

自然には認知症の人を癒す力がある ～ともの家 介護理念より～

〒790-0101 松山市溝辺町甲 94

【Tel】 089-977-8502 【Fax】 089-907-8504

【E-mail】 tomo-home@triton.ocn.ne.jp 【Home Page】 <http://www.tomonoie.jp>



◆◆◆お正月◆◆◆



今年も、ともの家は楽しいお正月を迎えることができました。
新年を迎え、皆さんはどのような抱負をお持ちでしょうか。

溝辺ともの家では、大晦日から三が日(期間や日時はさまざまですが)3名の方が帰宅され、2名の方のご家族がともの家に泊まりました。

ご家族が、普段グループホームで暮らしておられるお年寄りを、一般の家庭に連れ帰り、ともに時間を過ごすことは楽しいばかりではなく、ご苦労もあったのではないかと思います。ベッドや手すりなど設備もそうですが、お年寄り独特のスピードや認知症からの言動など…状態は個人によって異なり一概には言えませんが、短い期間とはいえ戸惑いを感じられたご家族もおられたのではないのでしょうか。

しかし、たとえ1時間でもご自分が暮らしていた家や、親しい人と同じ時間を過ごせたことは、お年寄りにとってもかけがえのない時間だと思います。

介護職員として、お年寄りがご家族と過ごせる状態を、できるだけ長く維持できるような支援をしていきたいと感じたお正月でした。また、ともの家でお正月を過ごされるお年寄りにとって、楽しいお正月になるような支援も続けていきたいと思います。

元旦の朝は、お節料理とお雑煮を皆で囲み、三が日はお正月らしい、ゆったりとした時間を過ごしました。

書初め それぞれ好きな文字を書かれました。

例えば…お正月、ばあば、寅年、自動車、大井田マサエ



初詣 伊佐爾波神社へお参りに行きました。

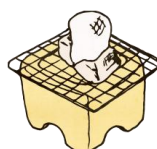


年賀状

ご家族や、友人など親しい人に宛てた年賀状を書きました。

お正月を迎える準備は大忙し！たくさんの方の力を借りて…

「餅つき」



私は、餅つき行事に今回で3回目の参加ですが、今年は、天候の影響もあり、各事業所合同で行いました。

男性は餅をつき、女性はいんこを丸めてお餅を作り、一年最後の大きな行事で、みなさん楽しく参加されていました。お元気な男性利用者の方には、職員と一緒に餅つきをしていただき、お正月に向けて楽しく準備をしました。文・写真：
ともの家この道 乗松守亮



ご家族も参加くださいました♪

「門松づくり」



ともの家では各事業所に手作り門松をおきます。毎年、主になって行うのはアクティビティ委員です。

←こちらは、溝辺ともの家の門松。とても華やかでお正月らしいと思いませんか？毎週木曜日、溝辺ともの家に生け花ボランティア（なんと10年間）として来て下さっている、松下先生が飾り付けを仕上げてくださいました。餅つきのときも、参加して下さり、スタッフの少ない溝辺は大変助かりました。ありがとうございました。 文・写真：山岡理紗（広報委員）

●●●●本年も、どうぞよろしくお願いたします●●●●



平成 24 年度 ともの家職員による『実践研究発表』講評

総合施設長 永和淑子

若手中堅職員の養成のため設けられた事例研究発表であるが、今年は各事業所の主任をリーダーとし事業所の課題追究に取り組んでもらうことになった。

研究テーマ

ともの家この道（GH）とアンジュールともの家（GH）は平均介護度が 4.2 と 4.6 と、ともに重介護の事業所であり「拘縮の緩和」がテーマに選ばれた。小規模は利用者の足の浮腫が目立つとのことで「浮腫の原因と対策」が、小規模第二は「回想法の実施」により認知症の人の言葉を引き出す試みとなった。過去 2 年間ウッドデッキの活用や脳活性リハによる生活の変化や生活意欲の向上など優れた発表を行った溝辺ともの家（GH）はリーダーの交代でまとまりきれず残念ながら発表中止となった

