

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 91 号 2025 年 5 月 10 日



八ヶ岳南麓 初夏の庭

明るい陽光を受けてわが家の庭も華やぎます
公園の花壇のようではありませんが
庭しごとにはげむ私にご褒美の季節です

長谷川 純枝

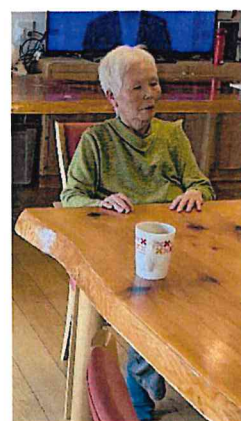
グループホームわいわい白州・尾白



HAPPY
BIRTHDAY



3月は、山本さん♡ 4月は浅川さんと 武藤さん♡



道の駅南きよさとの鯉のぼりを見に行きました 🐟 ♡

わがままハウス山吹 (支援付き共生すまい)

“おいしい”と評判のお食事作り

スタッフ：岡本静佳

わがままハウス山吹は、すべて手作りのお料理で入居者の皆さんにとっても好評です！
それを中心的に担っているのが二人(石井泰子さんと茅野かほるさん)です。



茅野さんへのインタビュー

Q:こちらに来られる前は保育園で調理をされていると聞きましたが、違いは？

A:食材を小さく食べやすく調理するのは共通ですね。

Q:食事作りで一番気をつけていることは？

A:衛生管理ですね。安心安全が何よりです。



感想を！

とてもいい環境で働かせていただいています。調理に関しては、高齢の方が多いので食物を柔らかくしたり、栄養バランスを考えながらメニューを考えています。入居者さんから感謝の言葉をいただき、とても励みになっています。
(調理担当：石井泰子)



決まった献立表はありません。
毎日、その日の気分に合わせて。
この日のお昼ごはんは、幕の内弁当のように様々なおかずをワンプレートに盛り付けました。(コロッケ、焼き魚、中華、もずくの酢のもの、ほうれん草の白和え、たまごスープ)



「リハ特化半日デयरんるん」

北杜市に住むようになって感動したことの一つに、桜を長く楽しめるということがあげられます。標高差のある地域なので、低い土地から高い土地へと順々に咲いていくのです。送迎をしていると利用者様と一緒に季節を感じながらその風景を楽しむことが出来るので嬉しい限りです。

また、桜に限らず、自然が身近なので様々な草花を楽しむことができるのも魅力です。先日、送迎の時にとてもきれいに咲いている菜の花を見かけました。同乗していた利用者様たちからは「この前より綺麗ね」「今日が一番」などと歓声が上がくらいでした。私は前日にも通った道だったので、何故昨日は気付かなかったのだろうと考え、娘を保育園にお迎えに行く途中で急いでいたからだ！と思い至りました。余裕がないと綺麗なものにも気付けなくなるのだな…、心に余裕があると人生も豊かになるのだな…と思った出来事でした。

さて、新年度になり、「るんるん」にも新しく理学療法士のスタッフが入職しましたので、ここで皆さまにご紹介いたします。

初めまして。4月からだんだん会に入職した、坂本成美です。

理学療法士としてリハビリ特化型半日デयरんるんと地域看護センターあんあんで訪問リハビリを勤めさせて頂いております。

これまでは病院での勤務が長かったので、今は在宅での生活支援であったり、るんるんでの介護予防のお手伝いをさせて頂くことが慣れない毎日ではあります。



そんな毎日ではありますが、娘も4月から小学校に入学し慣れない学校に毎日大きなランドセルを背負って歩いて通う後ろ姿を見る度に私も頑張ろうと勇気と元気をもらっています。

