

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 58 号

2022 年 8 月 10 日



笑顔で寄り添って、井戸端会議中です

からまつ会 小村 君枝 (北杜市高根町)

## 恒例の流しそうめん

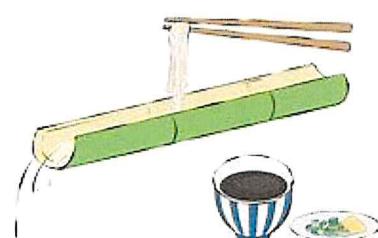
7月21日 恒例の流しそうめんを尾白の利用者さんと共に！  
外の風に吹かれて アウトドアのお食事を楽しみました。



おっとと  
逃がした獲物は大きいゾ！



いろんなモノが流れます 卵焼なども…



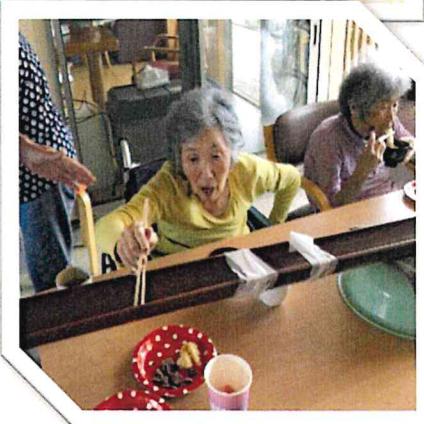
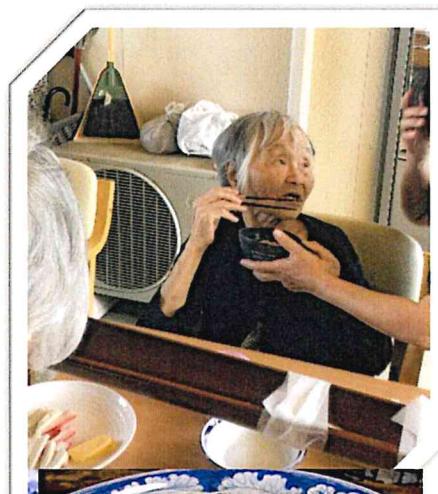
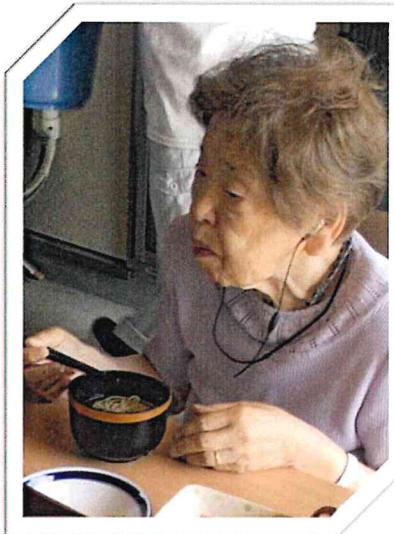
早く流れてこないかなあ

ゲットしたモノをモクモクといただく！



# グループホームわいわい白州 尾白

## 夏の風物詩 流しそうめん



コロナ禍第7波の前、今年も夏の流しそうめんを中庭で行うことができました。  
皆様それぞれの、ひと夏の思い出になれば良かったかな。。。とおもいます。

## サミットの首脳会議？！『ほっこりミーティング』

働き始めて5か月目の新人寄り添いスタッフです。『ほっこりミーティング』にはじめて参加しました。

『ほっこりミーティング』とは、『わがままハウス山吹』（通称『山吹』）の入居者の皆様とホーム長（宮崎）が午後のひと時をほっこりとお茶を飲みながらのお話し合いだと思っていましたが、それは間違いました。

『ほっこりミーティング』とは、**入居者の皆様とスタッフ（数名）とホーム長（法人）の3者**が出席し、ここで生活・運営する上で課題となることや今後について真剣に話し合う場でした。

