

# 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 72 号

2023 年 10 月 10 日



## 牧場(まきば)の秋

清里高原の県営牧場、10月末には放牧されている牛たちもお家に帰るそうだ。もう少し高原の空気を楽しみたいのかな。遠く山里には野焼きの煙がたなびく、秋佳日。

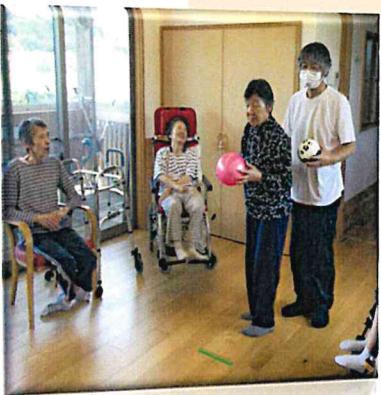
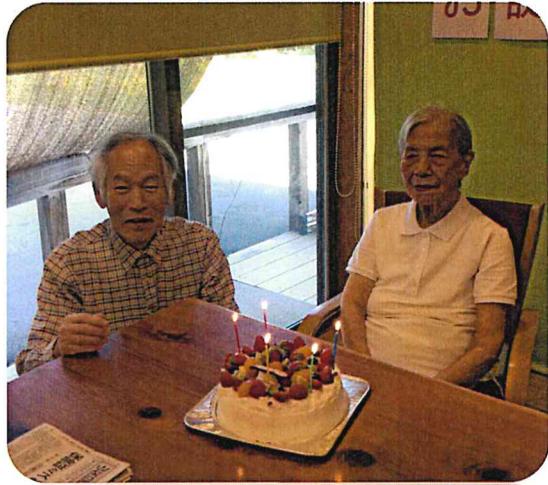
(大泉町) 渡辺 秀正

# グループホームひわいわい白州・摩利支天

## F・Sさん

101歳のお誕生日おめでとうございます

F・Sさんはとてもお元気です。お一人で歩き「さあ。今日も走りますよ!!」が口癖です。北海道富良野市出身。大自然で育ったのがいいんですね！足腰が丈夫です。これからも長生きしてくださいね！皆さんでボーリングゲームを楽しみました。



# 「リハ特化半日デイるんるん」

今日はご利用者様が書いてくださった記事をご紹介します。事の発端は、病院にご自分の状態を伝えるためにパソコンを使って文章を作成したものを私たちにも見せてくださったことです。その素晴らしい出来栄えに、あるスタッフが「何か書いてみてくださいますか?」とお願いをしたところ、その3日後に「宿題をやつてきました」と、以下の素晴らしい文章を持ってきてくださいました。そのスピード感と内容に感謝をこめて掲載させていただきます。

## 通 所 寸 感

「高齢化で介護需要が高まる一方、介護人材が難しくなっている。人材獲得が厳しく、また介護職への就職希望者が少なくなっている」以上山梨日日新聞社9月5日1面のトップ記事の1部の要約である。

### きめ細かな対応に感謝

リハ特化半日デイ「るんるん」さんにご厄介になって1年有余。前記記事を実感をもって目を通した。週2回の半日デイサービスを受けて改めて加齢と介護の問題に关心を深めている。

10名弱の利用者に対し数名の職員という手厚い介護。通所してまず1番に感じたことは迎えてくれる皆さん(女性が多い)のきめ細かい、行き届いたご指導である。まず迎えに来て頂く運転手の方々に手を添えて乗車させて頂き、所へ着くと待っていましたとばかり、これまた手を添え、声をかけ室内へ誘導される。まず飲み物をすすめられる。そして準備体操からはじまって数種類の運動機械やら足湯、風船、平行棒を使っての運動。

