

# 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85号

2024年11月10日



雪化粧まだかなあ

湖を渡つてくる風も冷たくなり秋の深まりを感じる頃。

湖畔のコキアも富士のお山の雪化粧を待ちわびているようだ。

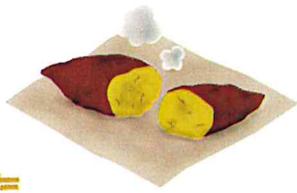
河口湖畔にて

からまつ会 渡辺

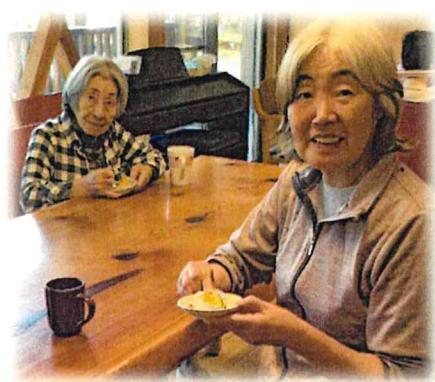
# グループホームわいわい白州・尾白

秋と言えば【食欲の秋】!!

尾白では青空の下、焼き芋を行いました。



おやつに手作りスイートポテトを食べ  
お芋三昧の一日になりました!!



# わがままハウス山吹（支援付き共生すまい）

## 新人職員の 山吹日記

リタイア後自然豊かな土地で暮らしたいと、2年ほど前に北杜市に移住してきました。一年間四季を満喫して「はて？」と思いました。「ささやかでもこの地域に貢献しながら根を下ろしたい」と。今年の夏、だんだん会の存在を知り仲間入りさせていただきました。優しく個性豊かな先輩スタッフに支えられ、入居者さまの穏やかな笑顔にも励まされ貴重な経験をさせてもらっています。

（スタッフ 板倉敏彦）

### 旅立ちの日に立ち会って

山吹勤務が始まったばかり。研修直後の午前勤務。その日の早朝 Eさんはご自分のお部屋で娘様に付き添われて静かに旅立たれました。

Eさんが山吹で穏やかに過ごされていたことは先輩スタッフ達からお聞きしていました。「入院したくない。ここにいたい」と仰っていたそうです。本当に短い間でしたが、私が訪室する度に「ありがとう」と逆にねぎらいの言葉をかけて下さいました。

そんな私が Eさんを山吹から送り出すお手伝いをさせていただく巡り合わせになりました。尊厳ある看取りという一つの姿を見せていただいた気がします。（失礼な表現かもしれません）玄関からお見送りする際、ご冥福をお祈りすると同時に感謝の気持ちがわいてきました。これから仕事の重さを再認識させられた日となりました。

### 浴室でほっこり、そして、ほろり

Sさんの入浴のお手伝いを何度かしています。普段の Sさんは物静かで口数も少ない印象ですが、入浴中は結構お話をしてくれます。特に湯船に浸かりながら、心の中に仕舞っていた想い出が溶け出したように饒舌になられます。

ある日のお話「私の夫はハンサムで背が高かったのよ」「今まで夫より素敵な人に出会ったことがないわよ」と笑顔。ご馳走様。ほっこりするお話をいただきました。

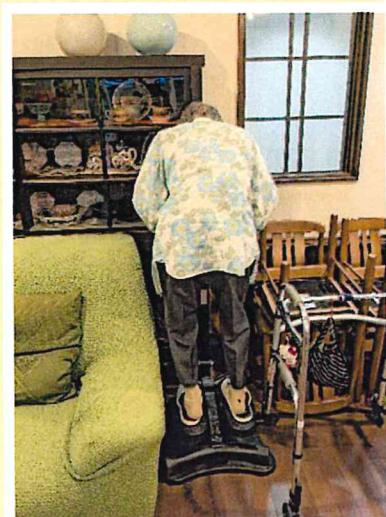
ある日のお話「夫は忙しくて、夜は毎日遅かったのよ」「あまり一緒に過す時間がなかったの」「夫が定年退職して、やっと一緒に海外旅行に行く予定を立てたのよ」「お金も払って、出掛けようとした矢先、夫は一人で天国に旅立っちゃったわ」「落ち込んだわ。立ち直るのに 10 年かかったわ」と。ほろりとするお話をいただきました。

### 102歳のエクササイズ

Tさんは102歳。歩行器をマイカーと呼んでいます。そのマイカーを使ってフロア内を自由に移動されています。食堂では配膳や食器の片づけを「私のアルバイト取らないで」と言って積極的に手伝って下さいます。

1階のホールに入居者さまが購入した健康器具の「ステッパー」が置かれています。写真は Tさんが「ステッパー」を踏んでいる後ろ姿 !!

