

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78号 2024年4月10日



## 「ひみつの楽園」

流れに沿って生まれたサクラ草の群落。目をみはるような花園でした。

大泉町にて 盆出 靖子（小淵沢町）



# グループホームわいわい白州・尾白



今年はまだまだ寒い・・・ でももうすぐ春ですね！



<担当 川島真人>



# わがままハウス山吹 (支援付き共生すまい)

## 新スタッフの一年

新米寄り添いスタッフ 秋澤礼子

昨年四月、縁あってわがままハウス山吹のスタッフとしてお仕事をすることとなり、早一年が過ぎようとしています

### 4月 先輩スタッフに付いての見習いスタート

ただひたすら先輩の後を追いかけての6時間が4日間ありました。その後の一人っきりでの仕事は本当に心細い日々でした。

### 5月 顔と名前と席とお箸が…

入居者の皆様のお名前とお顔、お部屋と食事のお席とお箸、なかなか全てが繋がりません。紙に書いて線で繋いで、久々の頭の体操です。

### 6月 続く花嫁修業

食事の準備、共有部分のお掃除、お花の手入れ、その他細々と覚えなければならない事はまだまだあります。相変わらずの花嫁修業中です。(「まだ嫁に行く気か?」とは知人の言葉です。)

### 7月 わがままハウス山吹に七夕飾り

入居者の皆さんが書いた短冊や作った飾りを下げたものです。そして初めての「だんだんだより」の執筆順番が回ってきました。どうすればいいの、何を書けばいいのと頭を悩ませ続けた一ヶ月間でした。

### 8月 まだまだ緊張の連続

「もう だいぶ慣れましたか?」と宮崎理事長からお声掛けがありましたが、とんでもありません、まだまだ緊張の連続です。

### 9月・10月・11月

わがままハウス山吹の庭の樹々、お向かいの馬術競技場のモミジも色付く頃には自分以外の様子にも少しずつですが目が向く様になってきました。

**12月** 世間はクリスマスです。入居者の皆様との「喫茶店ツアー」にお付き合いさせていただきました。ワインボトルのクリスマスツリーに皆さんのお顔も綻び お話しにも花が咲いていました。そんなある日の夜 8時過ぎに帰宅しようと車をみるとフロントガラスが霜で真っ白でした。人生で初めて解氷スプレーとやらを使用しました。

### 1月 お茶会

お正月が過ぎて数日後、美味しく和菓子を食べてみましょうとお茶会が催されました。入居者の方がお抹茶をたてて下さり皆さんで美味しくお茶とお菓子を頂きました。

### 2月 素敵な鬼 雪雪雪…

節分には入居者のお一人が鬼に扮しての豆撒き。鬼のパンツよく似合う素敵な鬼さんでした。そして恐れていた事が起こりました。数年来の大雪です。入居者の方の「気をつけて帰ってね」との暖かい言葉に後押しされて勇気を振り絞ってのドキドキ運転が数日続きました。

### 3月 何とか一年

まだまだ足りない所だらけの新米スタッフですが入居者の皆様や、他のスタッフの方々にご迷惑をお掛けしながらも何とか一年が過ぎようとしています。

いつも 入居者の皆様の年齢を忘れさせる様なご様子に知恵とパワーを頂き まるで近所の叔父さん・叔母さんとお話をしている様な日々「こんな年の重ね方なら年を取るのも悪くないな」と憧れの気持ちを持ちながら、お仕事を続けさせて頂いております。





# 「リハ特化半日デイルンるん」

今年は雪が良く降る年だなと思っていましたが、冬とは違い春の雪は溶けるのも速かったですね。厳しい冬の後には暖かな春がやってくるのだなと季節の移ろいを感じています。さて、るんるんにも新しいスタッフが増えましたのでご紹介します。

はじめまして、理学療法士の遊佐 真弓と申します。令和6年1月より「るんるん」と「あんあん」で勤務しております。

好きな事は、自然の中で過ごす事、ガーデニング、旅です。今までに仕事やJICA、プライベートで30カ国くらい行ってきました。バックパッカーもしていました！そしていろいろと素敵な場所を見てきましたが、この八ヶ岳の魅力にひかれ、3年前に北杜市に移住してきました。まだ知らない事ばかりですのでいろいろと教えて頂けるとうれしいです。

理学療法士としては「人生100年時代を元気で幸せに生き抜く！」「地球に、社会にやさしい地域」「誰もが安心して暮らせる地域」を理念に活動しています。よろしくお願い致します。