取り組み結果

この道（GH）はマッサージ、関節の屈伸、端座位の保持等の試みにも「劇的な効果はなかった」が、「対話が困難な利用者との非言語コミュニケーションとなり身体面だけでなく心理面にもよい効果となった」。アンジュール（GH）は足こぎ車椅子の活用、手浴、マッサージさらにダンボールとキルティング布製矯正具や手浴台の手作りなど積極的で多様な取り組みの展開により、10 日間の入院とその後の安静 3 ヶ月により両手首、指の拘縮が顕著となった N さんの、腫れの収まった手と笑顔を取り戻した。他の入居者も関わる時間が増えたことで落ち着いたり、運動により便通が良くなったという効果も得られたとのこと。「拘縮の症状はとても辛く関節を動かす際の激痛・・・体が自由に動かせなくなるという利用者の抱える苦しみや恐怖を実感した」職員たちは「これからも出来るだけ体を動かす機会を設けご自分で動ける喜びや楽しみを実感していただけるような生活援助をしていきたいと思えます」小規模は足浴とリンパマッサージを継続的に実施したが、これも「目を見張るような効果はなく、「リンパの流れとともに脳の活性化にもなり、気持ちが落ち着くなどの精神的な効果があった」。第二小規模の「回想法の実施」は目に見えない“心”へ働きかけるという点で前 3 事業所とは異なった取り組みであった。お年寄りの反応を見ながら実施方法を集団形式から個別へ、室内だけでなく戸外で、鉄鍋や七輪など昔の道具を用意してなど月ごとに工夫をしてお年寄りの記憶の中から多くの思い出を引き出し語ってもらった。職員に「真剣に聴こうという思いがあれば聞き出すことができる」。語られた思い出からお年寄りの自分史を作成したいとのことである。

総評

結果効果にこだわるのではないが、課題を設定した際の動機づけを各自が共有し、取り組み経過をみながら考察と工夫を加えていかねば、取り組み期間の 4 ヶ月は単に取り組んでいるというアリバイ作りに終わることだろう。リーダーのみに任せず全職員が真剣にとりくむチーム作りにこの実践研究発表をつなげていきたい。





秋の遠足 ～久万高原ふるさと村～



11月12日久万高原ふるさと村へ紅葉を見に行きました。アンジュールからは3名の利用者の方が参加されました。Kさんはお孫さんも同行して頂きました。

車中では、自己紹介から始まり、Iさんは車に揺られながらウトウト、Kさんは「〇〇(名前)でございます。どうぞ宜しくお願い致します。」とはっきりご自分で言って下さいました。Yさんは、「〇〇(名前)です～宜しく」と挨拶されていました。歌える方は1曲歌って下さり、Kさんは「炭坑節」を、Yさんは「岸壁の母」を歌われて車中はとても賑やかで楽しい時間でした。「久万高原ふるさと村」に着き昼食まで自由行動でしたが、それぞれが紅葉を観たりしながら秋を感じていただけた様子でした。時間はあっという間に過ぎ、帰る道中でおみやげを買われた方もいました。皆さんと一緒に思い出作りができとても良かったと思います。



文・写真：アンジュールともの家 友近賢太郎



第8回小規模ケア全国セミナーに参加して

小規模多機能ホームともの家 管理者 渡邊研太郎

平成24年12月8日(土)～9日(日)の2日間、広島県で開催された第8回小規模ケア全国セミナー「活き・往く暮らしを考える」に小規模多機能ホームともの家の古川主任と参加させていただきました。

