

ともの家 だより

<いかに障害が重くとも尊厳ある生活を保障する>

平成とこれから

理事長 永和淑子

平成天皇が退位され、天皇と皇后お二人の軌跡が映像や出版物で紹介されたが、実にご立派なお二人であると深く感じさせられた。平成の先々々代、明治から「天皇」は日本の「現人神」であり神聖にして侵すことのできない絶対者の存在であったが、昭和20年の敗戦を機に日本国憲法で「天皇」は「国民統合の象徴」であると規定された。現人神から象徴となった昭和天皇は戸惑いつつも権力者でなく象徴として敗戦の処理と再興にとりかからねばならなかった。「象徴」とは何かを模索しながらの日々であっただろう。

平成天皇はこの「象徴」を具体化し役割を誠実に果たされた。国民の安寧と幸福をなにより願い、それゆえ戦争のない平和な日常を希求した。すべての国民の喜びと悲しみや苦しみに共感し寄り添うことにつとめられた。幼・老・障害者・被災者・被差別者・弱者といわれる人々・犠牲者など「すべての」国民の痛みを分かち合おうとその眼差し、態度、言葉でしめされたのである。まこと「国父」「国母」としてふさわしいお二人ではないだろうか。

しかし、国父・国母の大いなる慈愛につつまれながら、主権者である私たちの社会は、心荒みいじめ・虐待・詐欺・殺人など他者を排除し攻撃している現状がある。抛り所となるべき家庭や学校、保護施設ですら虐待があり命を奪う場となっている。個々人の資質の問題というよりもこうした状況をつくりだす社会的制度的要因が根深くあるのではないだろうか。

「介護施設 虐待を防げ」(クローズアップ現代)では、なぜ虐待が起こる

のかに対して、人材不足による長時間労働があげられていた。現場取材では「余裕がなくいつか虐待してしまう、もう限界です」「焦りと怒りが同時にこみあげてくる」の声があった。人手不足は深刻であるが、すぐには解決できない、ならば、追い詰められた介護職に、怒りを軽減するアンガーマネジメントが提案される。①6秒待つ②深呼吸する③その場をはなれる（他の職員とかわる）このストレス対策は介護だけでなく子育てや人間関係の場においても有効であるが、ストレスを放置せず、チーム全体で補いあうことも大切であると思う。

この番組では、虐待が起きる職員側の原因を①教育・知識・介護技術の問題（60%）②職員のストレス、感情のコントロール（26.1%）③倫理観・理念の欠如（11.5%）と分析していたが、①の問題は特に重要であり、今後も職員研修を充実させていかねばならないと思っている。

自分だけが大事な「自国第一主義」や敵をつくりだす「敵視政策」の風潮は問題を単純化し、ヒステリックな感情を煽っているのではないか。国父・国母の静かで聡明な寛容な心を想うにつけ私はこの国の将来を案じている。

新・管理者、主任紹介

前年度より、数事業所で管理者、主任の交代がありました。新任の方に抱負を述べていただきました。

アンジュールともの家(主任) 越智 英司

私がともの家で働き始めて、早いもので6年目となりました。介護の仕事は未経験で右も左もわからず、正直辛く、苦しいときもありましたが、先輩職員の温かい眼と利用者様の笑顔に支えられ、ここまでやってこられました。私が介護をするうえで大切にしているのは、「笑顔」です。ある利用者様は「君はこの職員か」とよく尋ねます。私たちから見れば常に目にしている方ですが、その人からすれば常に「はじめまして」の状態です。私たちでも初対面の



方とお話しするときは笑顔を見せてくれた場合の方が接しやすく感じます。そして、利用者様の笑顔が私にとって一番の励みにもなっています。

昨年の4月から主任という立場をさせて頂き、身が引き締まる思いで日々取り組んでいます。まだまだ未熟な私です。日々感謝の気持ちを忘れずに利用者様、職員、そして自分が笑顔で過ごせるよう努めていきたいと思っております。今後ともよろしくお願ひいたします。