又、利用者様の元気で明るい表情を見ることが出来ると私も嬉しくなります。

毎年年齢を重ねる度に、また季節によっても身体の変化がありますが利用者様が少しでも前向きに身体を動かす時間を提供出来たらと思います。宜しくお願いします。

オレンジサロンわいわい

春！チャレンジすることが
たくさんあります。

最初は「お花見」です！

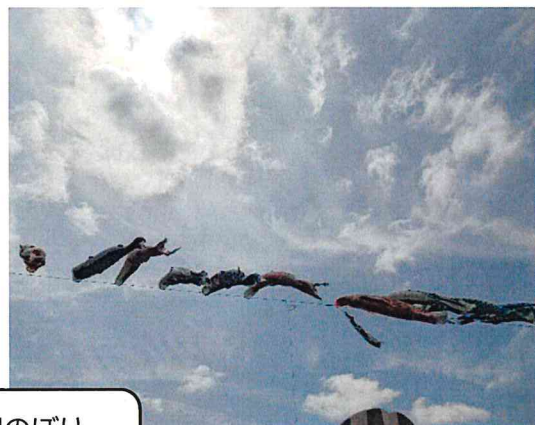
待ってました！！

ベテランが手ほどきです。
ヨモギを使って「草餅づくり」



昔はよく作ったもんだよ！
春の香りがいいね。

あんこを包むのが
コツがいるね！！



薄曇りの中で勢いよく泳ぐ鯉のぼり
肌寒い中での見学でした



「ワハハハハ」 サロンに響く 笑い声



《あっぱれ》な生き方

定期巡回てくてく 24 高崎千代実

仕事を始めて約40年。たくさんの患者さんや要介護者のご支援をさせていただいてきましたが、前田典子さんに会って、改めて『自分らしく生きる』ということの意味をかみしめることができました。

骨折、しかし入院せず

前田典子さん(仮名、女性、84歳)は、長くお姉さんといっしょに暮らしていましたが2年ほど前から一人暮らし。

お医者さんは、大の苦手でほとんど受診したことがありませんでした。ところが、沖縄旅行中に転倒して左大腿骨骨折。しかし、前田さんは、手術を拒否。車椅子生活になってしまいました。

自宅での車椅子生活が困難になり、サ高住に入居。しかし、どうしても自宅での生活をしたいと意志を貫き、自宅に戻られた。そこで「てくてく」が支援することになりました。

受診・検査をしたことがないというので詳しくはわからないのですが、たぶん、気管支拡張症のためか在宅酸素療法されていました。

こだわり

「病気は自分の力で治す！自分の力で歩けるようにする」と強い意志で、手術しない足を整体に通って治すと通ったり、気管支拡張症の薬や炎症が起きた時の抗生物質もすべて医療を拒否し、自分の信じた療法で過ごされました。

YouTubeなどで得た情報で自分でよいと信じたものに強くこだわられた。たとえば、生の野菜を酢漬けにしたものや、黒にんにく等、吸収しにくいのではないかとと思われるものを健康に良いと思い、食事の中心として召し上がっていた。特にオリゴ糖も。携帯電話を使いこなし、不明なことなどは調べてご自分で電話して確かめていました。

強い意志の大人の女性と見える反面、私たちが頼まれた買い物を持っていくと、子どものように喜んで車いすで飛んで出迎えてくれたりしていました。

時々、緊急コール

在宅酸素の生活になじめないのか、酸素チューブをよく車いすの車輪に巻き込んでしまったり、在宅酸素の機械がおかしいとパニックになってしまって、てくてくの緊急コールがかかってきて夜間に訪問対応したことも。また近隣の住民の方の力も大いに活用されていました。

私たちは安全に過ごせる環境設定や、出来るだけ栄養の摂れる食事に配慮。

痰との闘い

前田さんの毎日は痰との戦い。週に1回は専門家に訪問して呼吸リハビリを行い、私たちも一緒に習って訪問時に声掛けしながら実施。

少しずつ衰弱

その前田さんは、この冬前頃から横になって過ごされている時間が増えていきました。頑張ろうと思う気持ちと体がいうことをきかないもどかしさで言葉数も減少。ポータブルトイレに移ろうとして転倒することが増加。緊急コールは以前に増して多くなりました。

私たちは、トイレ介助のため朝一番で訪問を組むようにした。

入院・・・

入院も施設入所も頑なに拒否されていた前田さんが、ある夜ご自分で救急隊を呼び入院！！

あれほど嫌がっていた点滴の治療も受けたと聞き、辛さが限界だったのだと感じました。

てくてく物語

退院後は自宅での生活は無理なのではないかと周囲の人たちが心配したのですが、「今すぐ自宅に帰りたいと言っている」という情報。病院で吸引されたことがきっかけだったようです。