### 親しいコミュニケーション

その間、各人にいろいろ話題を話しあげ、時にはプライベートの話にまで

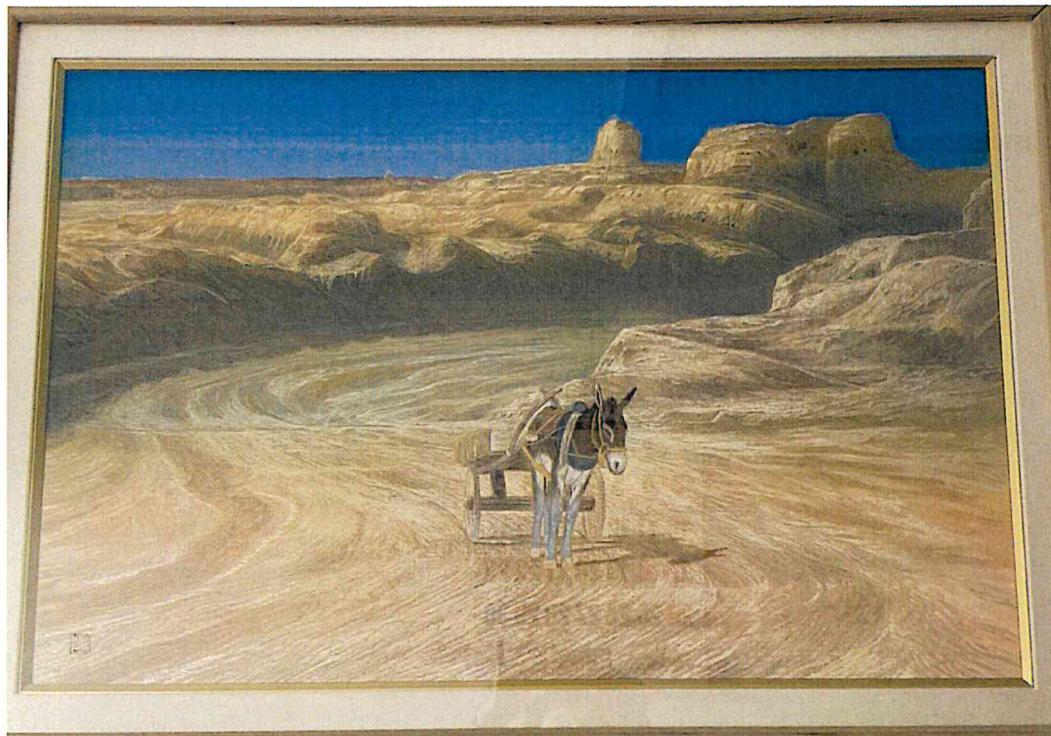
### 清水磋商太夫(93歳)

発展する。ある時若い女性職員から結婚の悩みまで話が発展したことがあつた。その後彼女はまもなく退所し、めでたく結婚したらしい。また、いつもと違う杖を持っていった。「今日の杖は違いますね」と言われビックリ仰天。そこまで観察しているのかと。初夏、夏らしいシャツを着ていったところ、「今日のシャツは涼しそうですね」。老妻に散髪してもらったのを「さっぱりしましたね」と言われ「婆一ばのバーバーです」と返し大笑いしたことなどなど。些細な動き、変化などに気づき、敏速に対応していただく。週に100名近い利用者のこと。その一人一人にこのような対応であろう。その背後に一般社団法人だんだん会の経営・指導方針がうかがわれ感服した次第。

### 介護職員への正当な評価を

さて前記山日は続ける。人材不足の一方在職者の定着率は73.8%、離職率は12.9%と離職離れは低い。9月4日の朝日新聞は「介護職場の人手不足」「命を預かる仕事 正当な待遇必要」と題して「国は待遇改善を進めているが職員の働きを正当に評価する仕組みを作れ」と論じている。正に実感。

## さながら『私設美術館』



たて  
60cm  
×  
よこ  
90cm

『高昌古城の遊沙』

前田正憲氏

2019年の開設以来、入居者の皆さんを静かに見守っている調度品や古民具、そして壁にかけられている絵画たち。これらが、このわがままハウス山吹の雰囲気を作っているともいえます。さながら『私設美術館』のようです。

