幸樹

こう　じゅ

第 48 号
2019 年 3 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

きりえ　　内中　澄江（河原塚在住）

（作者ご本人のインタビュー記事を２面に掲載しています。）

『在宅看取りを語り、考えてみましょう』

3月12日(火)、14:00～16:00、あつまーれ幸樹(旧からたち薬局)

お話「お看取りの事例から教えてもらったこと」
大塚　かすみ（あんず訪問看護ステーション・看多機さんしょう統括管理者）

第２回

どなたでも参加できます！　参加費無料・当日参加可　　ー勇美財団助成企画ー

内中澄江さんにインタビュー

読むのが難しくなっているけれど

新しい紙芝居を創作中！

地域交流カフェで内中澄江さん（写真下）が、仲間と一緒に創作紙芝居を披露してくださったのは、２月１９日のカフェで３回目になります。澄江さんの夫は、『幸樹』に「河原塚の歴史」を寄稿し、自作のからくり人形もさんしょうで披露してくれた偉雄さんです。

一緒にお話をお聞きしました。　　（中野三代子）

澄江さん（私）は和歌山市の生まれ。法政大学２部に入学し教員を目指していたとき、四ツ木病院（現四ツ木診療所）で薬局の助手をしながら夜に大学に通っていました。７０年安保の時代で、大学もロックアウト（封鎖）されていたので先生を喫茶店に連れ出してゼミをやり、生活指導サークルや作文サークルで活動し、まともな授業が無くても大学には毎日通いました。

松戸に住んだのは、結婚してから。松戸市で小学校教諭として常盤平第３小学校、矢切小学校、柿の木台小学校、大橋小学校と赴任し、若い頃は仕事が趣味というほど仕事一筋に勤めました。定年まであと４年という時に、パーキンソン病を発症し、退職することになりました。小学校教諭の仕事は過酷で、朝早くから夜中まで仕事に明け暮れ、それまで趣味は何もなかったのですが、病気になってから、紙芝居や手作り小物、朗読のサークルや琵琶の教室にも入り、地域活動を始めました。

教員しながらの子育ても大変で、子どもが病気になった時、新幹線で和歌山のおばあちゃんに来てもらうことも度々ありました。この家には、夫の母と私の母とおばあちゃん二人も一緒に住んでいたことがあります。みんなに子育てしてもらい、最後は孫達もおばあちゃんの面倒をみて、助け合って生活してきました。

病気になって感じることは、日本はまだまだバリアフリーでないということです。私は図々しく色々なところに参加していますが、車椅子やカートで移動する方をあまり見かけないのは、スタートのところから拒否されている感じをもっているのではないかと思います。介護予防の活動なども“お世話をかけないように”というけれど、そのせいで引きこもってしまっている方もいるかもしれないです。困っている人も多いと思いますし、「何か手伝うことありますか？」と、一声掛け合える地域の交流があればと思います。

私が通っているリハビリでも２ヶ月に１回紙芝居を披露しています。私自身のリハビリにもなるし、「この人にできるならワシも」「私も俳句を披露」と積極的に参加してくれる方も増えたりしますよ。

今、新しい紙芝居を作っています。眼が悪くなってきているので、不安もありますが、できる範囲でできることをやろうと思っています。

第 19 回地域交流カフェ、もちつき大会＆紙芝居

2 月 19 日の第 19 回地域交流カフェは、餅つき大会と紙芝居。前日から職員が分担して準備し、朝からもち米を蒸しました。午前中小雨まじりの天気でしたが、ご利用者・家族・子どもたち・地元の皆さんに参加していただきました。「よいしょ！」「よいしょ！」と、自然と皆さんから掛け声が上がり、車椅子の方や子どもたちがとても力強くついていきました。

やはり、餅つきは盛り上がりますね。

その後、さんしょうリビングで、つきたてのお餅を、お雑煮やきなこ、辛味餅、おしるこなど様々な味で楽しみました。ご自身でついたお餅を、皆さんとても美味そうに召し上がられていました。食事のあと、創作紙芝居をたのしみました。　　（野崎圭介）

