

# だんだん便り

発行：一般社団法人だんだん会

責任者：宮崎和加子

第42号 2021年4月10日



## 『王仁塚の桜』

華やかできれいですよねー！

去年はコロナウイルスの蔓延で ステイホーム。

だから これはおととしの桜です。

この写真がお手元に届くころ、コロナの騒ぎが納まっていてほしいと願っています。

花は毎年咲いてくれます。 今までも、これからも！

健康な人にも、少し体が弱い人にも、明るく楽しい「春」が来ますように！！

からまつ会 長谷川 純枝 (北杜市高根町)

# グループホームわいわい白州・摩利支天

春が来ました！

摩利支天



久方の光のどけき春の日に  
しづ心なく花の散るらむ  
百人一首では多いので、30枚に  
減らして、カルタを楽しまれて  
います。皆さんの記憶力すごい  
です♡



4年間有難うございました

ユニット長の近藤浩さんが3月で  
退職いたしました。夢実現に前進！  
お互いに頑張りましょう。

(摩利支天 清水恵子)



わがままハウス山吹は3年目に入りました

# わがままハウス山吹（支援付き共生すまい）

## 復活!! 山吹体操

コロナ鍋の今、外出も思う様に出来ません。そんな皆さんの為に、山吹体操が復活しました！毎回参加率は8割以上です。今日の先生は坂本稔さんです。



きょうは楽しいひな祭り

3月3日はひな祭り昼食会でした。  
紙芝居、謡いの催しもありました。



2月2日の茂木さん

乾杯！



山吹最高齢の茂木みつ子さんが、2月6日に96歳の生涯を閉じられました。ギリギリまで、ご自分の力で動こうとされていました。大往生。茂木さん、沢山の笑顔をありがとうございました。

(スタッフ 滝澤)

# オレンジティほかほか

趣味を生かし、集中力を高め、指先を使い「脳」を刺激する、  
個別機能訓練の一環です。

世界に一つしかない  
「手作りポーチ」を作りました。

春が呼んでいます…  
しだれ桜を作りました。  
皆さんも自宅に飾って花見を楽しみましょう。



僕にはできないなあ…  
諦めていたのですが  
見事完成！



針仕事は好きだったのよ！  
一番先に仕上りました。



第2回 ほかほか  
パターゴルフ大会  
優勝の皆様です。

おめでとうございます！

ゲームを通じて、座る・立つ・歩くという身体機能向上が図られます。  
そして楽しむこと！ 「ほかほか」のモットーは「笑い」です。  
一日に15回以上は笑うことを目指しています！

# オレンジサロンわいわい白州・長坂

コロナ渦でも「ふれあい」を重視・・・

令和2年9月に再開して、月に1度開催のサロンも令和2年度末までに、計18回185名の方が参加してくださいました。

密にならないように、感染対策に配慮しながら経過してきました。  
3月はちょっと工夫して「アロママッサージ」を実施しました。



【3月サロンの様子から】



いつものサロンに  
「心と身体をつなぐ時間」を…  
マスクをしていますが、「香り」を通して静かに  
「香り」に包まれてみました。  
マスクの上からアロマの香りが感じられます。  
今回は毎日使う「手」を労わってあげることに  
しました。  
「気持ちいいね」を連発、うつとりすることも。

思わぬ効果が！！  
マッサージをしながら何やら賑やか！  
日頃の様子や身の上話をして会話が  
盛り上がっています。  
マーサージの方法はそっちのけ。  
‥(これって方言？)  
でも、それがいいんです！！



★アロママテラピーインストラクター  
小尾 直子さん(北杜市在住)  
植物や果実などから抽出した100%天然のオ  
イルで有効成分を高濃度に含有した揮発性の  
芳香物質が「精油」です。  
この日はオレンジとラベンダーのブレンドを持参  
していただきました。  
いい時間を過ごすことができました！！



## 桜のものがたり

地域看護センターあんあん 浅見玲子

6年前にふと思い立って旅に出た。

福島県田村郡三春町、そこで出会った三春滝桜。「3年で花が咲くよ」そう言われて買い求めた紅枝垂桜の苗木。拙宅でぐんぐんと伸びた。でも3年、4年、5年と背は伸びても青々と葉は茂っても・・・

花は咲かない。やっぱり咲かないかーそうあきらめかけていた今年は、東北大震災から10年目。

3月11日の朝・・・「つぼみ？つぼみだ！」

そして見事に咲いた紅枝垂れ桜。知らない土地に連れてこられた桜はどんな思いだったのか、10年という節目の年を待って咲いてくれたことに愛おしい気持ちになった。

\*

私は写真を撮りさっそく療養中の真下節一先生（仮名）に届けた。写真をうれしそうに眺めて、そしてこの桜のものがたりをじっと聞いてくださった先生は涙を流された。「素敵なお話をありがとう」と手を合わされた。「真下先生、早くお元気になって一緒に花見に行きましょう！」真下先生はやさしく微笑んで「写真をくださいね」と仰った。

