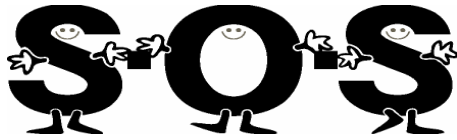


vol. 103通信 (平成21年3月10日発行)



発行元：株式会社サポート・ワン・サービス
 愛知県津島市愛宕町四丁目113 〒496-0036
 代表TEL：(0567) 26-3921
 FAX：(0567) 26-3922
 ホームページ <http://www.s-o-s.co.jp>

老いの姿を学ぶ ～愛宕の家の日々より～ その1

Oさんが永眠されて早3ヶ月が経った。この間にOさんと仲良しだったTさんは肺炎による入院生活を終え、胃ろうを造設して帰ってこられた。かつて喫茶店まで歩いてリハビリに頑張っていたKさんも今は鼻腔栄養の姿でいる。5・6年前、週1～2回のデイサービスから始まって、時々夜も泊まっていたり、家族の方と共に介護の手助けをさせていただいてきた。

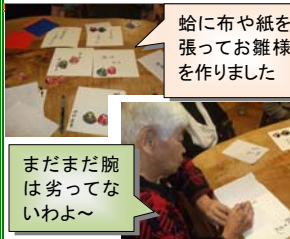
そして今、住宅型有料老人ホーム「愛宕の家」には十人十色の老いと病があり、私達スタッフは日々、その症状や容態と向き合い、翻ろうされながらも「大家族」の生活を続けている。誰かが熱を出すたびに気持ちは落ち着かず、看護師やかかりつけ医との連携が精神的な支えとなって、また落ち着きを取り戻す。医療・看護・介護が連携し、融合した環境が最後の「豊かな生」を支えていけると思う。より良く生きていて欲しいと願う気持ちに反し、確実に老いや病は私達にのしかかり、その度に「いつか終わるときがくる」と自分に言い聞かせ、家族にもついそんなことを話してしまう。

介護保険制度が始まってまもなく10年。介護の社会化が進み、確実に人生の最終ステージの姿が10年前とは大きく変わってきていると実感している。介護を業とするからには、死を迎える覚悟や「その時」までの「今」を、どのように生きてもらいたいのかということが日々頭から離れることはない。介護が社会化されることで、家庭で見られなくなった老いの姿を少しでも多くの人と共に学んでいける場が愛宕の家であって欲しいと思う。その姿が紙面を通じて伝われば・・・と願って連載を始めます。(I)



出来栄えに文句無用！

＜ひなまつり／ナイス・デイ＞



蛤に布や紙を張ってお雛様を作りました

まだまだ腕は劣ってないわよ～

雛祭りになみ、蛤の貝殻を利用してお雛様を作りました。切ったり、張ったり、書いたりそれぞれ得意分野を發揮して素敵なお雛様の完成です。「持ち帰って部屋に飾ったよ」と嬉しい報告をいただきました。



＜いただきま～す／S・O・S＞

雛祭りイベント日の昼食には、ひし形に作られたきれいなちらし寿司が出ました。「いくつになってもひな祭りって華やかでウキウキするわ」の言葉に同感です。



＜身だしなみ／ナイス・デイ＞

お風呂に入った後は、湯冷めしないように手早く服を着て、髪の毛ドライヤーで乾かしています。いつもなら靴を手渡しても無関心なKさんですが、この日はご自分から丁寧に手入れを始めました。何だか嬉しくてシャッターを押しちゃいました。

普段、無口なKさんですが、「身だしなみはきちんとしなきゃね」と背中と言っているような気がします。



＜春を感じに／ナイス・デイ＞

日中は暖かいと感じることもありますが、お散歩となるとまだ「寒いわあ」と尻ごみしてしまう人もいます。様子を見て「運動不足を解消し、外へ出て春を感じ、気持ちも明るくなりましょう！」と声をかけています。行先は皆のリクエスト。近くの神社だったり、喫茶店だったり、スーパーだったり…。出かけるときは寒さ対策を万全にし、足腰の状態に応じて車いすに乗ったり押ししたりして、梅や花を眺めながら、各自のペースで進みます。散歩から帰ると、程よい疲れと充実感に包まれます。尻ごみしてた人が「気持ちよかった。たまには散歩もしないとね」と話す姿にスタッフは思わずニンマリ。また行きましようね！



