幸樹

こう　じゅ

第31号

2017年10月1日

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
〒270-2254 千葉県松戸市河原塚411-1 幸樹会館

絵手紙　武井和世　「高林ツアー（2頁）で、島のホテルからベネチア本島を望む（建物の下は広い運河）」

第11回地域交流カフェ

「秋だ！大運動会」

10月17日（火）、13：30から

体操、玉いれ、車椅子リレー、的当ゲームなど

ティータイム・軽食

吉岡信太郎さんの健康づくり講話

10分間健康講座：「感染症の予防」

MVPはだれの手に！？

飛び入り参加大歓迎

芋ほり大会

10月28日（土）

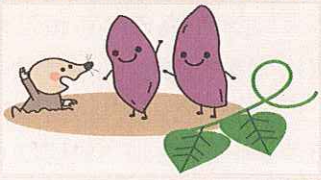
あんず畑集合 10：30

幸樹会館集合 10：00

（送迎します）

芋ほり終了後、幸樹会館で

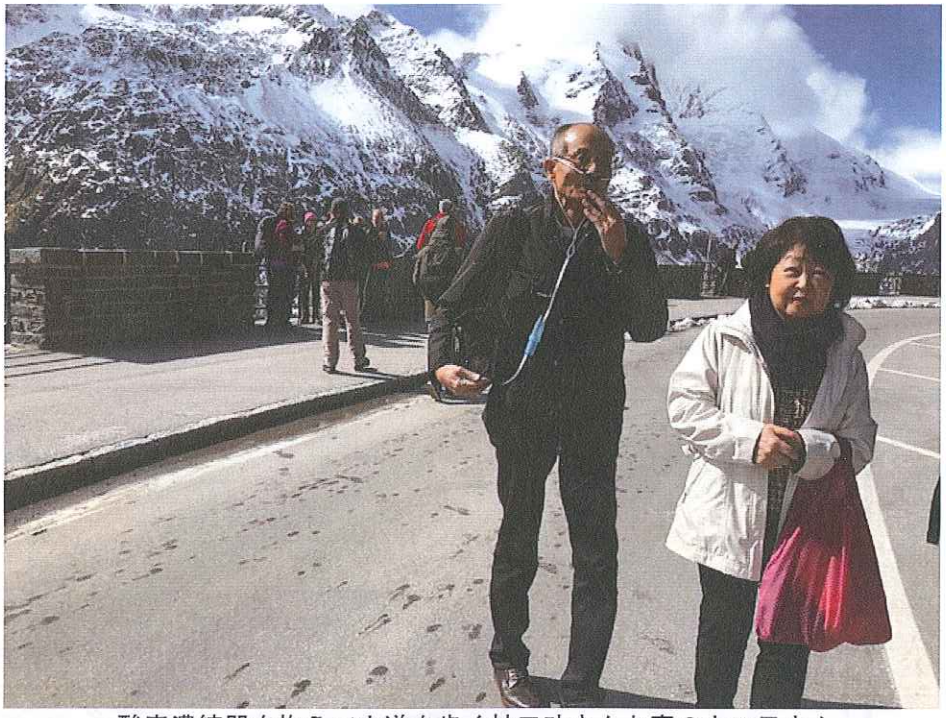
焼き芋、ふかし芋などなど



「高林ツアー」
「膠原病・リュウマチ患者さんのヨーロッパ旅行」に参加しました

9月19日～28日、三和病院の高林克日己先生が主催している「膠原病・リウマチの患者さんのための海外旅行」に参加してきました。参加者17名に高林先生・看護師さん・現地の添乗員さんという20名で、ドイツ・オーストリア・イタリアをまわる旅です。私にとっては初めてのヨーロッパ、初めてお会いする皆さんで、出発時はかなり緊張していました。（中野三代子）

