誘われてか、巣立ったツバメも物干し竿でひと休み、リニューアルした中庭が憩いの場になっています。

面会も自粛していただいておりますが、入居者Eさんの長女さまよりスタッフ宛てていただいた手紙（抜粋）をご紹介させていただきます。

先日ホームページのひな祭りの写真の中に母の姿を見つけました。コロナのため、久しく母に会えないので涙がでました。電話で話すとみな忘れてしまっている母ですが、「ここに居ると三食出てありがたい。職員さんは優しい。」と伝えてくれます。ただ自分の頭の状態が不安のようで私に「来て頂戴」が口癖になっています。早くコロナ禍が終わり、母に会いに行けることを願っています。母の症状も進んできて介護も大変かと案じております。子供一同厚く御礼申し上げます。

これからも皆さんの普段のご様子を写真等でたくさん発信して参ります！

<摩利支天スタッフ 在原弘美>



グループホームわいわい白州

流しそうめん

わいわい白州

まだお出かけはできそうにありませんが、夏の風物詩「流しそうめん祭り」を開催しました♪



食材準備OK！



食べる準備もOK!!



そうめんを流す理事長と待ち構える入居者さん♪



皆さん美味しく召し上がりました！

摩利支天ユニット長 近藤 浩

わがままハウス山吹（支援付き共生すまい）

インタビュー

現在、山吹では11人が暮らしていらっしゃいます。入居者の皆様にインタビューをさせていただき、今回は長谷川さんと西澤さんをご紹介します。

【長谷川綾子さん】 新潟県三条市生まれ。昨年5月入居

☆ここで暮らすことになったきっかけは？

大学1年の時、教授に勧められてから八ヶ岳南麓には50年間、年に5回は通っていた。昨年、一泊二日のつもりで来た‘わがままハウス山吹’だったけど、緑豊かで、こぢんまりとして落ち着いた雰囲気が気に入り、一生住んでも良い所だなと思いました。



☆今の暮らしは？

居室では三条新聞を読んだり、テレビを見たり、気ままに過ごしています。居間や食堂では気心の知れた入居者の方とお話をしたり、つかず離れず、穏やかに、自分のペースで生活できています。

☆これからは？

お気に入りの環境の“わがままハウス山吹”で最期まで暮らせたらと思っています。ここで何気ない普通の生活が送れるよう、お手伝いしていきたいと思います。

いつも周囲の方に気を配り、そっと手を貸して下さる長谷川さん。長谷川さんの思いを大切にしたいと思います。

【西澤蘭子さん】 長野県飯田市生まれ。昨年12月入居

○山吹に入居される前はどんな生活をされていたのですか？

横浜からここに引っ越してきて直ぐに退屈になっちゃったのね。そこで小さい家を建てて店を始めたの。娘がイギリスにいるのよ。イギリスでなんか買ってきて売ろうかしらってね。楽しかったわ。カフェをやってその周りに置いてね。料理は大好きだったの。主人より私がやりたかったことね。



○こちらに入居された時のお気持ちは？

『山吹』に来たのは軽い気持ちよ。家に帰ると寂しいもんね。私ご近所付き合いしてたからみんな親しくしてたけど、でも夜になると寂しいのよ。試しに『山吹』ともう1ヶ所、2泊3日で泊ってみたの。もう1つのところは大きいからなんかざわざわしていて・・・。

○これからどんな風に暮らしていきたいですか？

今まで通りでいいわ。人と争うのはイヤだから。みんな良い人ばかりよ。一緒に暮らしているのだから仲良くしたいの。

誰とでも仲良くしてくださる西澤さんは、山吹にとってかけがえのない人です。今までどおり楽しく暮らしていただきたいと思います。

オレンジティほかほか

7月から開設した「オレンジティほかほか」なんと、7月開催日はいつも「雨」でした。降り続く雨の中、利用者の皆さん「また雨ね・・」の言葉を掛け合い、元気に参加されていらっしゃいました。



ある日のやつづくり

この日はホットプレートで、「どら焼き」に挑戦。それぞれが、(皮の)大きさや餡子の量を決めて、ご自分で焼き上げました。

一つはここで自分が食べて、もう一つは「かあちゃんに・・(お土産です)」

「上手にできた！！」と感激、達成感も感じられたひとコマでした。

ここでは、家庭では普段見られない「何かしら取り組む姿」が拝見できるのではないかと期待しています。



ある時の二人の会話から

Mさん「どこかで会いましたね」

Sさん「そうでしたかねえ・・・」

Mさん「前にだんだん会で・・・ ハンサムないい男の人だと思ったですよお」

Sさん「(ウフフ)・・どうでもいい男だと思ったでしょ」

Mさんの記憶に驚き、Sさんの上手な返答に驚き、思わず笑っちゃいました。

外出レクを楽しみました！

ある朝、地元情報紙の小さな記事が目に留まりました。神社参道の「山百合」が見ごろとか・・・早速、梅雨の晴れ間を利用して外出。どこに咲いてるのかなあと探し当てた「山百合」可憐な白い花でした。