＜新事務所の完成に向けて／S・O・S＞

まだ寒さも厳しい中、朝早くから夜遅くまで新しい事務所の完成に向け作業が進んでいます。大工さん達も一生懸命の様子です。既に外の壁が貼られ、窓ガラスが入り、今は室内の工事が主。大まかな間取りが分かるようになってきました。先日犬を散歩をしていたご近所の方が「木のいい香りがするねえ」と見上げていました。完成はもうすぐ。事務所でも引っ越しの準備を始めないといけません。

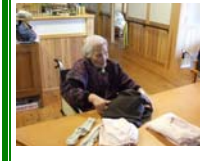


＜自分で出来ることを／愛宕の家＞

「自分で出来ることは自分でやる。でも強制はしない」のが愛宕の家のモットー。洗濯物のたたみ方にもそれぞれのやり方や考えがあり、出来ない人の分までたんでくれる人、自分のやり方でダンスにしまう人など様々です。

ある日のこと、いつもは洗濯物に見向きもしないMさんの前にも「お願いします」と置いてみたら、鼻歌を歌いながら慣れた手つきたたみ始めるではありませんか！

やってもらえないだろうというその思い込みを省み、これからはもっと積極的にお願いしていこうと思ったのでした。



＜食事の前の体操／ナイス・デイ＞

午前の体操もそろそろ終わりにさしかかり、お昼の時間が近づくと始まるのがお口の体操：嚥下(えんげ)体操です。口を大きく開けたりすぼめたり、舌を動かしたり、頬を膨らませたり、「パ・パ・パ」と発声練習をします。運動の前に準備体操をするように、食事の前には食べるために必要な筋肉の動きを良くし、ムセを防ぎ安全に美味しく食べることにつなげていくのが目的。動きの少なかった舌が少しずつ出るようになってきました。楽しみながら続けています。

あっかんべー



パ・パ・パ

パタカ・パタカ



＜声かけて難しい／ナイス・ケア＞

デイサービスへの送り出しをするために訪問しているお宅のこと。デイのことを忘れてしまったり理解できず、外出を拒まれる時があります。ご本人の「家にいたい」という気持ちも受け入れたいし、一人にしておくことが心配なご家族の気持ちも大切…そんな思いの中で心が揺れてしまいます。安心して外出してもらいたいと促すものの、その声かけが逆に不安をあおってしまったときには、取り繕うように発した何気ない言葉を反省します。反対に笑顔でデイに出発してもらえた時にはホッとします。サービスに入る度、私達が話す言葉の重みを感じています。ただ、会話や声の掛け方に正解があるわけではなく、その時その状況で求められる対応に難しさを感じる毎日です。

＜お手伝い／託児＞

ナイス・デイや愛宕には時々、2歳のかわいい助っ人が登場します。まず流し台へ椅子を「よいしょ、よいしょ」と引っ張って、よじ登って、食器洗いのお手伝いです。腕まくりも忘れませんよ。湯呑がピカピカになる前に、周りが水浸しになるけど、そんなの気にしない！(笑)おじいちゃん・おばあちゃん達は温かく見守りながら「自分達も頑張らなきゃいかんね」と小さな助っ人から大きな影響を受けています。



＜編集後記＞

アカデミー賞での「おくりびと」の受賞が話題になっていきますね。私もこの映画を観ましたが、ストーリーと共に素敵な音楽が心に残っています。近年観た映画で私が好きなのは「世界最速のインディアン」です。60歳を超えて尚、バイクで世界最速に挑戦した実在の人を描いた映画です。いくつになっても茶目っ気とチャレンジ精神と勇気を持ち、人生を楽しむことの大切さを教わった気がします。見終わった後、爽やかさが残る映画…お勧めです。(M)