これらは、理事長宮崎さんの熱い想いに賛同された多くの人たちから譲り受けたものだそうです。

特に、宮崎さんの古くからの友人で長崎県に住む島川あけみさんの思いは強く、改修中のこの建物をわざわざ見に来てくださって、築30年のこの建物の雰囲気に合う『モノ』をと選んで、多くの作品を送ってくれました。

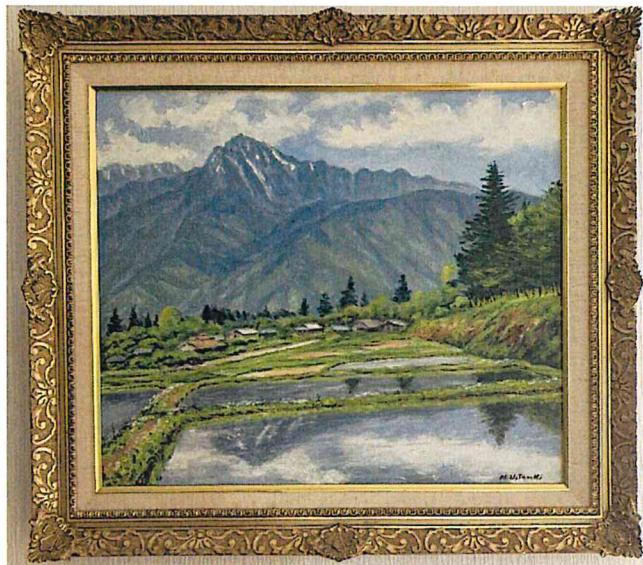
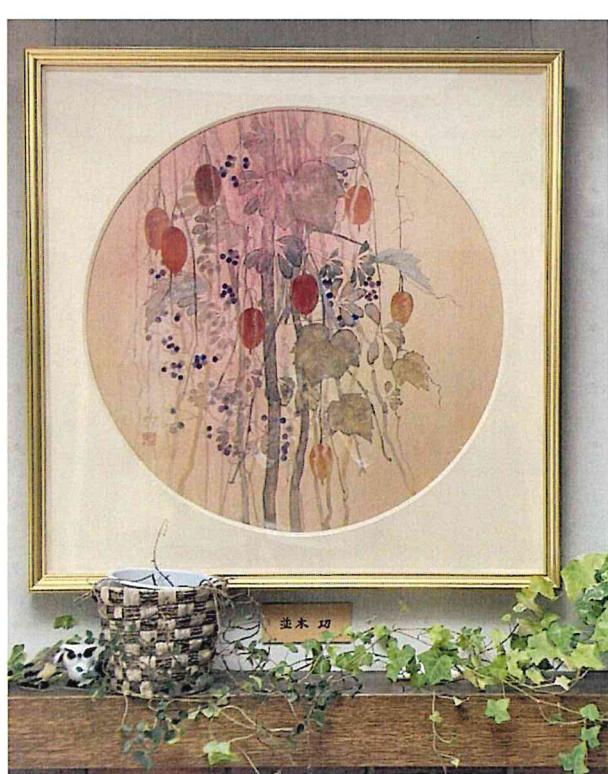
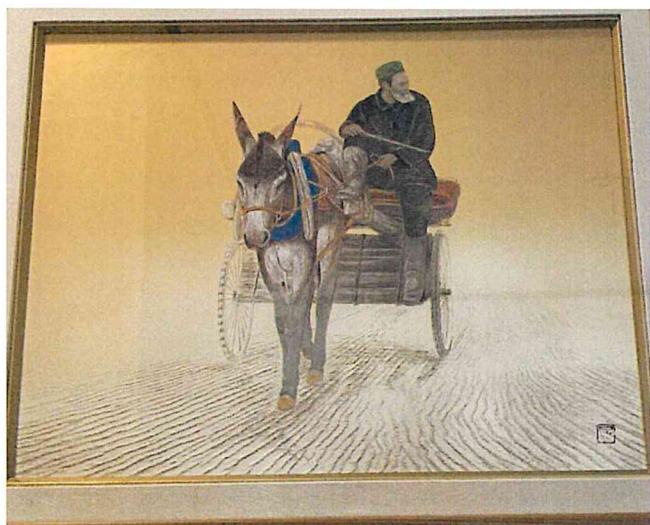
\*