ともの家 この道(管理者) 乗松 守亮



もうすぐ8年。私がともの家で介護の仕事を始め、長かったようで短かった8年間でした。思い起こせば、全くの未経験者の私がここまで頑張ってきたのも、前理事長をはじめ、ともの家の職員や利用者の方々との出会いが大きかったと思います。始めは何をどうすればいいのか全然分からなかった私を、先輩や上司は厳しくも優しく、利用者の方も暖かい目で見守って下さいました。そんな私が、2018年の10月から「この道」の課長をさせて頂くことになり、不安もありますが今は精一杯、楽しんで仕事ができるように頑張っています。自分や職員だけが楽しむのではなく、利用者さんも一緒に笑って楽しく生活の出来る、そんな事業所を目指していきたいと思っております。これからは、教わる側から教える側の立場になりますが、初心の気持ちも忘れず、認知症を理解し、その人の事を知り、寄り添っていけるような介護をしていきたいです。そして、新しい職員にも、私の学んだ事を伝えていけたらと思っております。今後とも宜しくお願ひ致します。

小規模多機能ともの家(管理者) 仙波 しのぶ

介護の仕事をもっと知らず、ただ「家が近いから」との理由だけでともの家に来て6年目になります。今ではすっかりこの仕事にはまっています。(6年目になっても、まだまだわからないことばかりで迷惑かけ続けていますが…)何もわからない私が今まで続けてこられたのも、とも



の家だったからではないかと思っています。本当にたくさんの人に支えられっぱなしの私ですが、これからは少しでも恩返しができるよう、また、この仕事を、ともの家で5年、10年と続けていけるよう苦手な勉強も少しがんばりながら、楽しく、元気に、仕事をやっていきたいと思っています。

職員リレーエッセー ③

休日の過ごし方、好きなこと、趣味について

小規模多機能ホームともの家 土手内洋子



意外とたくさんある趣味の中で、特に好きなことは「読書」です。休日、時間があると本棚の前に座り込み、コレクションたちの並び替えやレイアウトを変えてみたり、読みたいものを選びすぐったりしています。充実♪

ただ、好きなジャンルが、推理小説やホラー小説、怪奇小説なため、ちょっと病んでいる人なのかな？と思われそうなラインナップでもあります。

物心ついた頃から読書をはじめ、学校の図書室の本は好きなジャンルに限りほぼ読みきっていたと思います。中学生になると、父親の書斎の本棚にあった横溝正史や三島由紀夫にハマって読み漁り、図書館ではアガサ・クリスティのシリーズやコナン・ドイルのシャーロック・ホームズシリーズ、ステューブン・キングの翻訳本も端から読み漁り、一時期、ステューブン・キングの原本も借りてきて、英和辞典で調べながら読もうと無謀な試みもしましたが、これは割と早い段階で断念しました。

大人になった今でも好んで読む著作といえば、綾辻行人、京極夏彦、浦賀和宏、真梨幸子、貴志祐介、山田悠介、乙一、金沢伸明、江戸川乱歩…など、かなり偏っています。特に綾辻行人の「眼球綺譚」は愛読書のひとつで、リピートして読んでいます。著者の言葉が「読んでください。夜中に、1人で」とあります。興味が湧いたら読んでみてください。

一人で過ごす休日はこんな風に読書をしたり、書店や古本屋に出没したり、図書館に潜んでいたりしています。家の中に図書室を作りたい…。という願望がありますが、とりあえず今のところ願望のままにとまっています。