1日目は、各事業所からの実践発表がありともの家から「小規模多機能ケアにおけるターミナルケアの取り組み」について、小規模の利用者Aさんの事例を発表させていただきました。Aさんは小規模を利用される中で、ある時期に終末期とも言われた時もありましたがご家族や医療機関とも連携し少しずつ体力も回復されてきました。ただ、現在も先生からはいつ何が起こってもおかしくない状態であると言われていますが、Aさんの状態を見ながら大好きなあんパンを召し上がっていただき外出や散歩に出かけるなど出来るだけ普通の暮らしを送ってもらおうと思っています。

今回のセミナーのキーワードは「地域」ということで改めて地域との繋がりが大事であるとともに、介護保険サービスだけではその人の生活を支えることは出来ないと感じました。今回の研修でよく耳にした言葉ですが「大規模なサービス付き高齢者住宅や有料老人ホーム等のサービスや制度が充足されるにつれて、高齢者が家族や地域と切り離され地域における人と人との繋がりをさらに希薄にさせてしまう」という話が印象的でした。



京都シンポジウム参加者3名の報告と感想

「社会福祉の原点と地域密着福祉を考える全国シンポジウムに参加して」

小規模多機能ホーム第二ともの家 主任 曾我部則高

今回、京都で行われた「第7回社会福祉の原点と地域密着福祉を考える全国シンポジウム」の二日目の「小規模多機能型居宅介護を考える分科会」で、「第二ともの家の取り組み」を発表しました。発表内容は、第二ともの家の事業所紹介（開設の経緯や、ハード面・ソフト面での特徴工夫、運営方針）とケアサービスの状況を写真付きで紹介したものです。

第二ともの家は、“・外出を多く（自由の尊重）・困難な人ほど受け入れる（障害があっても自分らしく生きる）・ノーマライゼーションの推進（普通の暮らしの追及）・生活（生命活動）の重視”という運営方針（重点目標）を掲げて日々取り組んでいるのですが、その中の「困難なケアの事例」として、昨年7月に利用開始となったSさんが、落ち着きを取り戻すまでをまとめました。＜詳しい内容は、ともの家ホームページ『日々是好日』に掲載＞

今回、シンポジウムに参加させていただき、他の小規模多機能の取り組みを聞き、とても勉強になりました。また、帰りの車中で理事長の「自分はお年寄りが主人公である施設が一番いいと思う」という言葉を聞き、感銘を受けました。今後もお年寄りが主人公となっただけの施設をめざし、“社会福祉の原点”を考えていきたいと思えます。

◆
1月12日～13日、京都で行われた二日間の研修に参加させて頂きました。

「高齢者福祉を今一度見直す必要性・福祉を地域で考え創造し支え合っていく仕組みづくりを共に考える」というものでした。今回の研修で家族の方の協力はもちろんのこと、地域の方の協力の必要性を県外のホームの取り組みを聞いて考え・学べる良い機会となりました。県外の施設長・介護職員との出逢いも、とても心に残る二日間となりました。

利用者さん・家族さんはもちろんですが地域の方とも良い関係を築ける介護職員になっていけるよう努力していきたいと思えます。理事長、道中ペチャクチャうるさいと注意されていましたが、参加させてくださりありがとうございました。 <ともの家この道 渡部貴子>

◆
今回、初めてシンポジウムに参加させて頂きました。多くの施設から参加があり、各施設が行っている様々な取り組みについて知ることができました。

1日目には我々、介護士が置かれる現状について振り返り、これからの介護士、介護制度はどうあるべきなのかを改めて考え直すことができました。

2日目には地域に密着した福祉を実現すべく、各施設が行っている取り組みについての発表がありました。集会所のかわりに施設の空き部屋を地域に提供する施設、子供の日に利用者手作りのお菓子を持って近所を訪問する施設など、その取り組みは様々でしたがとても参考になりました。