### サミットの首脳会議のよう

テーブルについた入居者の方の姿は、まるで各国の旗がはためくサミットの首脳のような面持ちでした。食事の時や談笑されているお顔しか知らない私には初めて目にする姿でした。

はじめに、ホーム長から入居者の皆様に、山吹での生活における困りごとや要望（前もって耳にしていること）について丁寧に説明して意見交換が始まりました。



話をじっと真剣な眼差しで聞いていた入居者の皆さんに、ホーム長が「どうでしょうか？」とお考えをお聞きすると、堂々としたしっかりした声で次のような答えが返ってきました。たとえば、お食事の時の席替えについて。これまで何度も話し合って“決まりなく毎回自由”ではなく、“一応決めておく”というやり方で来たのですが…

「慣れているのでこのままでいい」

「いつも同じ人と話すことになるので、たまには席替えもいいと思う」

「どっちでもいいよ」

話し合った結果、“1か月ごとに席替え”と。

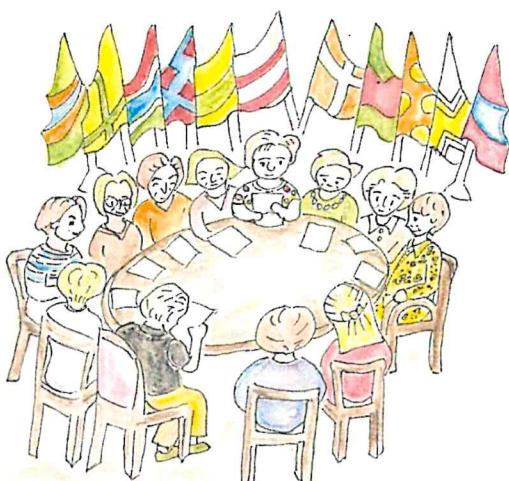
### 自己決定と責任を持った発言

年を重ねるにしたがって自分がどうしたいのかを決めていく自己決定の機会が減っていく中で、このような話し合いがとても大切だと思いました。

### スタッフミーティングも重要

また、月に2回行われているスタッフミーティングも、毎回内容が濃く、入居者の皆様のご希望が可能な限り叶えられるように何ができるかを徹底して話し合っています。このような話し合いこそが山吹の良さだと思います。

“山吹は一日にしてならず”と思う時間でした。



（イラスト・文 寄り添いスタッフ 土居まゆみ）

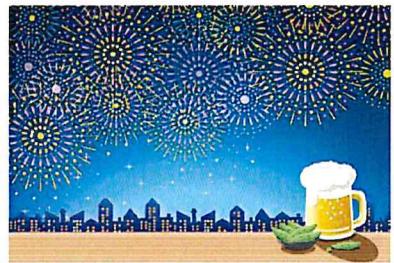
# オレンジティほかほか

## あっという間の7月でした…

いつになく早い梅雨明けの後は、曇り空の連続。

でも、ほかほかのある日は雨も降ることなく、周知の林のおかげで日中も涼しく過ごせた一ヶ月でした。

7月は、「大賀蓮(ハス)」が見ごろを迎えていたので、送迎の道を遠回りして見学。午前中が見ごろなんですが…仕方ありませんが、薄いピンクの花も利用者さんのために、合わせてくれたようでした。



6月より手掛けていた「7月の壁飾り」…七夕飾り完成  
笹竹に揺れて、にぎやかな?華やかな飾りが完成しました。

仙台の「たなばたさん」も、遡ること江戸時代から行われており、旧暦の7月から中暦の8月に、地域振興のために復活されて今に至るようです。

ここ北杜のような水田が広がる田舎では、田の神様に奉納したいですね。

「七夕さんいつござる、来年の夏またござれ」

お誕生日が重なりました！！

6月の末から7月にかけて、お誕生日という利用者さまが重なり、珍しいことです。

そこで、参加された日のいいお顔(笑顔)のお写真とみんなで創り上げた「折り鶴のレイ」を記念に差し上げました。

レイは単なる「花飾り」ではないようです、親愛なる方への敬意と健康と長寿を込めて作成したものでした。皆さん照れながらでも嬉しそうでした。

### ほかほかの一コマから



利用者さんから、またスタッフからも収集に協力いただきました「テツシュの空箱」、ほかほかでは「小物入れ」に変身しています。(左記写真参照)