介護ひまなし日記

～北欧研修編③～



さて、フィンランド空港に着いた一同、今度はスウェーデンの都市、イエテボリ行きの飛行機に乗り換える。時差があるため現地時間は午後3時、待ち時間が5時間あった。6歳の娘はさすがにぐったり…と思えば、空港でムーミンと記念撮影したり、軽食を食べたりし元気満点であった。夜の8時、飛行機はスウェーデンに着いた。日本時間で言えば27時、夜中の3時である。まる一日寝ていないのだから、一同眠さを通り越してハイ状態である。イエテボリ空港に出迎えてくれたのが、ハンソン友子女史。この方ほど「女史」という言葉がふさわしい人はない。友子さんとの出会いは1993年、故・永和良之助理事長が北欧視察で初めてスウェーデンを訪れたとき、通訳として紹介された。流暢な通訳は元より、福祉分野に精通してどんな質問にでも答えられる博識ぶり、色々な意見の中からの確なものを選ぶ回転のよさとコーディネート力に理事長は驚いたのだった。以後、視察旅行のたび友子さんを指名、個人的にもやり取りするようになった。スウェーデンから客人を招き、友子さんと来日してもらったこともあった。友子さんはニルスさんと結婚後、1983年よりスウェーデンに暮らし、翻訳・通訳・作家としてご活躍されている。平成天皇・皇后陛下がスウェーデンを訪れた際の通訳もされたとか。形容詞をつけるなら「スーパーレディ」なのである。じつは人工知能(AI)なのではないかと疑ってしまうほどである。スウェーデンに限らず、日本や各国の政治情勢・教育・福祉についても詳しい。さらに言葉遣いや所作が美しく、穏やかで、いつも優しい笑みを絶やさない。まぶしい…。まぶしすぎる。のである。

空港からバスに乗り、30分ほど走ると今晚泊まるホテルの前に着いた。セントラルステーション(中央駅)のすぐ側、交通の便の良い場所である。入るとすぐにバーがあり、その奥が食堂。我々の部屋はその上の階だった。ホテルのビュッフェ

については、面白いできごとがあった。日本では普通、宿泊客には食事券が配られ、もしくは食堂の入り口でキー番号をチェックする。が、スウェーデンのホテルでは一切それがない。入り口に人がいないのである。朝食は豪華なもので、色々な野菜や果物（スイカやブドウ、洋ナシ、リンゴなどがあつた）乳製品、パンやシリアル、ベーコン、卵料理…等がバイキング方式で5日食べても飽きることが無かつた。が、あるとき見ているとサラリーマン風の人が外からぶらりと入ってきてヨーグルトを食べて出て行つた。あきらかに宿泊客ではない。が、ホテルの従業員は誰もその人をとがめないのである。「まあいいじゃない、おなかがあいたなら食べていけば」そんな雰囲気なのである。この「寛容さ」はホテルだけに限つたことではなかつた。6歳の娘が外食して、料金を請求されたのはたった一度だけ。他の場所では「いいよいいよ」と言われるのである。そればかりか、「子どもにはサービス」とアイスクリームをもらつたり、従業員の人がお菓子をくれたり。日本では考えられないことだつた。食べたものにお金を払うのは当たり前。それはそうなのだが、ルール違反した者を許さず目の色変えて取り締まろう、という気配がスウェーデンには無く、わざと無銭飲食しようと悪事を働くものもない。すべての人に対し友愛的、友好的なのだ。この社会の寛容さ、を私たちは旅の間あちこちで思い知ることになる。

ホテルで翌日からの予定を簡単に確認した後、友子さんは帰つていった。明日から本格的な見学・視察が始まる…一同ときどきしながらぐっすり眠つた、はずがシャトルバスでちょっと居眠りしたわが娘、異国の地に来て興奮したかなかなか眠らず。この睡眠リズムの崩れが、後々大きな悲劇（私にだけ）を生むことになつたのだつた…。(まだ何の見学もしないまま次号に続く)



スウェーデンから結ばれた縁 ～北欧旅行顛末記・その後～

(本文ではまだ始まつたばかりの旅行ですが、時空軸を現在へと戻します)

北欧研修を終えて4月、ハンソン友子さんより一通のメールをいただきました。それは、「先日ガイド・通訳をさせていただいた静岡の三方原病院の先生に、里佳子さんの報告書の話をしたら見たいとおっしゃっていた、アドレスを送るのでよければ直接連絡を取ってもらえないか」というものでした。