<アンジュールともの家 高市美紗>



お別れ欄 ～ともに過ごした時間を忘れません～



【アンジュールともの家】 水元八千代さん

文：水元 栄三・真樹子（ご家族）

昨年12月9日、母は90歳で永眠しました。みなさんには大切に
していただき、心からお礼を申し上げます。



「ここがいいよ、ここでお世話になりたいね…。ともの家を初めて訪
ねた直後の私たちの会話です。大きくて立派な施設や広いフロアのホームも参観しまし
たが、どこか冷たく息苦しさを感じていました。ともの家には異なる温かさを感じ、迷わずお
願いすることにしたのです。あれから7年あまり、先日、理事長さんから思いも掛けない言
葉をいただきました。「水元さんは、みなさんから好かれていましたからねえ…。」食事も排
泄も全介助。会話にならないばかりか、気に入らないと手を振りかざす…。そんな母をこの
ように言うてくださる、それがともの家の温かさでありやさしさなのでしょう。棺の中の母
は柔和でやさしい顔をしていました。その顔は、ともの家での穏やかな暮らしを表していた
ように思います。長い間、ほんとうにありがとうございました。

【溝辺ともの家】 照岡雅一さん 平成24年12月15日午前逝去。享年86歳

朝はきっかり5時に起床。食事は、掻きこむように5分前後で終了。往診の日は、居室
を片付け身だしなみを整え、背筋を伸ばし順番を待っておられた。都合で食事の時間が遅れ
ると「さっさとせんか！」と叱られ、また、他の利用者さんが騒いでいると「うるさい！こ
れじゃけん、戦争に行ったことのない奴はいかんのよ！」と激怒し、時には拳をふりあげ威
嚇する。短気だが、不器用な優しさも見せて下さった。ムスツとした顔で「ついでじゃけん」
と、職員の分まで熱いお茶を淹れて下さったことがある。大量の洗濯物に、あたふたしてい
ると、さりげなく手を出し畳んで下さった。タオルなどは、きちっと角を合わせ種類別に並
べておられた。お礼を言うと「兵隊しよったけんな。ちゃんとせんと気になっていかんのよ」
と照れ笑い。照岡さんは、厳しい軍隊生活を、3年間過ごしたことを何より誇りにされてい
た。幾度も死線を乗り越えたという。以前、大病を患い入院した時も、大手術に耐え、見事
復活を果たされた。それほど強い方だったから、今回もきっと大丈夫だと思っていた。退院
した照岡さんは、「もう何も出来なくなった。」「寂しい。もうちょっと側におってくれ。」時々、
混乱したように「嫁は？買い物にでも行ったんやろか。」と、不安そうに、眼で別れた奥さん
を探しておられた。弱気な照岡さんというのを、あまり見たことのない私は大きくショック
を受けた。レクに誘うと「わしは、ひとりの方が気楽でええんよ」と断られることも多かつ
たし、家族の事などあまり話されなかった。独りであるのが好きな方だと、何となく思っ
ていたが、認識不足もいいとこだ。弱らないと、本音が語れなかったのだ。誰だって独りは寂
しい。好きで独りであるわけじゃない。本当は寂しがり屋で、家族にだって会いたかったに

違わない。短気な照岡さんは、私たちに、満足にお別れも言わせてくれなかった。前日は、少しだが食事もして、職員と談笑されたという。朝方、急変して、あっという間に旅立ってしまった。ご家族は最期まで来られなかった。せめて、「溝辺ともの家」で過ごした6年間の思い出を胸に、旅立たれたと信じたい。照岡さん、安らかに。文：溝辺ともの家 高岡明子

【小規模多機能ともの家】 梅木敏一さん 平成25年1月4日逝去。享年100歳

梅木さんは、ともの家デイサービスを「お教室」と呼ばれ、毎日、体操やレクリエーションに参加されました。気が乗らない時は入浴や体操も「今日はしんどい！コトワル！」とはっきり意思を通され、マイペースに無理なく過ごされていました。大好きなコーヒータイトととても楽しみにされ、スタッフの入れるインスタントコーヒの感想を「極上！」「上々！」「100点マンテン！」と言って下さることもあれば、ある時は「甘すぎる！」「マズイ！」とのお言葉をいただく時もあり、慌てたことを覚えています。毎日、道後温泉へ自転車で通い、帰りには喫茶店で本格コーヒを楽しまれていたという梅木さんだけあって、コーヒにはこだわりがあったんですね。