その後、利用者さん宅の庭先で、見事な山百合が咲き誇っているのを発見しました！！



私が見た「だんだん会」

地域看護センターあんあん

石田陽基(いしだはるもと)



だんだん会に就職して4ヶ月。内部から見た「だんだん会」はどのようなものかを書かせてもらいます。

「だんだん会」はこれからの多様化する日本社会（超高齢化・都市一極集中社会・医療のあり方の変化など）の中で、地方の人口減少地域で必要かつ重要な活動をしていると思います。具体的に理由は2つあります。

一つ目は、**病院・診療所だけでなく、在宅で医療を受けることが出来る世の中へ移行**している中で、どうしても地方はその変化に対応しきれていない現状があると思います。そのような中でだんだん会は、どこかの病院や施設にも属さずに、利用者さんの需要に合わせフラットに動くことが出来る訪問看護・訪問介護を展開していることです。

二つ目は**高齢化にも適応した職場**になっていることです。私の職場は自分の親よりも年齢が上のベテラン揃いです。人の成長段階を「生存」「生殖」「成長」「貢献」で分類した際に、「貢献」段階の方々ばかりだと感じます。その先輩ナースは、若手と言われる私よりも楽しそうにバリバリ仕事をこなしています。これまで当たり前としてあった「還暦でリタイアする」概念を壊し、年齢を問わずそのナースに合った職務形態で働くという、高齢化が進む日本が見習うべき職場作りがなされている組織だと感じます。

看護だけじゃ足りない？

看護師の役割は何であるか問われたとき、本来看護師の役割には「療養上の世話」があり、これはある意味で介護職の「介護」と重なり、広い意味で「日常生活支援」だと思います。

在宅で療養・生活をする方々を支えるには、看護だけで対象者の生活支援を行うことは困難です。反対に介護だけでも困難だと思います。

「**日常生活を支援する**」という目標のためには、看護と介護が連携する事が必要であると強く感じます。

そんな中、だんだん会で行っている定期巡回・随時対応型訪問介護看護事業は、経営や労働体制の面で運営が難しい部分が多くありますが、看護の本質を捉え、介護と共に在宅での生活を支えるとても重要な事業であると感じます。今後確実に需要が増加する事業でもあります。看護とは何なのかと改めて考えさせられる事業です。

「もっと自由に医療や介護を望んでいいのではないか」

だんだん会で働いていると、そんな（上記）メッセージを感じます。今までの時代にはそれにあった医療がありました。しかし最近の時代の流れはとても早く、生活環境から人生に対する価値観も大きく変わり、今後も動いていくでしょう。医療の業界もそれに合わせて「変化があっても良い」ではなく「変化しなければいけない」と思います。高齢化社会に適応するために努力や根性だけでなく、いかに**0歳～100歳以上の人**が**幸せに希望を持って過ごせるシステム作り**を行っていくことが大切だと思わせてくれます。

若手ナース・職員、集まれ！

だんだん会が今後発展するためにはどのような事が必要か考えました。**①20～30代の職員を多数確保することです！** 現代的な広い範囲の発想が生まれると思います。**②また採算の取りづらい事業の経営を安定させる**ことができるシステムを構築することです。そのことによって今後全国で参考になるモデル作りがだんだん会の役割もあると思います。

自分がどのような団体でどんな活動を行っているのかという視点は忘がちになっていましたが、今回、改めて**目の前のことだけでなく、内側に目を向ける**いい機会になり、自分がより働く意義を感じる事が出来そうです。

てくてく物語

『定期巡回てくてく24』(定期巡回・隨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

ペットの世話は“介護”？！

“野良ネコ” ⇒ いつしか住みついていた…

中村幸代さん（仮名、92歳、要介護1）は長年一人暮らし。認知障害がありながらも自宅での生活を継続しています。

幸代さんは「ネコ大好き！」「ネコは私の家族」「ネコが生きがい」だそうです。「てくてく24」で支援を始めて2年半。その間、ネコは5匹。

初めのネコは『クー』。野良ネコだったのですが、幸代さんがたっぷりと餌をあげるのでいつしか住みついていました。

幸代さんに作った料理を『クー』が…

「てくてく24」の職員は、幸代さん宅には一日2回の訪問。トイレ誘導など排泄支援といっしょに食事作り。幸代さんの意向に沿って肉じゃがや煮魚、南瓜の煮物、みそ汁…いろいろ作ります。

