



絵 武井和世

森と海の再生ものがたり

先月号の三陸山田町訪問記で、釣りの話を書きましたが、釣れたヒラメを武井和世さんが絵手紙風に描いてくださいました。和世さんは、私たちより少し前に、保育所支援の縁で、山田町の南隣の陸前高田・釜石・大槌町吉里吉里を訪問されたそうです。その吉里吉里で、住民有志で創設されたNPO法人「吉里吉里国」による「復活の森プロジェクト」の話聞いたそうです。大震災で吉里吉里の海も、街も、働く場もなくなりましたが、山だけは前と同じ姿で残っていました。それを見て、“俺たちはやっていける、吉里吉里の森で生き延びてみせる”“津波の前よりも、もっと豊かな森と海を再生させる”と決意した有志の活動が始まりました。放置され荒廃し

た集落の森で伐採作業を施し森に太陽の光を入れ、多種多様な生物・草木が育つ豊かな森づくりを開始。豊かな森からは、養分豊富なきれいな水が海に注がれ、魚介類の健全な発育を促します。さらに、薪や木質バイオマス燃料の普及、林業の担い手育成、研修受入と活動を広げているそうです。

今、日本人の食に欠かせない魚の値段が高騰しています。乱獲による自然資源の減少、世界的な魚食人口の増大、魚粉を餌にする養殖魚の値段の高騰がいわれています。魚の世界でも、経済力による弱肉強食・競争原理のグローバリゼーションが問題を引き起こし深刻化させています…。

日本伝統の「魚つき林」を復活させるとりくみは、各地で行われています。応援したいですね。

第5回地域交流カフェ

講演と折り紙遊びで楽しみました



『病気があっても楽しい旅行』

10月18日（火）、看多機さんしょうのリビングで、第5回地域交流カフェを開きました。最初に、三和病院の高林克日己先生に、『病気があっても、障害があっても、楽しく旅行を』というテーマでお話していただきました。高林先生は、20年前から「膠原病・リウマチ患者さんのためのヨーロッパ旅行」を行っており、その20年の軌跡を写真とともに教えていただきました（写真上）。重いリュウマチやがんの患者さんが、旅行をきっかけに、積極的な生活を送られている姿を見ることができました。そこに写る皆さんはとてご病気を患っているお顔には見えず、とても生き生きとし

た表情をされているのが印象的でした。先生は「もう20年にもなつてそろそろやめようかな～なんて思っているけどどうなるかはわかりません」とお話していました。一緒に行きたい方！今のうちに応募しておいた方がいいですよ。

折り紙と紙飛行機づくり

講演のあとは、和田秀雄さん（写真右）を先生に、折り紙遊びを教えてくださいました。和田さんは、「幸樹」14号表紙の網目状陶磁器照明を作成された方でもあります。

みんなで童心にかえり、カラフルな駒を作ったり、ストローと紙だけで作った飛行機を作って、みんなで誰が遠くまで飛ばせるか競争したりしました（写真左）。

次回は12月予定で、詳細は追ってご連絡します。



私の介護

“笑福”をモットーに

ケアステーションゆずサービス提供責任者 山中俊伸

私が属しているのは、訪問介護事業所「ケアステーションゆず」です。まだまだ利用者様は少ないですが、他部署連携で利用者様が増えてきています。幸樹会の「強みは」、横の連携です。幸樹会館の中に、



あんず居宅支援事業所、あんず訪問看護ステーション、介護ショップからたち、からたち薬局、ケアステーションゆずがあります。そして、向かいに三和病院があり「医療」と「看護」と「介護」が密接に連携し合っており「在宅での「良くする介護」をめざしています。

私自身、介護の世界の経験値はまだ低く、勉強しなければならない事が多いですが、その中で最も大事にしていることがあります。それは、「笑福」です。そうです、“笑う門には福来る”。この言葉をモットーに介護に携わっています。自分が笑えば相手も笑う、そして笑えば体からよい物質が分泌される、そして「やる気」が沸いてくる。私は、こうして好循環が生まれてくると考えています。「笑うと病気は治る」とか「笑うと～」とたくさん表現はありますが、私は信じています。「皆が笑えば平和になる」と。話は逸れてしまいましたが、私の介護は、「笑いのある介護」です。

先日、看取り介護に携わりました。経験の少ない私にとって、よい経験になったと同時に、重い介護でもありました。利用者様は、「自宅での最期」を望んでおられ、病院を退院し希望通り自宅へ戻られました。ケアに入った私は、利用者様の「希望」をかなえる事を第一に考えケアに入りました。私は何度か上司に泣きつきました。「私には重いです」と。すると上司は「あなたが持つてる優しさを利用者様に」と。その後、ケア中に利用者様から、「笑顔」を見つけることが出来ました。自然に自ら笑顔で接していたのでしょうか。そして最後の笑顔から 24 時間後にお亡くなりになりました。私は手を合わせながら、「あなた様の介護が来て幸せでした」とお伝えしました。