ベネチアで


酸素濃縮器を抱えて山道を歩く袖口功さんと妻のカツ子さん

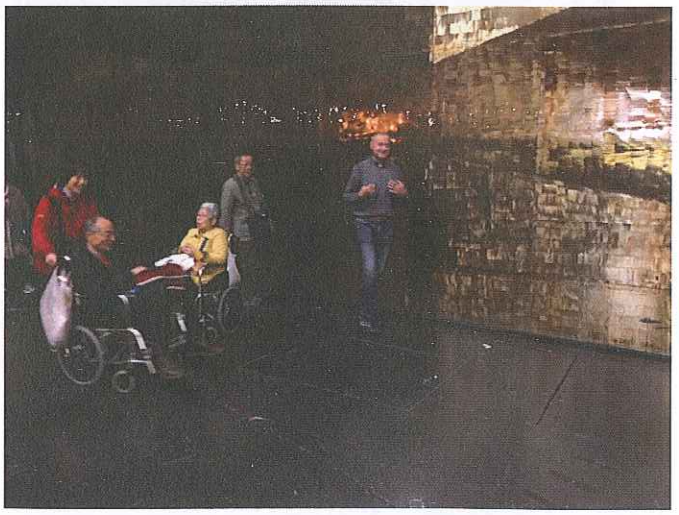
旅行に来ると元気になる！

在宅酸素をしている方もご一緒で、酸素ボンベ・車椅子を持っていきました。飛行機内では酸素を貸出してもらいましたが、ミュンヘン滞在の間に思っていたよりも酸素ボンベが減ってしまい、このままだと旅行中に酸素が足りなくなることが予想されました。高林先生のお友達のドイツ人医師の方が酸素濃縮器を届けてくださることになり、自転車と電車でザルツブルグのホテルまで届けてくれました。旅行の間は酸素ボンベの使用を極力抑えて、酸素濃縮器をバスのシガーソケットに繋いで使い、バッテリーを夜間充電して、レストランや街歩きでも使用しました。写真のようにグロースグロックナーの山岳道路、標高の一番高い場所でもバスを降りて眺望を楽しみました。

車椅子はみんなが交代で使ったり、押したり…、自然に助け合う雰囲気が生まれました。風邪をひいてしまった方も、お腹が痛くなった方も、高林先生がいる安心感、明るい看護師さんの対応、皆さんのいたわり合う気持ちで乗り切って、最終日まで楽しく過ごしました。

一年間、このツアーを楽しみにして闘病している方も多く、「これがあるから頑張れるのよ」「旅行にくると元気になるの。膝の手術をして、今回は参加できないかと思っていたんだけど、来てよかった！不思議と歩けるわ！」「皆さんに親切にしてもらって楽しかった」という声をたくさん聞きました。

前列左から2人目が高林先生


ザルツブルグでサウンド・オブ・ミュージックの舞台となった劇場を特別案内していただきました

ヨーロッパの文化の深さ、自然の美しさを堪能し、人の温かさに触れた10日間でした。快く送り出してくれた職場の皆さんもありがとうございました。

さんしょう１周年

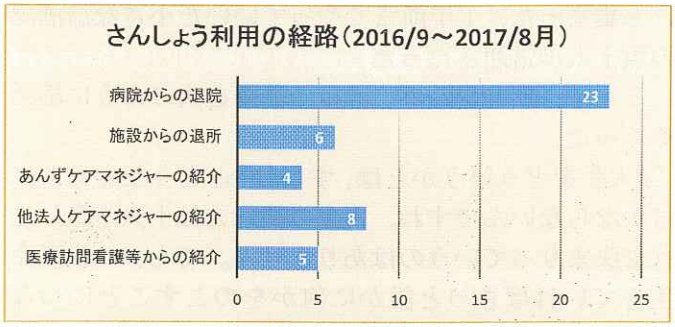
４６人の方がご利用に

皆さまにご支援ご協力をいただき、看護小規模多機能型居宅介護さんしょうは、開設１周年を迎えることができました。

この間に利用された方は４６人です（グラフ参照）。医療必要度が高い方の退院から在宅へのスムーズな復帰、看取り支援、認知症などで常時見守りが必要な方々へ、看護と介護を一体的に提供する機能を活かしてケアにとりくんできました。