## ●能登半島地震支援のご報告とJRATについて

2月に「山梨JRAT」として能登半島地震の支援活動に行ってきました。

「JRAT」をご存じでしょうか？「日本災害リハビリテーション支援協会」の略で災害時に「災害リハビリテーション支援チーム」を発足させ、リハビリの観点から避難所等での生活不活発病や災害関連死を予防し、自立生活を再建できるようリハビリテーション支援を行います。

今回、能登半島地震での活動を山日新聞さん(3/12)に取り上げて頂きました。少しでも自分たち自身の防災意識をもつきっかけになって頂ければと思います。自分たちの地域は自分たちで守るという平時からの準備と心構えがとても大切だと思います。最後に、これをきっかけに能登の方々にも少しでも想いを寄せて頂けたら幸いです。



今年ご利用様が折ってきてくださった可愛いお雛様でるんるんを飾りました。



山日新聞の記事

## オレンジサロンわいわい

### 春の装いで……

3月のサロンは春の装いです。

創作活動は、手先ばかりでなくて、  
頭も、口も活発に働いています。

お部屋の模様替えもしました。

まだかな、まだかな・・

桜の開花が待ち遠しいで



### 3月のメインイベント

津軽三味線の、力強い豪快な音色を聞かせていただきました。

その時の写真を見るだけで、腹の底に響く三味線の音色がよみがえってきます。

北杜市在住の大畑さんと小宮山さんは小山流津軽三味線八ヶ岳教室のお仲間です。

もともとは太鼓を通じて知り合ったお二人、「撥を叩く」という津軽三味線に通ずるものがあるようです。なかなか生演奏を聴くことがない参加者の方は、迫力と早い曲調に感動し、まだまだ聞きたいとアンコールをお願いしました。



馴染みの民謡「花笠音頭」「東京音頭」そして「武田節」の伴奏もしていただきました。



# 訪問介護にこここ

## 改めて『訪問介護にこここ』の紹介

訪問介護にこここサービス  
管理者 伊佐地江美



『訪問介護にこここ』という事業所のことをあまり聞いたことがないという方が多いのではないのでしょうか。

実は、2年半前の2021年(令和2年)9月に、訪問介護事業として事業所名『訪問介護にこここ』がサービス提供を始めました。

### スタート時点の状況

#### ◆北杜市に住民票がない方から

ケアマネジャーより、いつものように定期巡回で来てくへ依頼が入りました。お話を聞いているとその方はなんと、北杜市に住民票の無い方だったのです。どうしても介護を受けたいとの相談から始まり、ついに、訪問介護にこここのサービスの開始となりました。

「定期巡回で来てく」は、介護保険制度の中で「地域密着サービス」という位置づけで、北杜市民(北杜市に住民票がある方)しか利用できないサービスです。一方、「訪問介護にこここ」は、住民票がどこにあっても利用できるサービスなのです。

#### ◆コロナ真最中

2021年といえば、コロナ真最中で、その対応に追われて、新規事業を大々的に開始するという状況ではありませんでした。

#### ◆職員不足

慢性的な職員不足で、訪問介護という新規事業を十分に実施できる余裕はありませんでした。

なので、大々的に広報して利用者を募集するのではなく、どうしても必要な方について、だんだん会としてできる範囲で実施していこうとスタートしたのでした。

現在では、20名ほどの方にご利用いただいております^0^

### よく質問されること

よく質問されることは、定期巡回と訪問介護は何が違うの?という事です。

いろいろな違いがあるのですが、まず、対象者は、定期巡回で来てくは**要介護**の方のみ。訪問介護にこここは**要介護**の方はもちろん、**要支援**の方でも、利用可能です。

また、前述した通り、定期巡回は北杜市在住の方限定ですが、訪問介護は**住民票**が北杜市でなくとも利用可能。冬以外は北杜市で暮らして別荘に住んでいる方も利用が出来ます。

**訪問頻度**は、おおざっぱにいうと、定期巡回は一日単位、訪問介護は週単位。

また、**利用料金のしくみ**が大きく違い、定期巡回は要介護度別の包括払い(1か月まるめ)で、訪問介護は、利用時間数・内容(身体介護・生活支援)等により料金が設定されていて利用回数ごとの利用料です。

週に1度だけ、掃除、買い物・ゴミ捨てなど1か月に数回の訪問だけでよい人には「訪問介護にこここ」が対象となります。

担当者会議で利用者・家族からお話を聞きケアマネジャーの計画書に基づきサービスが決定されます。

### 同じ事務所に

定期巡回と訪問介護が同じ事務所に存在することにより、状態や症状の変化に機敏に対応し最善の選択ができるようにしています。

事業所としては経歴の短い訪問介護にこここですが、利用者に寄り添い、ほんのひと時でも

### にこここと笑顔になっていただけるよう

努力をしていきます。



# 訪問介護にここ

「にここ」を利用なさっている方の例を紹介します

## Aさんの場合 男性、70歳代、一人暮らし

発病に伴い、車の免許証を返上しました。

今までは、車で買い物、ゴミ捨てなどおひとりで全てを行っていました。しかし、自動車を使わないと、車で1分のごみ置き場まで、ゴミを両手に持ち、転倒に気を付けながら上り坂を必死に上り、往復30分以上かかりやっとの思いでゴミを捨てるという状況です。