浅井信成先生とおっしゃい、その後やりとりをさせていただいたところ、次のようなメールをいただきました。

あわせて、先生の作成された詳細な報告書も送っていただきました。三方原病院は浜松市にある精神科・神経科・内科・歯科をもつ総合病院で、精神

とても素晴らしい報告書誠にありがとうございました。

感動したところ、見習いたいと思ったところに アンダーラインを引きながら、一気に読んでしまいました。日本での認知症・高齢者介護を見直す一つの視点変換 パラダイムシフト的なものにも触れておられてとても感銘を受けました。

当院にも「認知症疾患治療病棟」という 医療保険枠の病棟があり、たくさん見習える点があるのではないかと改めて思いました。

科の作業療法棟やデイケア、ショートケアもされています。

浅井先生は医師としては34年の経歴を持ち、三方原の単科精神科病院（278床）に22年勤務されています。ご本人より自己紹介文をいただきました。

大学卒業後、□ーテート研修1年、その後一貫して大学病院総合病院精神科単科精神科病院等で精神科臨床に従事してきました。平成26年から、病院経営にもタッチする立場になり、少子高齢化と財政赤字が拡大する日本は本当にどうなるのだろうか・・北欧型福祉などが日本で可能だろうか・・北欧だって、先進国共通の経済停滞の中で北欧型福祉モデルがいつまで維持できるのだろうか・・という素朴な疑問・経営者的発想を持ったのが始まりでした。

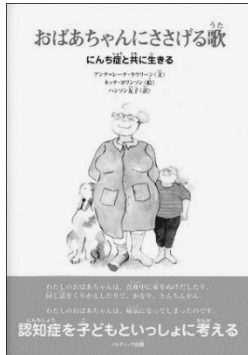
フィンランドで認知症ツアーを皮切りにスウェーデンにもと脳損傷リハビリの現場ツアーに参加したのがここ2年のことです。研究者でもなくやりたいこと・興味のあることのみやってきたきままな人間です。

この縁をきっかけに、交友の輪が広がっていけばいいなと思います。また三方原病院への見学、研修なども考えていきたいと思います。北欧から日本の各地へとつながった架け橋、これからも大事にしていきたいです。



★★★★★ 図書紹介 ★★★★★

『おばあちゃんにささげる歌』 ノルディック出版



この本は、2006年に出版されました。

帯に「認知症を子どもといっしょに考える」とあるように、スウェーデンの子ども向けの絵本を、ハンソン友子さんが日本語に翻訳されました。しかし、内容は大人でも十分に考えさせられるものとなっています。主人公のおばあちゃんは認知症になって、孫を娘だと思ったり、同じことを何度も言ったりします。真夜中に「仕事に行かなきゃ」と家を抜け出し、おまわりさんに保護されたことも。が、それを知った家族は怒らず「大事にならなくてよかった」とおばあちゃんの大冒険を笑いあいます。ショートステイ先では「お年よりのパーティ」だと思い、あれこれおもてなしをし、りんごジャムを作るときには何時間もりんごの皮を剥き続ける働き者のおばあちゃん。

「病気になる前のおばあちゃんを覚えているようにして、おばあちゃんがいろいろわすれても、がまん強く、やさしくしましょう」とママは、わたしたちに言います。わたしが年をとったらおばあちゃんみたいになりたいと思っています。」

本はこのようにしめくられます。これは、スウェーデンでは特別なことではなく“どこにでもある話”なのだと思います。家族や社会は認知症になった人を温かく受け止め、尊敬と思いやりをもって接しています。むしろ、日本で大人に読んでもらいたい本かもしれません。

～編集後記～

元号をまたがり、本来の予定日を大幅に遅れての発行、このままでは北欧から帰ってくるまでに何年もかかりそうです(^_^;)次からはペースを上げていきたいと思います。投稿大募集ですので、紙面の活性化にご協力いただけると嬉しいです。年度末には事業所報告も提出されました。ボランティアやご寄付・寄贈頂いた方に感謝するとともに、改めて、多くの方のご支援を受けて活動が続いていることを実感しました。(里)