さんしょうを利用しての看取りも７人の方をお見送りさせていただきました。「さんしょうで良かった」「父の見取りは“楽しい”思い出になった」との声もいただきました。

今後とも、さらにケアの充実のための努力を続けてまいります。　（さんしょう所長・岡本健吾）

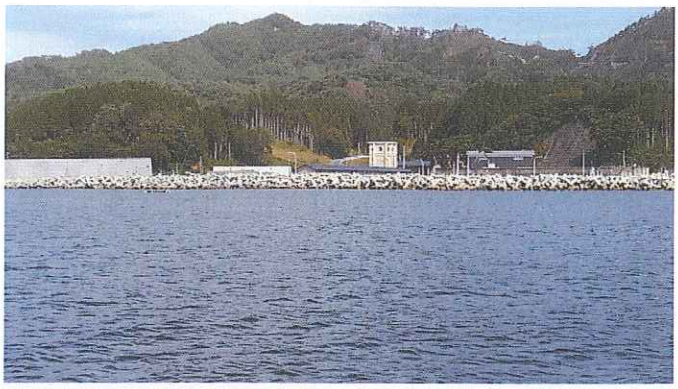


三陸山田町を訪問

今年もまた、9 月 23、24 日に岩手県山田町を他の法人の方々と８人で訪問し、障がい者支援事業を運営している社会福祉法人やまだ共生会で、佐藤照彦理事長と懇談交流しました。若い人は仕事がないために転出し、住民票はあるが住んでいない人もいて、人口は更に減少を続けているそうです。まだ仮設住宅に住んでいる住民も多く、復興住宅にも入れないという深刻な事態が問題になりつつあります。そんななか、共生会は、お年寄りの交流と癒しの場「お茶っこの会」を続け、補助金がなくなっても「お年寄りの通院送迎」ボランティアを続けています。佐藤理事長が顧問をしている漁民組合は、有力者と漁協に定置網による鮭の独占的採捕を認めている岩手県は不当だと、他県で認めている零細漁民の小型漁船による刺網採捕許可を求める裁判をしています（江戸時代の有名な閉伊一揆にちなんで「浜の一揆」と呼んでいるそうです）。

また、堤防や地盤工事など去年より進んでいますが、復興はまだまだ途中段階であることを実感しました。海から陸のほうを見ると、巨大な堤防が港町を覆い隠すように建設されている光景が広がり、もう少し違う防災対策はなかったのかとふと思いました（**写真**）。

さて 24 日は、漁民組合員さんの釣船で釣り。今回



の釣りの成果は８人でヒラメ２５枚、ムシガレイ多数、ワラサ、イナダ、カンパチなど、大漁になりました。私は、ワラサと小さいカレイ、ヒラメ、ヒラマサを一匹ずつ釣ることが出来ました。

次の日、さんしょうで、ワラサを刺身とあら汁で提供させていただき、利用者の方々に食べていただきました。　（介護職員・加藤義幸）

シリーズ・『いまと昔の物語』から見た

河原塚の風景いろいろ…①

新住民を温かく迎える

河原塚の歴史をまとめようとなったきっかけは、熊野神社（**右写真**）の氏子の飲み会です。私が河原塚南山自治会の会長をしていたとき、氏子総代で河原塚第一町会の会長をしていた方から、熊野神社の秋の祭りに自治会として参加するようにお誘いをうけ、参加して地主さんたちとともに祭りを盛り上げました。

それが縁で、翌年氏子の仲間入りをさせていただきました。飲み会の席ではいつも、昔の河原塚の話や方言が出るわけです。それを「いまのうちに記録に残しておこうよ。文章は私がまとめるから」といって、やろうとなったわけです。

ただし、そうなっていった背景、河原塚の誇るべき土壌を見落とすことができません。河原塚では２０年あまり前から、旧家の人たちが「新旧住民の間に壁をつくらない。融和をはかろう」という考えを打ち出して地域づくりをすすめてきました。１０年前、南山自治会に祭りへの参加を呼び掛けていただいたのも、それが底流にあったわけです。