買い物はタクシーを使い、往復のタクシー代が5,000円以上… 買い出しの金額よりも多くなってしまいます。

車の免許がなくなっただけで生活することに不自由が多く出てしまい、今までの生活が保てなくなってしまう。

そこで『にここ』の登場。週に一度、買い物・ゴミ捨て・調理等の自立支援を行う事により、元の生活により近い生活を送ることが出来るようになりました。

## Bさんの場合 女性、70歳代、一人暮らし

これまでは『定期巡回てくてく』を利用されていたBさんです。Bさんの体調の回復により、ケアマネジャーより訪問回数を減らすことを提案され、『訪問介護にここ』に変更となりました。

初めは『てくてく』で毎日訪問していた介護職員が来てくれないと、不安そうにされていましたが、次第に誰も来ない日は「お休みの日」と考えるようになり、調理も掃除も入浴さえも一人で出来るようになってきました。

『にここ』を利用されてからは、体調の回復も大きい要因かもしれませんが、訪問頻度が週3回から週2回に、1時間から30分未満と短かくなっています。

自立支援が利用者様の意欲と合わさることにより、無理せずに安全に以前の暮らしに戻っていく様子を一緒に体感できることは介護職員にとって幸せと感じています。

## Cさんの場合 男性、80歳代、一人暮らし

ご家族とケアマネから、「暖かいご飯を時々食べさせてあげたい」「服薬が出来ない日があるので不安だ」ということで、『にここ』の訪問介護がスタートしました。

まずは週3回の訪問で、それなりの生活ができていました。しかし、訪問開始し1年が過ぎようとしているころは、服薬できていない日が多くなり、調理したおかずがそのまま冷蔵庫にはいったままで食事をとっていないことが多くなってきました。認知症が進んでいるようです。

そこで、ケアマネジャーに報告相談し、『にここ』ではなく、『定期巡回てくてく』で一日数回の訪問支援への変更となりました。毎日複数回訪問することにより、服薬はしっかりできるようになりました。定期巡回に変更になったばかりの頃は、朝訪問すると寝起きで、寝間着のまま、義歯も入っていない状況でしたが毎日訪問することにより、着替えもでき、ピシッと背筋が伸びるようになってきました。服薬はご自分では内服できていない日が多くなりますが、声掛けすることにより毎日服用することが出来るようになりました。「にここ」から「てくてく」への変更もすぐに！！



## 出会い(その2)

わいわい白州、尾白、介護職員  
川島真人

2023年12月、だんだん便り74号に続き、今回はちょっと変わった出逢いです。今年のお彼岸、3月20日の北杜市は雪でしたが、その前に父の17回忌にあわせて東京の多磨霊園にお墓参りに行きました。

以前、北杜市白州町に在住の作家、岩倉博さんの本「吉野源三郎の生涯」(吉野源三郎氏は永く岩波書店の月刊誌『世界』の編集長であった人。吉野氏の著書「きみたちはどう生きるか」と同名の映画が昨今話題になりました)、を読んで初めて知った事がありました。

第二次世界大戦時、在日のソ連スパイとして『ゾルゲ事件』というのを中学校の現代史教科書で教わったと思います。そのゾルゲ氏(Richard Sorge)とは柳条湖事件から太平洋戦争迄の15年間を反戦平和活動家として活動し、終戦を目前にして処刑された尾崎秀実氏の活動パートナーであったとの事でした。

そしてなんと、そのゾルゲ氏のお墓が尾崎秀実氏のお墓とも同じ多磨霊園にあったのです。ゾルゲ氏のお墓は、日本人の妻・石井花子さんと共に在りました。

お墓には「戦争に反対し世界平和の為に生命を捧げた勇士ここに眠る」との言葉と略歴が記された碑がありました。軍国少年だったという父と同じ墓地に、反戦平和の為に命を落とした歴史上の人物が眠っていたとは、何という奇遇!! 何という偶然?! 何という出逢いでしょうか!!

ウクライナとソ連、パレスチナとイスラエル・・・いつになってもこの世から戦争は無くならないのか?

結論を出す前に事実をしっかりと見つめる眼をもち、考える脳を持たなくては、と感じたお彼岸でした。



ゾルゲのお墓



ゾルゲの墓の記念碑