そしてその日の午後に真下先生は深い眠りに入り、娘の洋子さん（仮名）が見守る中旅立たれた。享年95歳。訪問看護に伺った期間は21日間。でも真下先生とは3年前からご縁があった。

在宅医師から真下先生の訪問看護の依頼を受けた時にすぐに3年前に在宅医師の計らいでお花見に出かけたときにご一緒した方だと思い出した私は嬉しかった。

\*

真下先生は16歳で台湾から日本にいらして苦学して医師になり東京で長らく勤められ開業なさって地域の方のために尽力なさった。奥様を亡くされて終の暮らしの場として北杜市に永住して来られたと伺っている。

95歳まで自立して生活されていた真下先生は、自然を愛で音楽を楽しみ多くのご友人に囲まれて暮らしう楽しんでいらした。



急性の感染症によって突然寝たきりになってしまった先生は「早く最後を迎えたい」と仰っていました。私たち看護師は最後のその瞬間までその人らしく生き生きと生きることを支援するときに安心と希望をもつていただけるように添うていきます。洗髪をすること、全身を暖かいタオルで清拭すること、足湯を行うこと、身体をさすって差し上げること、ケアを行なながらそっと真下先生がご機嫌になれる話をします。大好きな音楽のことや山のことや離れて暮すご家族のことなど。

\*

真下先生は、いつのまにか「早く死にたい」とは仰らなくなりました。「先生、早くご自分でトイレに行けるように歩く練習をしましょう。理学療法士を連れてきます」

そして先生は一生懸命ベッドから起き上がり、立ち上がり、椅子に座るところまで回復しました。ケアが入ることで希望が生まれ、そして支援者と顔なじみになり「また明日」と声を掛け合うようになって安心が生まれるのであります。「先生、ことしも一緒に桜を観にいきましょう」桜のご縁で始まった真下先生とあんあんのものがたりでした。

『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

## 昔から“茶飲み友だち”の二人

ご主人を亡くし一人暮らしの大井マサさん。昨年ご主人を亡くして一人暮らしとなった高橋シズさん。時を同じくしてお二人に“てくてく”が訪問支援することになりました。

二人の自宅の距離は、道路を歩いて5分。畔道だと3分。お互いの家は目と鼻の先程近くに住んでいらっしゃいました。

マサさんとシズさんは畠仕事をすることも大好きです。富士山、南アルプス、八ヶ岳に囲まれた絶景の中で農作物を作り、昔から茶飲み友達だったそうです。そんな中、シズさんのご主人の病気、コロナ渦、そして冬季・・・。徐々に会う機会が少なくなっていました。

### どうしても行きたくない場所・・・しかし・・・

二人にはどうしても行きたくない“ところ”がありました。『デイサービス』です。「今日は調子が悪い」「知っている人がいないところへは行きたくない」「疲れる」と・・・。人見知りなのでしょう、お休みをします。

ところが、なんと！！ お二人は、同じデイサービスだったのです！ 早速同じ曜日に行くことができるよう計画変更。すると・・・さすが“茶飲み友達”！！ “行きたくない”と行っていた姿はもうありません。

### 畔道を通って遊びに

それどころか、デイサービスに行くことが楽しみになり、お迎えの時間の30分以上前から準備万端で待っていたり、シズさんは、迎えの車が待ちきれずに畔道を歩いてマサさんの家に歩いていたり・・・。デイサービスがない日もデイバックを持ち畔道から遊びに行く日もあります。

お二人の合う場所が、自宅や温泉施設ではなくデイサービスに変わっても、仲良しのお二人は楽しく過ごされています。時々、両方の家に伺う私たちに、「マサさん、元気？」「シズさん、元気？」と聞かれるので、私たちはうれしい伝書鳩になり二人の間を行き交っています。

高齢になって認知症を患っても、友だちを大切にする気持ちは忘れてはいない。大切な友だちがいることが今の楽しみにつながっている。そんな友だちがいることが少し羨ましくも思います。

いつまでも茶飲み友だちでいられるように、ご支援ができればと微笑む私たちです。

(伊佐地江美)



# 新しい職員紹介

今年1月から3月までだんだん会の仲間になった職員です。

氏名：職種：職場  
出身：趣味



坂本 稔  
理学療法士  
あんあん  
北杜市長坂町  
転道・キャンプ



加々見清美  
介護職  
てくてく  
静岡県富士市  
スノーボード・山登り

金城パトリシア  
介護職  
わいわい白州  
ペルー  
ガーデニング・散歩  
ゴルフ



三井トク子  
介護職  
てくてく  
福島県田村郡  
フラワーアレンジメント



三宅映子  
看護師  
わがままハウス山吹  
鹿児島県屋久島  
自然鑑賞



小林 佳子  
介護職  
てくてく  
長野県川上村  
食べ歩き



清水美津子  
看護師  
てくてく  
葦崎市  
布遊び・寝ること



## 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  
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