幸樹会を見学された山本里江医師から、私たちにとって素敵で嬉しいお礼の手紙をいただきました。ご了承の上、紹介させていただきます。

拝啓　2 月 20 日にはお忙しい中見学の機会をいただき本当にありがとうございました。私自身、今まで在宅診療の経験がなく、また介護施設の見学、訪問看護や訪問介護の同行も初めての体験でしたが、1 日を通して多くの事を学ぶことができました。

午前中はあんず訪問看護ステーションの板垣看護師さんに同行させていただきました。おひとりお一人の患者様に時間をかけて温かいケアをされており、医師だけの診察では普段なかなか見ることのできない、日常の暮らしや表情を感じることができました。特に小児訪問では、板垣看護師さんとケアステーションゆずの淺尾介護福祉士さんが、患者様のケアはもちろんのこと、ご家族(お母さま)にも日頃の看病や育児を労う声かけをされていたところがとても印象的でした。

午後はさんしょうの介護職員・野中さん、小島さんに同行させていただき、家屋の掃除や服薬管理、生活状況把握といった介護の現場を見学させていただきました。血液透析や抗がん剤治療のため、掃除などの日常生活もままならない方の訪問では、家事ができないことに申し訳なさを感じさせないよう、その方の家族のような自然な雰囲気で接しておられる野中さんの姿に心を打たれました。小島さんも、ご本人やご家族との会話から日頃からの信頼関係を感じました。

看護小規模多機能型居宅介護さんしょうの施設見学もさせていただきました。施設全体が和やかで明るい雰囲気で、職種間の垣根がないようにと事務所もオープンな空間にされているというところにも心地良さを感じました。利用者の方々も、「ここが一番よ。好きな事できるし、趣味など得意分野はやらせてくれるから生きがいです」と笑顔でお話されておりました。利用者の方々に見守られてお昼ご飯も大変美味しくいただきました。キッチンとデイルームが一体化されており、お食事の前はデイルーム全体が美味しい香りに包まれておりました。大塚さんから、「食べたくないと言っている方も、香りに誘われてお食事に来られるんですよ」とうかがい、きっとそうに違いないと思いました。ごちそうさまでした。

私も皆さまのように、患者様・ご家族様のお気持ちや暮らしに寄り添うことができるような緩和ケア医を目指していきたいと思います。

本当にありがとうございました。まだまだ寒い日が続きますので皆さまどうかご自愛ください。　　敬具

あおぞら診療所　・研修医　　山本里江（(国立がん研究センター東病院 緩和医療科 がん専門修練医 ）

介護職のこころ

ケアステーションゆず所長・淺尾　いずみ

昨年末、長く闘病生活を送られ、一人暮らしでしたが最後まで自宅で過ごすことを希望し、その意思を貫かれたＡさんがお亡くなりになりました。

幸樹会は、ケアマネジャーをはじめ訪問看護・訪問介護・福祉用具のサービスを提供するとともに、何よりもＡさんの意思を尊重して、最後までご自宅での生活を支えることを大事に支援してきました。他にも三和病院の訪問診療や訪問入浴・訪問薬剤師の利用など、在宅サービスを最大限活用されていました。ご自身でも自立するために、身の周りことを処理する道具を工夫して自作し、生活されていました。

また桜の季節が巡ってきます

ご自分の意思をしっかりお持ちで、医師と看護師に伝えていました。朝夕と訪問するヘルパーにも「何が食べたいか」「何をして欲しいか」を詳しく伝えてくださるので、ヘルパーも出来る限りのお手伝いをしました。穏やかに話される時もあれば、時には厳しく、時には苛立ちながら話されることも。人一倍我慢強い方でしたが、痛みとの闘いは大変なようで、「身の置き所のない痛みと闘っている」ともおっしゃっていました。

食べることへのこだわりや大切さを改めて教えていただきました。ほとんど外出はできませんでしたが、スーパーの食品売場が頭に入っていて、「棚の上の方にある」とか「〇〇のそばに並んでいる」と注文されました。「〇〇の店の△△が食べたいな」と近所の美味しいものも教えてくださいました。

寒くなる頃にはほとんど口にすることができなくなりましたが、みんなで焼肉店へ出かけて「食べること」を楽しみました。高価なものでなくても、わずか一口でも、“今、自分が食べたいもの”を食べることで命を紡いでいたのでしょうか。