幾つになっても明るく好奇心旺盛な Tさんです。わがままハウスで少女のような素敵なお笑顔でわがままに過ごされています。



## オレンジサロンわいわい

紅葉の季節！到来……今年は遅れています。

カラマツの黄金色、桜の葉や漆の葉の赤、ドウダンツツジの赤、そしてモミジの色はというと・ようやく赤く色づき始めました。その色づきをみながらお出掛けを検討中です。

本日の昼食はカレーライスです。

皆さんで手分けして作りました！！



草ボウキになる「コキヤ」、紅葉のコキヤを楽しみに市内の「遠照寺」に出かけました。なんと、紅葉は終わっていました(残念)でも、もう一つ目を見張る、枝ぶりが見事な「夫婦松」を近くで眺めてきました。車窓からは、赤く実ったりんごの木も眺めることができました。

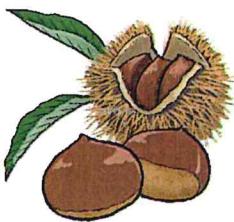


サロン川柳  
今月も健在です！



1, 靈園で もう少し ひとりで 暮らしてね  
2, 我が亭主 おい・あれ・これ・あの・それ 五連発

## 定期巡回サービスの良いところ



定期巡回てくてく 24

高崎千代実

### 1人暮らしのNさん

奥様が亡くなつてから一人暮らしのNさん、娘さんたちは離れたところに暮らしています。娘さんから、生協をたくさん注文しているが食事がきちんとできているか？薬が飲めているか心配で、主に内服確認と調理支援で訪問介護が週3回(60分/回)入っていました。

しかし、前回作った食事がそのまま残っていたり、薬も違う日にちの物を飲んでいて、2回分飲んでしまう事や飲み忘れることが多くありました。デイサービスも休みがちで、通所リハの迎えが来ても行かなくなりました。週に3回【点】で見ても生活が全く見えてきませんでした。

職員が事務所に集まると、Nさんを心配する話が多く聞かれました。そんな状況を、担当者が担当ケアマネジャーにこまめに報告していました。

### 定期巡回サービスに変更

そこで定期巡回に変更して、毎日訪問し調理と内服確認、デイサービスの日は朝(内服確認と同時に)デイに行くように、声掛けの訪問を開始しました。内服はご本人が手元にないと不安なため、手元に置きながらも間違いなく内服できたか確認できる方法をいろいろ試しました。

その後、徐々に生活の全体の様子がみえてきて、どんな支援をしたらよいかもわかつきました。

### Nさんがコロナに感染

そんな時、Nさんがコロナに感染されました。一気に弱気になってしまったNさん。すっかり食事も摂らなくなり、私たちは、感染対策ガウンを着用しながら1日3回訪問をして、体力を維持してもらうように支援しました。

### 回復はしたが…

その後、回復はしたのですがデイサービスの日を勘違いしていたり、シャワー室に入って「行きたくない、行きたくない」と子どものようにごねたりされます。

それでも、私たちが定期巡回として訪問し「楽しいデイサービスに出かけましょう」と声掛けすることで休むことなく出かけられて、生活のリズムもついてきました。

### 一日複数回の訪問支援

週に数回30分～1時間ほどの関りではみえないものが多く、Nさんのような事例からも毎日訪問し、必要に応じて日に数回支援に入る定期巡回の利点は大きいと改めて思います。

今ではNさん「ヘルパーさんのおかげで命つないですわ」と仰って下さいます。

だんだん会では、訪問介護(にこにこ)と定期巡回(てくてく)は同じ職員が兼任しています。そのため利用しているサービスの種類が変更されても、なじみの顔が訪問を続けることで利用者さんにも安心してもらっています。

## 「浮世絵を遊ぶ」おもしろ工作展

地域看護センターあんあん 丸茂由紀子(看護師) 武田彩愛(事務職員)

