幸樹

こう　じゅ

第 49 号
2019 年 4 月1日

ホームページ　職員募集

発行・一般社団法人幸樹会「幸樹」編集委員会
……幸樹会事業所……
からたち薬局・介護ショップからたち　☎047-710-2785
あんず訪問看護ステーション　☎047-701-5559
あんず居宅介護支援事業所　☎047-701-5558
ケアステーションゆず　☎047-701-5506
看護小規模多機能型居宅介護さんしょう　☎047-710-0331
幸樹会本部　☎047-701-7550
〒270-2254 千葉県松戸市河原塚 411-1 幸樹会館

ミミズク

絵・井上　忠司

愛知県生れ。文化学院デザイン科卒業後、グラフィックデザインの世界へ。食品関係・洗剤関係の仕事を経てパッケージのアートディレクター（ＡＤ）になる。リタイア後に趣味で始めたバードウォッチングの魅力に夢中になり、10 年間鳥の絵を描いてきました。

さんしょうのご利用者です。

うたごえ喫茶

第 20 回地域交流カフェ

4月16日(火)　12:00～15:00、
さんしょうリビング（12:00～13:00 食事会）

♪♪♫(^^♪

歌唱指導：平木陽子･折原啓子･斎藤みどりさん

どなたでも参加できます！　みんなで歌いましょう！

在宅看取りを語り、考える会

その人らしい人生を支援

看取り事例から学んだことを報告

第２回「在宅看取りを語り、考える会」（公益財団法人在宅医療助成勇美記念財団助成企画）を、３月１２日（火）あつまーれ幸樹にて行い、住民・介護関係者・職員など２２人にご参加いただきました。

ミニ講座で、大塚かすみ看護師（あんず訪問看護・看多機さんしょう統括管理者）が、「お看取りの事例から教えてもらったこと」と題して、がん治療、在宅緩和ケア・在宅ホスピスの現状についてお話しするともに、在宅看取り・さんしょうでの看取りの事例について紹介しました。本人、家族が「死」と向き合い、悩み、葛藤しながら最期のお別れを穏やかに迎えるという場面を一緒に経験してきた専門職としての思いや、本人、家族の気持ちに寄り添いながら医療面・介護面・経済面について全体的に把握し、チームとしてケアをしていく事の重要さなどをお話しました。

その後、参加者みんなで「在宅看取り」の経験を語り合いました。ご家族を看取った経験のある方、ご両親が高齢だが遠方に住んでいらっしゃる方、様々な方が参加してくださいましたが、それぞれのご経験、体験などお話くださいました。貴重なお話をありがとうございました。　（田中和世）

在宅看取りの可能性の発信を

当日参加された西野みどりさん（仮名）から「話したりなかったので、もっとお話ししたいです」と、お電話をいただき、お話をお聞きしましたので紹介いたします。

私は、父と母を続けて看取った経験があります。

父はがんにより、病院で亡くなりました。母は難病で闘病生活を続けてきましたが、最後は看多機さんしょうを利用しながら、自宅で私たちに見守られながら亡くなりました。最期の選択について、父は「家族に迷惑をかけるから病院で」と、母は「家にいたい」と希望したので、その通りに看取ることにしました。

父母には、それぞれの希望を聞きましたが、父は家族に配慮して病院で亡くなる事を選択してくれたように感じています。母ははっきりと「家に帰ります」と言ったので、希望にそうようにやってみようと思いました。医療的なケアを持ち帰ることになるので、病院で研修を受けました。病院に泊り込んで本人の 24 時間の様子を把握してからの退院でした。

本人が家で死ぬのを諦めなければ、困難があっても家族も何とかしようと頑張れるし、今まで距離のあった親族も応援してくれました。ブレることなくタイミングを逃さずに家に帰ることができました。

母の場合は周りに恵まれていたのかもしれませんが、幸樹会のように必要な人に必要なことを届けようと思っている事業所もあるので、できないと思い込まず、あきらめないで欲しいと思います。

私自身は、最後は施設か病院で死ぬしかないのかなぁと考えていましたが、ミニ講座で、一人暮らしの方でも自宅で亡くなる事ができると聞いて、「動けなくなったら家は無理」だと考えることはないんだなぁと思いました。