1階、2階の廊下の壁やホールの壁にかけられている絵画が約10数枚。その内の10枚が『前田正憲氏』の日本画です。ネットで調べたところでは、前田氏は、1964年宮崎県生まれで世界で活躍する日本画家だそうです。悠久の中国大陸の歴史と静けさを感じさせる前田氏の絵は、過去も未来もすべて受け止めてくれるように存在しています。

入居者の皆さんたちのこれまでの長い道のりをねぎらうように、さらにこの先の穏やかな安らぎを祈るように、今日も静かに見守ってくれています。

他に並木功氏、植月躋氏などの絵もあります。この先、入居者の皆さんを見守り続けてくれるよう託したいものです。

# わがままハウス山吹（支援付き共生すまい）



左上：前田正憲氏 「中国幻想」

左中：前田正憲氏 「中国幻想」

左下：植月 路氏

右上：前田正憲氏

右下：並木 功氏

## 訪問看護 から 定期巡回サービスへ

定期巡回てくてく 24  
石澤真佐子

### 心の中のモヤモヤ

前職も含め 6 年余り訪問看護に従事してきました。

訪問看護は素敵な仕事、やりがいのある仕事であると思っています。しかし、一日 3 回の内服ができず、病状悪化してしまったり、衣食住の生活が整えきれずに、本人は望まないまま施設入所となってしまった利用者さんとの関わりを通じて心の中にモヤモヤが募ってきていました。

一人暮らしでも認知症になっても体に不自由が出てきても、できることなら住み慣れた自宅で暮らしていきたいと考える人は多いのではないかと思い、地域で、自宅で生活を続けていけるために必要な生活支援に関わってみたいと思っていました。

### 「てくてく 24」に従事

念願かなって 5 月から定期巡回てくてく 24 の仕事に就かせていただいています。

そこで出会った利用者の皆さんはかなり重度の認知症でもお一人で暮らすことができています！

てくてくの支援は一日複数回、頻繁な顔を見てのお付き合いになるから、ちょっとずつできなくなったり、わからなくなってしまうことも把握できてちょっとずつ支援の量を増やしてみたり、方法を変えてみたり。

毎日、毎日、何度も顔見てのお付き合いだから、ご本人が「大丈夫」って仰っても食事の様子、一番に何に手を付けるかで体調の変化に気が付くことができます。

看護師は体温、脈拍、血圧、酸素飽和度といったバイタルサインの測定値から体調を判断しがちだけれど、それももちろん重要ですが、毎日様子を見て知っているスタッフの観察は数字よりも正確だったりするのです。

### 素晴らしい仕事、しかし・・

利用者の皆さんは、ご機嫌でお家で過ごすことができています。好きなものしか食べないから、栄養のバランスは大丈夫？なんて心配になりますが、案外血液検査の結果はいいんですね。

てくてくの支援ってすごいです！

こんな支援の仕組みがもっと広がって主流になったらいいなあって思います。

ただ大きな問題が・・・。

経営が厳しいんですね。365 日お休みなし。朝夕の支援を必要とする方が多く、勤務が長時間化してしまう。働く人の確保が難しくなる。広い北杜市なので経営効率が悪い。高騰するガソリン代。介護報酬の低さ・・。原因は色々あります。