ある日、驚くべき光景に出くわした！ 午前中作った肉じゃがを、夕方の訪問の時に、幸代さんが自分の箸で「クー」に食べさせているんです！

「幸代さん、幸代さんのお食事を「クー」にあげているんですか？」

「そうよ」

「ええっ…」

今は、ダニだらけの『チボ』

現在幸代さんの家にいるのは『チボ』。『クー』が5匹の子猫を産み、元気な4匹を連れて家を出てどこかに行ってしまった…。置いてけりになった『チボ』は、目やにだらけでひ弱で全身ダニとノミだらけ。

その『チボ』が幸代さんに抱かれてペロペロと舐めまくる。見ていると、小さなノミが飛んで幸代さんの皮膚を移動している！！

幸代さんは、全身発赤で搔きむしってる…。

『チボ』のシャンプーは、『介護』？

ダニ・ノミ避けの首輪など何とかこの状態を改善したいと職員同士で頭をひねるのですが、これといった打開策がないのです。ご本人の幸代さんは、一考に気にしていないごようす…。

できれば、『チボ』の入浴・シャンプーをしたいが、誰がするのか…。子どもさんは遠距離に住んでいるし、ご近所の人も高齢者ばかり。かといって定期巡回サービスの仕事ではないでしょう。

「そうはいっても、本人の幸代さんの健康上の問題になっているんだから、定期巡回サービスの中に入れていいんじゃないの」

「ペットの世話は介護保険のサービスの対象にはなっていないわよ」

「どうすればいいの？？」



連続講座① 「最後まで大好きなハケ岳で暮らすために」

ハケ岳ふるさと俱楽部（ハケ岳に移り住む人々のゆるやかなネットワーク）主催の連続講座『最後まで大好きなハケ岳で暮らすために』の第1回目の講師でお話をさせていただきました。三密を防ぐために参加者を20名に限定した熱心な方々の集まり。

「ハケ岳ふるさと俱楽部」は、20年前に発足した市民団体。モットーは、移住者が①地域の自然と文化を学び合う、②農と手づくりに親しむ暮らしづくり、③地縁を生かした仲間づくりで、多様な活動を実施しています。

今回は、「最期まで大好きな土地・家で安心して暮らすための知識や情報を」たっぷりとのことで、4回シリーズです。第1回目は『準備を開始する12の鍵となることがら』でした。（宮崎和加子）



12の鍵となることがら (KeyWord12)

- ①本人の意志決定
- ②痛みや苦痛がある場合でも大丈夫か
- ③医療器具を装着していても家でOK
- ④休日夜間の急変の対応は可能か
- ⑤医師の選択・病院とのつながり方
- ⑥訪問看護の存在
- ⑦家族…いなくてもOK しかし重要な役割も
- ⑧生活を支えるプロの力・地域の力
- ⑨必要なお金と人生最期の時期のお金のかけ方
- ⑩最期の一息の看取り方とその後必要なこと
- ⑪自宅ではない『家』で最期まで暮らす
- ⑫自分らしくのびのびと生きる

<感想>

憧れの八ヶ岳山麓に移住して3年。友もでき、仕事に趣味に毎日楽しく暮らす中で不安は老後のこと。「最後まで大好きなハケ岳で暮らすために」と題した宮崎先生の講演会は私にドンピシャの企画でした。

先生も移住され、介護の事情を知る中で「ないものは創ればいい」とだんだん会の仕事を始めたられたとのこと。体が不自由になっても、毎日を明るく暮らせる八ヶ岳山麓を創ることができること、そして共に創る仲間がいることに気づきました。次回が楽しみです。

<感想>

この講演をお願いした「ハケ岳ふるさと俱楽部」は移住者のコミュニティです。本当は大好きなこの地で最期まで過ごしたいと思いながらも、離れる方もいらっしゃいます。

講演では、まず自分の覚悟、意思決定が一番重要。それが決まれば自分自身や家族が何を準備し、周りがどのような体制でサポートをすればよいのかも組める。事例も挙げたお話しはわかり易く、終の棲家として移住した私も一人になんて大丈夫、と安心し勇気が出ました。

一般社団法人大んだん会

<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）>

- ・オレンジディイほかほか **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