患者・利用者や家族は、遠慮しているというよりは、在宅看取りということを考えつかないのかもしれません。在宅支援をしている皆さんは、どんどん発信してください。大塚さんが「看護師はその時期に合わせた提案をしていく」と言っていましたが、何が出来て、どんな支援ができるのか提示してもらうことはとても大事です。「家族に迷惑をかけるから家に帰れない」という気持ちになってしまっている障害を取り除くよう、本人・家族と支援者側が、お互いに発信しあえば、点と点だったものが繋がっていくのだと思います。患者側は「ベッドがないから連れて帰れない」などということが大きな障害になっていたりするものです。今は、福祉用具のレンタル制度などもあって、ケアマネジャーに相談すればすぐ解決するようなことも、知らないであきらめてしまう場面があるのではないかと思います。本人が楽になれば介護側も楽になるということを知って欲しいです。それを支援する制度やサービスがあることも伝えたいです。

私の親の看取りの時は、迷っている暇が無かったので、こうすれば出来ますよ、こういう可能性もありますよと教えてもらったことはとても参考になりました。家族はギリギリの気持ちでいるので、まず話しを聞いて、家族の状況や本人の体調を理解して、支援してくれると助かると思います。

3月の話題

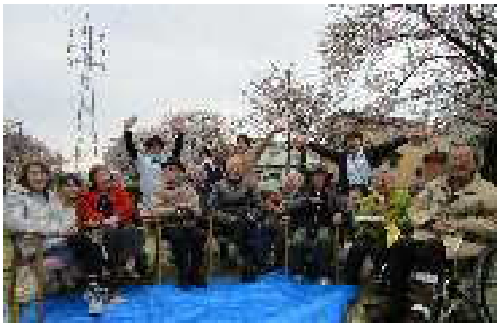
お茶とお琴を楽しむ

桃の節句の前日３月２日、さんしょうで、近所に住む宮城喜代美さんが茶の湯のお点前を、そして落合恭子さん（**写真**）が琴を演奏してくださいました。春をむかえる優雅なひとときを楽しみました。

せんぱく工舎マルシェに参加

幸樹会館南側のせんぱく工舎の芝生庭で３月 24 日に開かれた「せんぱくまるしぇ～まちが輪になる広場」に、幸樹会も「暮らしの介護相談室」として参加しました（**写真**）。神戸船舶の社宅を改修したせんぱく工舎は、１階にカフェ、スコーン、本屋、レトロサイクルの店が並び、２階には、編みぐるみ、缶バッジ、ブローチなどの若手クリエイターの工房があります。静かな地域ですが、マルシェはたくさんの人々で賑わいました。

なんといっても、お花見!!



３月 28 日、さんしょうの利用者の皆さんと六高台へお花見に出かけました。おでんなどを食べながら満開にむかう桜の花見を楽しみました（**写真**）。参加できなかった利用者の皆さんも、さんしょうリビングで“花よりおでん”を楽しみました。

笑いヨガ体験会

「あつまーれ幸樹」で３月 29 日、笑いヨガ体験会がありました。“笑う気分じゃないし”“無理に笑うのはちょっと”…それでも大丈夫。30 人ほどの参加者で、身体が温かくなったなど心身がリフレッシュしたようでした。新婦人の会松戸支部やよい班主催で、連絡先は、福田さん 383-2764。

「あつまーれ幸樹」は地域の皆さんに開放し、松戸市介護予防通いの場に登録しています。ご活用ください。

看護師のこころ

看多機さんしょう・あんず訪問看護ＳＴ
看護師　中村　佐智

あんず訪問看護ステーションに入職し約半年が過ぎました。

在宅看護に初めて関わり、一番感心したことは、利用者の方のペースが優先されていることです。病院では病院の都合が優先されることも多かったように思います。病状的に治療が優先されるのは仕方がないと思いますが。

本人ペースが、予防と安心・安楽を生む

時間を考えると、看護師や介護職員でやってしまった方が早いことも沢山ありますが、日々利用者さんと関わっている中で、本人のペースで過ごして行くことが何よりの予防であり安心で安楽であるということに気づかされました。

できるだけ本人らしく生活できるような助言や工夫をしていくことが在宅での生活を支えていく私達に求められていることだと思います。

幸樹会には看護師だけでなく介護職、ケアマネ、薬剤師といてそれらの方々と近くにいて交流することが出来、そこで初めて知るようなことも多いです。

他の職種の知恵や技術を取り入れながら、医療だけでなく生活を考えたケアが出来る様に、私も日々精進していきたいと思います。

新入職員の紹介

介護職員　櫻井　晃一

私は、平成 17 年から介護の仕事を始めました。特別養護老人ホーム、介護老人保健施設、有料老人ホームを経験して、去年６０歳を迎え、新たに経験したことがない看多機の仕事をしてみたいと思い、幸樹会に入職させていただきました。各部署・職員のみなさんと連携をとり、利用者・家族の皆様に心地よい介護をしていきたいと思います。