以前ご紹介した石川三郎さん(仮名、81歳・要介護3で一人暮らし)です。

30年前に群馬より北杜市に移住。奥さんが20年前に他界し、その後は一人暮らし。10年前に脳出血を発症、一戸建ての自宅で生活していました。

### 不安が、様々な選択とその支援

自宅は段差があり、車いすの移動は困難、杖を使用しても今後の生活は困難となる。

様々な選択がある中で、ご本人が希望する生き方、最期までどのように生きたいかをご自分で考え、選択できるようにサポートしました。

### バリアフリーの市営住宅を選択

去年の10月から同じ地域にある市営住宅での生活が始まりました。石川さんはこう話しています。

「一人暮らしに不安がなくなった。何か行動する時には人の気配を感じながら生活できる」

「子供がワイワイ、犬が鳴く、歩行器で歩いて、田んぼや畑に人の気配を感じとれ、人間はひとりではない、当たり前のことだが、引っ越してきて感じた」

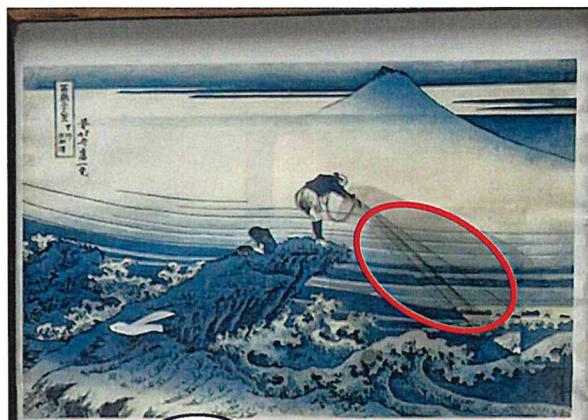
「家にいるときと同じようにケアも十分であり、生活に困ることはない」

### 趣味で展示会を開催

自宅で木工工芸を楽しみ、今回は「浮世絵を遊ぶ」題材で工作展を開催。展示会を開催したことでの子供、孫、友人、地域との交流が深まり、「やって良かった」とうれしい言葉！！

### 今後

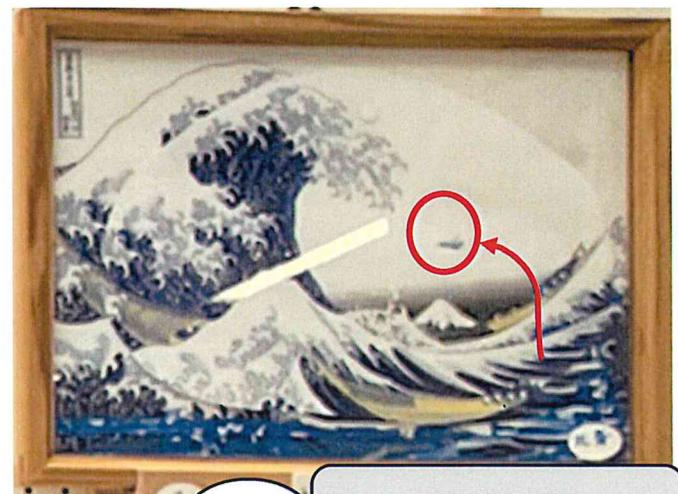
展示化を機会に生活に幅が出来ました。趣味の動く「絵」の2作目を検討しながら、地域の方と取り組めたらとお話ししています。地域の中で最後まで自分らしく生きている石川さん素敵です。



北斎

「甲州石班澤」

網が動きます



北斎

「神奈川沖浪裏」

飛行機が飛んでいます

# おもしろ工作展

## 『浮世絵を遊ぶ』

世界的にも有名な浮世絵師の葛飾北斎。北斎の代表作「富嶽三十六景」には、山梨で描かれた作品も8点含まれます。山梨県立博物館で開催された北斎・広重展に感動して三郎さんのいたずら心から、浮世絵を動かしたり光らせたり楽しい作品に変身させてみました。

今回の展示では北斎をはじめとする浮世絵の素晴らしさと、三郎さんの遊び心を楽しんでいただけたら幸いに思います。

(ポスターの文より)



## 訪れた方の感想（三郎さんの感想ノートより）

- ・まさに「おもしろ工作」でとても楽しませていただきました。久しぶりに笑顔が出てきました。
- ・絵が生き生きとしておもしろいです。
- ・おもしろいカラクリなど拝見しました。電子技術を用いた作品で素晴らしいです！
- ・すごく楽しい作品です！平面の絵が動きや光などによって立体的に見えます。

## 武田感想

電気を使用している作品がいくつかありました、雷の演出を出すために北斎の「山下白雨」では自転車のライトを使用して光を点滅させるなど絵を動かすための様々な工夫がされていました。三郎さんの遊び心あふれるアイディアから普段絵を見ることとは違った感覚で浮世絵を楽しめました。

以前の訪問で、脳梗塞で右手に麻痺が残ってしまったけれど、「自分でできることは自分でやりたい」という会話がありました。アイディアを形にすることはとても難しいことだと思いますが、展示会を開けるほど の作品数に膨れ上がったことは、上記会話の思いがあったからなのではないかなと思います。作品を紹介してくださった三郎さんのお顔は動いている作品に負けないくらい生き生きとした姿で素敵でした。



毎年、近隣の英語教室の方が企画した『ハロウィンパーティー』が開催されます。今年も 40 名の子どもさんたちが「トリック・オア・トリート」と訪ねてきました。

てくてくの職員がお迎えし、お菓子をプレゼントしました。