そして、次は「足台」を作成するためには豆(牛)乳パックの空箱」を収集しています。

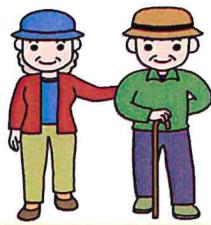
座位をとっているときに下肢が下垂しすぎないように「足台」を手作りしようという試みです。



# 「リハ特化半日ティルんるん」

## インタビュー るんるんを利用して良かったこと

利用者さんへ直撃インタビューをさせていただきました！



T・A様

「ここに来たお陰で、全部良くなつた。来る前は外に出るのが嫌だったけど、今では午前、午後と必ず散歩に出ていますよ。久しぶりに会う人はびっくりしますね。」



A・K様

「皆が、足の運びが前よりいいね、と言ってくれます。背中が伸びたというか。昨日から足も浮腫んで、明日行けるかなと不安もあって。今日もどうしようかと思ったけど来て良かったです。ここでは、危なくない様に見守ってくれますから安心です。家の中は杖を1本で歩いていますが、庭は2本使って歩いています。砂利なので歩くのが難しいです。転ばない様に気を付けています。」

N様

「今日も楽しかったね（送迎車の中で同乗ご利用者Tさんと。）るんるんも何か、ここにしかない売りがあるといいね。」

M様

「水・金は楽しみで、天気が良くなるように祈っています。家だとしんどいばかりだけど、ここだと気分よく動けます。ランニングマシーンに乗れるようになって体力もついてきました。」

T・Y様

「昨年の9月頃は、杖でも距離は歩けませんでした。今では、片道25分往復で1時間くらい散歩に出られるようになりました。膝の筋力がついているのを実感しています。」



K様

「足湯に入ると気持ち良くていいね。足が冷たかったから、ありがたいよ」



M・I様

「週一度ですが、やはり、こちらに来るといいですね。頭がぼーっとしていても運動をするとすっきりして身体も軽くなります。」

# 地域看護物語

## 残る妻のために北海道から移住（死の40日前）

地域看護センターあんあん  
内田優実

佐藤博一さん（仮名・80歳）は退職後に北海道の広大な地で素敵なお部屋を営まれていました。

5年前に癌を患い、昨年の冬を越すことは難しいと余命宣告を受けました。しかし無事に冬を乗り越え、春を迎えて北杜に引っ越ししてこられました。旅立たれる40日前のことでした。

### 北杜で、チームでの支援開始

引っ越しからしばらくして、新居に支援者（主治医・看護師・薬剤師・ケアマネ・訪問看護師、合計6名）が集まりました。初めて会う顔で大人数だったこともあり佐藤さんは、ちょっと驚いたようなまた戸惑っているような表情でした。そして、「代替療法を続けたい」などと。

そこで主治医は、まずご本人の話をよく聞き、ご本人の代替療法への思いを否定せずに先生の思いを伝えました。佐藤さんの気持ちが良い状態であることが大切であること、そのことにより免疫が上がり、余命宣告されたとしても先は誰にもわからないことなどを話されました。「佐藤さんの生き方をみんなで応援することを伝えました。

すると佐藤さんの表情が変わったようにみえました。少し希望を持った表情に…。私は「たましいのケアをしている」と胸が熱くなりました。

### だんだん衰弱

癌の終末期にあたる患者さんに多く接しますが、日に日に様子が変わります。今日出来ていたことが次の日にはできなくなる。その繰り返し。きっと佐藤さん自身もそれを感じていたと思います。