デンマーク便り…⑮

ラスムッセン　京子

デンマークでは、今年は３月３１日日曜日から夏時間になります。やっとに日照時間が長くなって春の訪れを感じています。

冬の間自宅に引き籠りがちだった人々が戸外を散歩したり、外出する人々の表情にも和らぎを感じます。防寒着の襟を立てて薄暗い道を足早に帰宅するのではなく、ウィンドパーカーに自転車通勤の人が増え、帰りに公園を横切って、時には遠回りの海岸沿いルートを選んで帰宅したり、一人ひとりが戸外で春の空気を楽しみます。

自殺防止の精神訪問診療

この時期は鬱病の人が自殺を試みたりで、心療内科職員は対応に追われます。長い暗い冬が過ぎ、待ち焦がれていた春は、鬱病の人にとって、対照的な明るさで孤独感や無力感に襲われる時なのでしょう。周りの世界が眩しいほど、華やかに感じられるほど、自分の存在の意味を見いだせなくなってしまうようです。

2018 年３月からコペンハーゲン都市部では、２４時間受付体制の 38643736 若しくは 33172900 に電話をすると精神科の看護婦に直接繋がり、症状を話せば、訪問を受けることが出来るシステムを立ち上げました。外来訪問チームは医師と看護婦から構成されていて、最初に看護婦の訪問、そして必要であれば医師の往診を行なうことになります。

緊急に入院の必要があれば入院という事になりますが、出来るだけ個人の日常生活の中で治療活動を行い社会との関係を断ち切らない様に努力しています。例えば虚無感に襲われるのが夕方から夜にかけてであれば、その時間に医師が訪問し、診療そして症状の分析を行うというものです。

思春期の若者から高齢者まで幅広い年齢層で利用され、精神訪問診療システムが軌道にのりました。

八柱学習会

●前回報告２月 15 日（金）。助言者　武井幸穂氏

「パーソン・センタード・ケア」（ＤＶＤ）

職場･家族･地域の認知症ケアを変える理念を学び、活力を得ることができる

参加者 22 人。パーソン・センタード・ケアは、認知症をもつ人を一人の「人」として尊重し、ケアを行なおうとする考え方で、1980 年代末に英国の心理学者トム・キッドウッドが提唱。当時の英国では、認知症は「脳の器質的知的障害」としてとらえ、その進行の抑制と予防こそ必要と言う考え方が支配的で、一般的にも「認知症の人は何も分からなくなり奇妙な行動をする」、施設では時間通りにおむつ交換や入浴介助が進むことを優先した流れ作業的なケアが行われていた。日本も同じような状況であった。キッドウッドは、指導を求めてきた精神科医・臨床心理士とともに施設に出向き多くの時間を費やして認知症をもつ人達を観察した。それを通して、認知症の症状のいくつかは脳の器質的障害よりも、理解不足や尊厳を傷つけるケアの誤りによるかもしれないと気づき、**「認知症をもつ人達は、悲惨な生活を送ることを運命づけられているのではない」「ケアスタッフやケアの専門家が認知症をもつ人達とどう関わるかが、その人達の生活の質を良くも悪くも左右する」**ことを明らかにした。

キッドウッドは理論的研究を進める一方、研究グループとともに認知症ケアの質の改善をめざす「認知症・ケア・マッピング（ＤＣＭ）」を開発した。今回見たＤＶＤはキッドウッドに大きな影響を受け、ＤＣＭの改良に関わってきたドーン・ブルッカー教授（英国ウースター大学認知症学部学部長）の来日講演を録画したもの。日本でも 1990 年代頃から、民間のグループホームの「その人らしく」「利用者中心のケア」等の目標を掲げた先駆的実践があったが、依然としてケアの改善は重要な課題で、「パーソン・センタード・ケア」はケアの質の向上にむけて理論的実践的に大きな拠り所となるものです。

▼次回学習会予定（「定例日：毎月第３金曜日）
●４月１９日（金）、１８：３０～
「認知症ケアマッピング（ＤＣＭ）って何？」
場所：幸樹会館２階会議室《参加自由》

職員募集！ 非営利・働きがいある職場
看護師･介護職員
●無資格の方もご相談を。資格取得支援制度あり
問い合わせ：本部中野まで、☎047-701-7550

今月の屋上太陽光発電量は、
654KW
幸樹会館電力使用量 5511KW　自給率 11.87%