ともの家の行事では、水戸黄門やサンタクロースに扮していただき、いつも梅木さんは小規模の、まさに「顔」でした。体調が悪くなくても、在宅診療のたんぼぼクリニックの往診を受け、抗生剤の点滴と持ち前の生命力でもって回復され、再び食事もしっかり摂られていましたが、100歳の表彰を無事、済まされた頃より、体力の低下は徐々に進行していかれました。次第に食べたくて飲みたくても喉に通らない状態になっていかれ、私達スタッフもついにこの時が来たかという思いでした。

ターミナルに入ってからというもの、二人の娘さんが、交代で毎日付き添ってくださいました。砥部のグループホームにおられる、梅木さんの奥様に来てもらい、会っていただきました。

梅木さん、ともの家の小規模は梅木さんにとって、いいところでしたか？我が家の様に過ごせましたか？私たちは、梅木さんの長い人生の最後の2年4か月でしたが、梅木さんのあのステキな笑顔、一緒に過ごし、精一杯生きられた日々を、いつまでも忘れません。本当にありがとうございました。

文：小規模多機能ともの家 芝田有比子



主任にインタビュー ~part2~

今号の『主任にインタビュー』は小規模多機能ホームの主任2人です。

- 質問1：主任何年目ですか？ 質問2：あなたにとって理想の主任像とは？
質問3：現在の事業所をどのような事業所にしていきたいですか？
質問4：休日の過ごし方を教えてください。 質問5：フリーメッセージ

小規模多機能ホームともの家 主任 芝田有比子 インタビュアー：中川晃一(広報委員)

回答1：4年目

回答2：管理者の右腕となれる。不在時、安心して任せてもらえる人材

利用者さんのご家族にもスタッフにも信頼され、頼ってもらえる人材

回答4：子供を剣道の試合に連れて行く。子供と過ごす。家事をする。学校行事に参加する

回答5：主任として、まだまだ至らない点も多いですが、少しでも現場が良くなるように、気を配っていきたい。スタッフ、利用者さん、みんなの笑顔を励みに頑張ります。

小規模多機能ホームともの家 主任 古川晃 インタビュアー：中川晃一(広報委員)

回答1：2年目

回答2：管理者の補佐、気付き・改善する目を持つ、職員・利用者・家族に信頼される主任

回答3：皆が気付き、皆で協力し合える職場

人によって得手、不得手があるので、支えあい、助け合える職場にしたい

利用者さんとともに協力し、”なじみの場 “ ”なじみの関係 “ を作る

回答4：ダンス・DVD鑑賞・ダラダラする

回答5：皆で協力し、皆で支えあい、職員・利用者・家族に「いいところだな」と思っただけのように尽力したいです。

次回は溝辺ともの家、小規模多機能ホーム第2ともの家の主任にインタビューを予定しています

 **ありがとう欄** 

ピアノ演奏、お花クラブ、紙芝居ボランイティアなどの皆様ありがとうございました。その他ご協力いただいたみなさまありがとうございました。本年もよろしく願いいたします。

編集後記

新年、初心を思い出し「ケア」とは何かを考えようと、ミルトン・メイヤロフ著『ケアの本質—生きることの意味—』という本を手に取りました。読んでいくと、果たして自分はお年寄りを「ケア」しているのか、日々お年寄りに「ケア」されているのではないだろうかと思えるようになりました。食事、排泄、入浴のお手伝いはしています。しかしそれは「ケア」の本質ではない…らしいのです。一年かけて、読む覚悟です。山岡