決めた通り、間もなく自宅に戻ってこれました。床上排泄になって車いすには降りられなくなっていました。

ベッド上の生活

食事もベッド上になり、コントローラーを上手に使い水分を摂れる工夫や、褥瘡予防に努めました。

食事摂取量は相かわらず少なく、一人でも水分が摂れるようゼリー状の飲料やストロー付きカップで安全に摂取できるように試したり…。すぐにエアマットを入れてもらいました。

往診の日、医師から「このままじゃ死んじゃうかもしれない」と言われ、しかし前田さんは、「わたしは死にません」と答えたそう。医師の言うことを受け入れない前田さんに対し、「あれだけ振り切っていたらかえって応援したくなる」と医師は言っていました。

突然の死

主治医の往診の数時間後、オリゴ糖水を飲まれ、オムツ交換のためベッドを倒した途端呼吸状態が変化。そのまま呼吸が止まりました。あっという間の出来事です。スタッフがいるその場での出来事でした。

前田さんは、私たちが訪問支援が終わり帰ろうとすると新しい用事を言ったり「もう帰っちゃうの?」と言ったりしていました。寂しがり屋だったのかもしれませんが。最期の時も独りは嫌だったのかもしれないですね。

自分で終末をきれいに段取り

いつも整髪することもなく伸ばしっぱなしの髪だったので、私は「気分転換にカットに行ったらどうですか」とよく声掛けをしていたのですが、退院されてきたから、私に「わかる? 髪切ったのよ」とすまし顔で仰った。

また、最期はきちんと会いたい人に会い、親しい人にあいさつをして身の回りを整えていました。

多職種協働だからこそ

ご本人の意思を最大限尊重し、最期までご自分の信じた生き方を貫くことができるように支援できたように思います。それができたのは、ケアマネや主治医や他の支援者と共に目標を1つに共有でき支援できたから。ある意味で理想的な多職種協働だったと思う。でも考えてみれば、「理想的」ではなく、誰にでも支援する「当たり前」の多職種協働なのだと思います。

《あっぱれ》な生き方

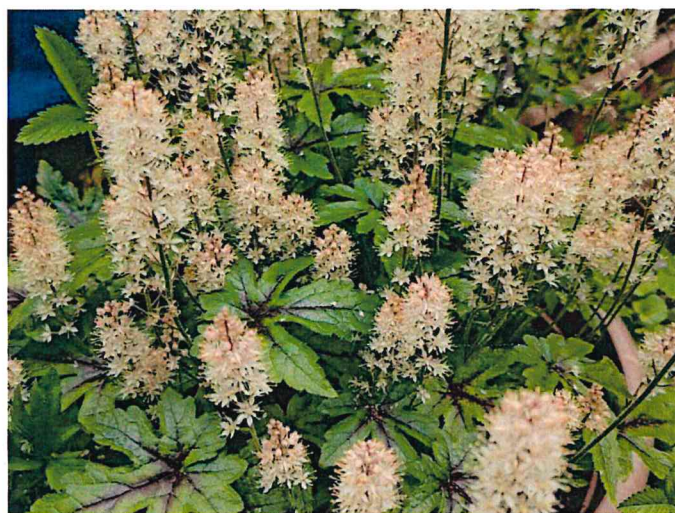
病院の中での仕事が長かった私は、前田さんのような方は、在宅での生活は困難なのではないかと思い込んでいたような気がします。前田さんのことを、正直、自分勝手な方だなあと感じることもありました。

でも、自分が居たい場所で意志を全うする生き方に《あっぱれ》の言葉が浮かんできました。とても大事なことを学ばせていただきました。



山野草 などなど

写真：訪問介護にこにこ
伊佐地江美



だんだん会
一般社団法人

・わがままハウス山吹 0551-45-6323
・グループホームわいわい白州 0551-30-7566
・リハ特化半日デイルン 0551-30-9251
・オレンジサロンわいわい 0551-45-9566

・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