もう一つ肌でヒシヒシ感じていること。それは介護職への社会的な評価が低いことです。私自身が今まで看護師という資格にどれだけ守られていたのかを痛感しています。

\*

そんな中でこの在宅生活支援の枠組みの理念に共感して志を同じく働いているてくてくのスタッフはすごいです。

これから私も行く道を学ばせていただきながら、その一員として働かせていただけていることが今私の誇りです。

働いているスタッフが素敵（キラキラ）事業の内容も素敵（地域の宝）。このような事業が継続していくように、地域の皆様にもご理解、関心を持っていただき、いいアイデアやお知恵やご寄付を授けていただけたらと思います。



# 地域看護物語

## “訪問リハビリ”でわかったこと

～壮絶な心身の戦い・努力、家族の並々ならぬサポート～

地域看護センターあんあん 作業療法士 和田 名美

「たくさん外で稼いでこうし！」「気を付けてね！」訪問リハビリに出る日は、こんな風にるんるん(リハ特化半日デイサービス)の利用者様とスタッフにあたたかく送りだされます。

私は、るんるんで昨年11月から働いているのですが、今年4月から地域看護センターあんあんで訪問リハビリに出る機会をいただいています。

訪問リハビリの経験はなかったので、不安はありました。対象者様の実際の生活の場で生活に即したりリハビリをするのが私の夢の1つだったので、勇気を出して挑戦してみることにしました。

### ●北杜市ならではの訪問リハビリ

実際に訪問に出てみると、まず、あらためて北杜市の広さに驚きました。ある日の私の走行ルート(長坂上条→白州→明野→長坂上条)は総距離なんと約37キロ、甲府まで行けてしまう距離です。私は北杜市に移住ってきてまだ4年目の北杜市初心者。北杜市の地理はよくわからず、おまけに運転は山道走行、バックすることが苦手です。(前任者には、「あなたの運転では予約の時間に到着できないから少し早めに出て」とちょっと手厳しく(笑)ご指導いただきました。)前任者の予言通り、初めのうちは時間に遅れ、逃げ帰りたくなることもあります。道に迷ったり、山道でのすれ違い走行、野生動物の飛び出し、大雨後の湖サイズの水たまり等次々に困難が。しかし、「この先に、交通手段がないお独り暮らしのFさんが待っていてくださる！」と、訪問先の方を想像し、自分を奮い立たせ、がちがちに肩に力を入れてハンドルを握っていました。



難しい編み模様でプレゼント用のベストを編んでいるUさん(96歳女性)娘さん手作りの「特製編み図」を見ながらベッドの上で熱心に編んでいらっしゃいます。色も風合いも素敵で完成が楽しみです！

慣れとはすごいものです。最近では運転中にリハビリのプランを考え、(時に反省もして…)さらに、肩の力を抜いて風景を楽しむ余裕まで出てきました。毎日色が変わる空、道端に咲く花、黄金に光る水田、荘厳な山々…どこを見てもすばらしく美しいのです。広さも美しさも北杜市ならではの魅力。北杜市で訪問に出られることがとても幸せに思えます。

### ●自分らしく生き抜くこと

私は常々、対象者の方がその人らしく生き抜くお手伝いがしたいと思って仕事をしてきました。しかし実際に生活の場に伺ってみると、皆さんが自分らしい生活を維持するためにされている、尋常ならざる努力を目の当たりにしました。怪我や病気後、一度は「あきらめかけた」(ご家族談)という境地にいた方々が、元の自分達を取り戻そうと、壮絶な心身の戦いをされ、ずっと努力されている。ご家族や介護者の並々ならぬサポートもある。訪問先は、そんな事実が随所から感じられ、私にお手伝いできること等ないのではないか?と考えさせられる場所でもありました。

とはいって、私にもできることを探るべく、セラピストとしての技術研鑽は怠らず、ついでに運転技術も磨き！?これからもこの北杜市で、私も私らしく、皆さんと一緒に走っていきたいと思っています。