そうです、“笑う門には、福来る”なのです。

私の看護

「生きたいように生きる」を支える

あんず訪問看護ステーション看護師 村里 恵

Aさん（女性、50歳代）は、大腸癌の末期となり、病院ではこれ以上有効な治療ができなくなり、痛みや苦しみを和らげる緩和ケアを行いながら、自然に任せることになり、退院して来られました。



退院当初は、自力で立ち上がるのもやっとという状況でしたが、ご本人はトイレで排泄することにこだわり、1日に何度も、家族の手を借りてトイレに行っていました。体を引きずるようにして移動しているので、足には、擦り傷や打ち身ができていました。ご本人の体力と、ご家族の労力を考えると、トイレへの移動はもう無理でした…。ご本人とお話しし、オムツをして、ベッド上で排泄することになりました。同時に、お薬で痛みをしっかり抑え、便の硬さを調整し、便意も落ち着きました。そうすることで、ご本人にも、ご家族にも、だいぶ余裕ができました。

状況が落ち着くと、今度は外出したいという希望が出てきました。ケアマネージャーさんに相談すると、力のある男性ヘルパーさんが登場、アパートの2階の部屋から、車椅子ごと階段で1階まで降ろしてもらうことができました。Aさんは、そうやって、買い物に出かけ、近所のお祭りに行き、外食し、ご家族との楽しい時間を過ごし、2ヶ月後に亡くなりました。

体の自由が奪われると、色々なことを諦めなくてはいいなくなります。それは、とても辛いことです。けれども、誰かの助けがあれば、諦めずに済むことが沢山あります。限られた範囲内ではありますが、私達は、その人らしく居られるよう、わがままを支えていきたいと思っています。当ステーションは、開設して一年半の、まだ新しステーションです。一度しかない人生を、住み慣れた家、住み慣れた地域で、「最期まで」「わがまま」をとことん追求したいを支援する、というモットーで看護をしています。これからも、ご本人とご家族の希望が叶えられるよう、看護師として、心を込めて働いていきたいと思っています。



芋ほい大会に40人!

10月29日(土)、予報が外れ、秋晴れとなった「あんず畑」に、たくさんの親子連れ、さんしょう利用者の皆さんなど40名が集まり、サツマイモ、落花生の収穫を楽しみました。収穫のあとは、焼き芋、カレー、豚汁、茹で落花生、ししゃも・ふぐ干物、じゃがバター、塩むすび…、秋晴れの畑で食べる味は格別でした。



定期勉強会 (八柱学習会)

●前回報告 10月21日(金)実施
テーマ: 宮崎和加子『認知症の人の歴史を学びませんか』から

助言者: 武井幸穂氏

【参加者感想】

今回は、18名の方々が参加してくださいました。自らの看護観・価値観・人生観を問い直し、変えながら認知症ケアにとりくんできた宮崎さんの挑戦する姿勢に学びつつ、認知症の方に関わっているスタッフの取り組みやそのかわりについての話し合いができました。

またお待ちしております。

●次回学習会予定

日時: 11月18日(金) 18:30~19:30

テーマ: 「認知症当事者の声を知る」

* 場所: 幸樹会館2階 * 参加自由

ホームページ・ブログ

●幸樹会ホームページ

<http://www.kouju-kai.or.jp/>

●からたち薬局

<http://ameblo.jp/karatachi-p/>

*「からたち薬局 ブログ」で検索できます

●あんず訪問看護ステーション <http://ameblo.jp/anju-kouju-kai/>

<http://ameblo.jp/anju-kouju-kai/>

*「あんず訪問看護ステーション ブログ」で検索できます

●ケアステーションゆず

<http://ameblo.jp/yuzu-kouzyukai/>

*「ケアステーションゆず ブログ」で検索できます

今月の発電量は… **726** kWh

* 幸樹会は再生可能エネルギーの普及を理念に掲げています。屋上のソーラーパネルで発電しています。

幸樹会基金募集中

幸樹会は、基金制度をもつ非営利型一般社団法人です。在宅ケア事業の発展と法人の財政基盤を健全なものにしていくための基金を募集しています。

基金は、1口1万円(何口でも可)。協同組合や生協の出資金制度と同じように、基金は法人の自己資本となり、財政強化に貢献します。基金は、条件を満たした時に、返済をいたします。お問い合わせは、幸樹会本部までお願いいたします。

一緒ににはたきませんか!

薬剤師・看護師・介護職員・ケアマネジャーの方々、お待ちしております☆

連絡先 一般社団法人幸樹会本部 中野三代子

住所: 千葉県松戸市河原塚 411-1

TEL : 047-701-7550

E-mail : miyoko-nakano@kouju-kai.or.jp

編集後記

今回は、介護・看護の現場のお話をお伝えすることができました。とても温かい気持ちで仕事にあたっています。これからも利用者さんご家族の力になれるように、スタッフ同士互いに支え合って、心も育んでいきたいと思っております。最後までお読みいただきありがとうございました。(奥村万里子)