新旧住民が力を合わせてできた河原塚史の編纂は、まさにその成果です。

河原塚の周囲では、町会長になれるのは地主と自作農の家柄だけとか、老人会の集まりに新しい住民には声が掛からないなどの地域がいまもあります。

河原塚は松戸市内でも、俗にいう「開けた街」、すばらしい街です。（河原塚史編纂委員会幹事・内中偉雄）

新入職員紹介

看護師・板垣　信子

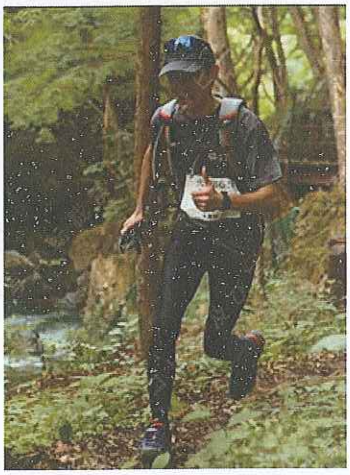
１０月から皆様といっしょに働かせていただくことになりました。

今までの経験を生かして、利用者様、スタッフの方々と共に、笑顔で過ごせるよう、頑張りたいと思います。

どうぞ、よろしくお願いいたします。

運動部だより

多摩川源流トレランへ



私（加藤）は今回、山梨県小菅村で開催された多摩川源流トレイルランに先輩の岡本さんと共に参加しました。当日は晴天に恵まれ約３０ｋｍの山道を駆け抜けました。今回は、開始早々に買ったばかりのランニング用リュックのショルダー部分が切れたり、休憩所でスタッフの方にストレッチをしてもらったところ、かえって足がつってしまったりと、苦難の道のりでした。制限時間ぎりぎりの４時間 28 分にてなんとか完走し、二足お先にゴールしていた岡本さんと共にゴール地点の温泉に浸かり無事帰宅できました。「何で、こんなに苦しいことにお金を払ってまで、やっているのか？」と毎回思いますが、完走した時の喜びとその後のお風呂、そして一杯の牛乳のために走っていることを今回の大会でも再確認できました。　（介護職員・加藤義幸）

八柱学習会（定期勉強会）

●前回報告９月１５日（金）。助言者　武井幸穂氏

テーマ：看取りケア⑧

ＮＨＫスペシャル『人生の終(しま)い方』を視聴する

「自分の人生もう長くないとわかったとき、あなたなら何をしますか。誰に何を残しますか。あるいは残さないですか。私と一緒に考えてみませんか」という桂歌丸さんの呼びかけから始まったＮＨＫスペシャル「人生の終い方」。昨年放映されたもので、ちょうどその日に歌丸さんは、人気番組「笑点」の司会を勇退した。番組に登場した方々の人生の終い方についての進行役だけでなく、盟友・三遊亭圓楽さん（５代目）との約束を果さたすために、命ある限り落語と落語界を発展させようという歌丸さん自身の気迫の奮闘振りも紹介された。

『ゲゲゲの鬼太郎』などで知られ、戦争体験を背負い戦争の残酷さを訴え続けた漫画家の水木しげるさんの 93 歳での終い方は、何気ない日常と笑顔を激写した写真を残すことだった。

定年退職後、これからというときに食道がんに襲われた団塊世代の父親は、妻と息子・娘に、最初で最期の感謝の手紙を手渡した。

幼い子供たちにどんなことばで思いを伝えたらよいか悩み続ける末期がんを患っている 35 歳の父親。葛藤の末に、子供たちに教えたいことは、「立ち向かい、あきらめない」で生きていくことの大切さだと、心打つ最後の日々を家族と共に過ごす。

知的障害がある 66 歳の娘に、「何か残したいけど、何も残してあげられない」とつぶやいていた 90 歳の母親が残したものは、娘さんを一人ぼっちにはさせないと集まった、１年前までやっていいた小さな居酒屋の数十人の常連客だった。

そして、歌丸さんは、番組の最期を次のように締めくくった。

「人生をどう終うかとは、すなわち、どう生きるかにほかならないんですね。人生の終い方は十人十色。これで決まりっていうのはありません。でも、一生懸命生きていればきっと誰かに何かをのこすことにつながるのではないでしょうか」

参加者は 16 人。映像なので、番組に登場した方々の生き方がより深く伝わり「胸がいっぱい」「自分の生き方が問われる。日々の一つ一つのことを大事にしたい」「自分もがんを患っているが、覚悟はあってもなかなか死は受け入れられなかった。でもこのごろは、死は最期ではない、自分のことを覚えていて人々がいる間は、自分が生きているという感じになっている」「84 歳になるが、私は終い方を考えたことがない。どう生きるか大事で、ボランティアをやったり、相手を思いやったり、明るく生き生きと生活したいと思っている」「こういう学習会で、いろんな人の話を聞いたり、一緒に考える、こういうことも生活の安心になっている」「いつも看取りなど、ケアを提供する側の思考ばかりでしたが、ご本人らしい人生の終い方に貢献するケアについて考えさせられた」などの感想がありました。

●次回学習会予定（定例日：毎月第３金曜日）

日時：１０月２０日(金)18：30～19：30

テーマ：介護保険制度を知ろう①

地域包括ケア研究会「2040 年に向けた挑戦」(概要版)

＊場所：幸樹会館２階　＊参加自由

今月の屋上太陽光発電量は、

1，012KW

幸樹会館電力使用量 4272KW　自給率 23.7%