クリスマスの朝、ヘルパーが訪問すると、眠るように旅立たれていました。手元には皮を剥きかけたミカンが残されていました。

ちょうど一年ほど前に、Ａさんが「今年の花見は無理かも」といわれていましたので、４月に部屋の壁に桜の写真を引き伸ばして貼りめぐらせ、桜の枝を飾りました。Ａさんは、「粋なことを考えるねぇ」と、花見のひとときを楽しみました…。

Ａさん、今年もまた桜の季節が巡ってきます。

デンマーク便り…⑭

ラスムッセン　京子

デンマークでは赤ちゃんが生後３か月になると百日咳、ジフテリア、小児麻痺、ヒブと肺炎菌を皮切りに予防注射が始まり、５か月そして１２か月で４種混合予防注射が終了します。１５か月から MFR 麻疹、おたふく風邪そして風疹の予防注射を４歳時と２回で終えます。5 歳の時にジフテリア、破傷風、百日咳、小児麻痺の再予防注射が有ります。12 歳になると女子は HPV の予防注射を受けます。

全ての予防注射は両親が手続きします。まれなケースでアレルギー反応を起こして大騒ぎになったケースあり、一時若い両親の間で予防注射を懸念する人が増え、20～30 歳代の若者で予防注射を受けてない人がいます。

麻疹（はしか）は軽視できない

日本でも麻疹（はしか）の流行が問題になっていますが、毎年ヨーロッパでも麻疹が地域によって流行します。今年は、フランスのスキー場として人気を集めている Val Thorens にスキーに行ったデンマーク２人が最初に麻疹に感染して帰国、既に２０人が帰国して 12 人ほど感染が確認され、これからも感染しているデンマーク人がスキー場から帰国すると疑われています。

スキー場で麻疹に感染！

麻疹はウイルスに感染後 10～12 日間の潜伏期の後に発熱や咳などの症状で発症します。 38℃前後の発熱が 2～4 日間続き、倦怠感、咳、鼻みず、くしゃみなどの上気道炎症状と結膜炎症状(結膜充血、眼脂など)が現れて次第に増強していきます。発症後一週間くらいで落ち着きますが、中耳炎、肺炎、脳炎などを併発し重い症状を呈する場合も有ります。冬休みの時期は、平らな国デンマークの人々はスキーを体験すべく山スキー場を目指して移動します。1974 年までに生まれた人は自然感染で免疫が出来ているそうです。2017 年にはデンマーク国内では麻疹は流行していませんが、旅行に出かけて行った予防注射を受けてない人々が感染して帰国し可成りの重い症状を引き起こしています。

また、日本では B 型肝炎やロタウィルスや BCG の予防注射が受けられるようですが、デンマークではケースが少なく有料になっています。

第 15 回さんしょう運営推進会議の報告

２月 19 日に 15 回目の運営推進会議を開催。東部地域高齢者いきいきあんしんセンター・廣瀬さん、高齢者支援ボランティアたんぽぽの会代表・鈴木さん、三和病院社会福祉士・藤巻さん、河原塚町会・飯沼さん、ご利用者・井上さん、ご家族の山口さん、花井さん、看多機サボテンの川井さんにご参加いただきました。

運営報告のあと、さまざまなご意見や苦情もいただきました。「看多機の利用開始の時の説明が不十分で機能も分からないままだった」「行事のお知らせがない」「でも、そういう苦情がオープンに言えることがここの良さ」等のやりとりもありました。今後改善すべきことは改善していきます。

また、2019 年度事業所自己評価を、運営推進会議のメンバーの方々に見ていただき、意見を寄せていただくことにしました。意見をまとめて運営推進会議としての意見を付した事業所自己評価表を作成し公表していく予定です。　（岡本健吾）

八柱学習会

●前回報告 2 月 15 日（金）。助言者　武井幸穂氏

「認知症実践者研修の報告」看護師・板垣信子

参加者 16 人。在宅酸素の利用は「情けない」と外してしまっていたＡさん。Ａさんの気持ちに寄り添うケアを続けた。現在はさんしょうを利用、在宅酸素も使い、「みんなでやると楽しいね」と行事にも参加。

▼次回学習会予定（「定例日：毎月第３金曜日）

●３月１５日（金）、１８：３０～

「パーソン　センタード　ケア」をより知ろう。動画も見て。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、

546KW

幸樹会館電力使用量 6756KW　自給率 8.08%