お独り暮らしのFさん(95歳女性)のお庭。ずっと続けてきた畠仕事を今も押し車で移動しつつ、続けていらっしゃいます。雑草抜きにも余念がなく、今年も見事なジャガイモやピーナッツカボチャが出来ました！

# エッセイ・隨想・雑感・・・

## 「移住者と地元住民が協働するまちづくり」のためのアンケートから

八ヶ岳ふるさと俱楽部 石川 和男

多くの皆さんにご協力をいただいた、「移住者と地元住民が協働するまちづくり」のアンケート調査も集計結果がまとまりました。この場をお借りして、ご協力いただいた皆様にお礼を申し上げます。

都会から移住してきた人たちを対象とした意識調査は今までにあまり例がなく、貴重な情報を得ることができました。今後、多くの場面でこの情報が活用されることが期待しています。

集計結果の詳細は八ヶ岳ふるさと俱楽部のホームページから見られるようになっていますので、一度覗いてみていただければと思います。[\(八ヶ岳ふるさと俱楽部 | 会員のコミュニケーション支援サイト \(8furusato.hiho.jp\)\)](http://8furusato.hiho.jp/)

地元の方々にとって「どうしてわざわざ北杜市に移住してくるの?」といった疑問へのヒントとなるものがあるかもしれません、「地元に人たちにとって移住者は?」という新たな興味も湧いてきました。私も八ヶ岳南麓に住み始めて10年以上になりますが、今回のアンケート調査を通して「移住者とはいって何者だろう?」と改めて考える機会になりました。

\*

「どこから移住してきたか?」の問いで、首都圏から移住してきた人が8割近くを占めていますが、「どこで幼少期を過ごしたか?」との問いで42の都道府県にわたり、多種多様な場所で原体験を積み重ねてきた人たちがこの八ヶ岳山麓に集まっていることが分かります。このようないろいろな価値観や習慣を持った人たちと暮らしの場を共有することとなり、地元の人たちにとってもご苦労が多かったことと想像できるところです。価値観を共有して同じ環境で暮らしていくためには、お互いにとって共通した目的をどのように共有できるかがカギとなるように思います。

最近の事例ですが、オオムラサキセンターの里山再生事業では、当初から参画されていた地元の人たちの高齢化にともない、今では移住者の人たちが半数近く加わって事業を継続しています。また、オオムラサキセンターを運営するNPOの会長が今までされていた業務を分担して、後継者を創り出すことも検討をはじめました。これは、「オオムラサキセンターは地域の貴重な財産であり、里山再生事業なくしてあり得ない」との思いから、地元の人も移住者も関係なく同じ観点から生み出された共通の目的ではないかと考えています。こうした人の循環や地域事業の継続性が、「移住者と地元住民が協働したまちづくり」の本質ではないかと思います。

また、この地域には音楽、芸術、工芸、食文化といった幅広い文化活動のグループや個人が多く存在していますが、個々の活動がそれぞれの範疇にとどまっていて、広く周知されていないことがとても勿体ないように感じます。これらの活動の情報を共有化して、よりドラスティックに活用していくことができれば、八ヶ岳地域一帯をひとつの大きな文化圏として今まで以上に「住んでみたいまち」へつながっていくのではないかでしょうか。

八ヶ岳山麓地域は多様性に富んだ自然生物の宝庫であることは周知の事実ですが、ここで暮らす人たちも自然環境以上に多様性に富んだ人たちの集まりであり才能あふれた人たちの宝庫です。これらの人材を有効に活用しないという選択肢はありません。これから課題は、地元とか移住者といった枠を超えて『人材という資産をどのように活用し、利用していくか』というところにあるのではないかと思います。いろいろな価値観や経験を持った人たちが集まる地域であるからこそ、多様性にあふれた魅力あるまちづくりができるのではないかと期待が膨らみます。