亡くなる数日前、時々怖いものを見るような目をしていました。



「どうしました？」「大丈夫ですよ」と安心できるように声をかけながら、ゆっくりと優しく体をきれいにしたりしました。また、奥様の多恵子さんが“不安にならないように”、“後悔が残らないように”、“ご家族で良い時間が過ごせるように”と、多恵子さんに声をかけ、ねぎらい、アドバイスも行いました。

最期は、佐藤さんの望みどおり、海外から駆け付けた子どもさんたちと一緒に過ごし、家族に見守られて永眠なさいました。

### すべてが妻の多恵子さんのために…

あとから伺ったことですが、急すぎる引っ越しはすべて一人残される多恵子さんのためだったそうです。北杜には、多恵子さんを助けてくれる友人がいらっしゃる。その友人が、多恵子さんたちが住みやすい家を見つけて下さいました。

佐藤さんは、多恵子さんのためを思って辛い体に鞭を打ち、移住をなさった。ほっとしたところ、やっぱり体が辛くて、気持ちも辛かったのだと思います。今思うと、私たちに時々少し難しいお顔を見せたのも自然な事でしょう。佐藤さんは多恵子さんのために頑張る力を使い切ったように見えました。

### デスカンファレンス

今年4月から、「あんあん」の中でデスカンファレンス（お亡くなりになった利用者さんことをスタッフで振り返り、話し合うこと）を始めました。忙しい毎日がただ過ぎていくのではなく、他のスタッフの意見を聞き、自分の看護を振り返り、利用者さんからいただく宝物を一つ一つ自分の中に落とし込んでいく。この繰り返しをして、少しずつ医師や先輩看護師のように「たましいの支援・ケア」ができるように。そして、自分らしい看護というものも模索していきたいです。

新たな気持ちでまた頑張る力を佐藤さんと多恵子さんから頂きました。

# てくてく物語



伊佐地江美さん

## 公開講演会で報告

「NPO 法人在宅ホスピスボランティアきぼう」(代表川越博美氏)が主催した『八ヶ岳で最期まで～老いても病んでも自分の家で生きるから』の公開講演会で、当法人の伊佐地江美(介護福祉士)が「定期巡回てくてく24」の紹介をしました。

東京で 20 年の歴史を持つ「NPO 法人在宅ホスピスボランティアきぼう」が本拠地を山梨県北杜市に移し、活動を開始しました。その一環として 7 月 16 日に上記の公開講演会を実施し、約 230 人の参加者がありました。

当日は、基調講演として川越 厚氏（森の診療所・医師）が「あなたの希望に最期まで寄り添う在宅ケア」講演しました。その後、「在宅ケアサービスの紹介として、4 事業所（右上参照）が紹介し、最後に「きぼう」の代表・川越博美氏が在宅ホスピスボランティアの必要性と「きぼう」の今後の活動紹介がありました。



### 基調講演

「あなたの希望に最期まで寄り添う在宅ケア」

森の診療所医師 川越 厚  
在宅ホスピス研究所バリアン代表

### 在宅ケアサービスの紹介

ハケ岳訪問看護ステーション	看護師 植松正江
定期巡回てくてく 24	介護福祉士 伊佐地江美
うえはら薬局	薬剤師 上原美奈子
アスブス居宅介護支援事業所	介護支援員 浅川成彦
NPO 法人在宅ホスピスボランティアきぼう代表	川越博美



当日の会場の様子



## 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 |
| ・訪問介護にこにこ     | 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）>

- |             |              |
|-------------|--------------|
| ・オレンジデイほかほか | 0551-30-7509 |
|-------------|--------------|

- |               |              |
|---------------|--------------|
| ・リハ特化半日デイルンるん | 0551-30-9251 |
|---------------|--------------|

- |               |  |
|---------------|--|
| ・オレンジサロン長坂・白州 |  |
|---------------|--|

408-0021 北杜市長坂町長坂上条 436-4