



社会福祉法人 御前崎厚生会  
 特別養護老人ホーム 灯光園  
 電話 (0548)63-3729(代表)  
 FAX 63-4131  
 灯光園デイサービスセンター  
 63-6002  
 灯光園在宅介護支援センター  
 63-5116  
 灯光園居宅介護支援事業所  
 63-5115



## 「元気」に向かって

施設長 澤島 久美子

秋が深まってきました。灯光園では敬老会が終わりほっとしているところです。

少し先の話になりますが、十一月に「おむつゼロ達成報告会パートⅣ」の開催を計画しております。平成十九年に新施設に引っ越しをし、その勢いで介護力向上の取り組みを始め、二年後に利用者の皆さん全員のおむつを外すことができました。その年に第一回目の報告会を開き、今回で四回目となります。その間に、トイレでの排便や、お粥をやめて普通のご飯を食べていただくことなど、いろいろな取り組みをしました。うれしいのはご利用者さんも一緒に取り組んでくれたこと、皆さんが元気で今日も頑張っていることです。頑張りの様子をぜひ見に来てください。

自分らしく生きる

## ユニットリーダー研修に 参加して

澤入 香名美

ユニットケアの目指す所は「暮らしの継続」です。家で生活していた時には「休みだからゆっくり起きたい」「お昼は〇〇が食べたいなあ」「今日は〇〇さんと食事に行こう」など一人ひとりの生活のリズムがあると思います。そういうことが施設に入っても継続できたらいいなあと思います。

ユニットは1つの家です。家族ではありませんが、同じ釜の飯を食べる仲間です。十人いればそれぞれの生活がありますが、同じ場所で同じ時間を過ごすうちに、十人の利用者さんやその家族と職員の間で信頼が生まれ、なじみの関係ができます。少数なので、職員も利用者のことをよりよく知ることができます。

その人が何時頃起き、何が好きか、意向を聞き援助します。会話が難しい利用者さんは、いつもと違う表情やしぐさなど見逃さないようにしたいと思います。ご家族ともたくさん話をして、「うちのおばあちゃん、裁縫が得意だったよ」などという話も教えていただきたいです。

生活をするには、そこが自分の住まいと思える場、地域の雰囲気を感じる場という環境も必要です。食事をする場もホールのような所では、誰でも「ごはんを食べる所」とは考えられなと思います。ここがどこなのか、分からなくなっている利用者さんはなおさらです。台所からのごはんの炊ける匂いや、料理をしている音で、より住まいらしくなります。灯光園でも、ご飯はユニットで炊いています。毎日ではありませんが、ユニットの台所で魚を焼いたり料理を作ったりします。できる方には一緒に手伝ってもらいと慣れた手つきで野菜などを切ってくれま

す。できるだけ、家庭の雰囲気になるようにしています。

また、居室は一人になれる場です。自分が使っていた物や好きな物が飾ってあれば落ち着ける場になると思います。裁縫が得意だった人の部屋に、ミシンや裁縫道具を置くだけでも、昔の生活を感じてもらうことができます。踊りが好きだった人は昔使った舞扇など飾ります。

ユニットから出た場所はパブリック（公共）の場所です。ユニットの仲間との関係も大切ですが、お隣りさんとの関係も大切にします。今年からはクラブ活動も始めました。ユニットから出て、趣味活動、パワーリハビリなどをユニットとは別の場所で行い、違う仲間との交流を深めユニットだけの生活にならないようにします。また「買い物に行きたい」「お寿司が食べたい」という要望があればすぐに対応します。

今回、研修に行つて、直すことがたくさんあると感じていま

す。例えば、居室やリビングもまだ殺風景な所があります。居室以外で一人になれる場の環境も整えなければと思います。緑があるはずいぶん雰囲気も変わります。植物や絵を飾る等して、施設ではなく家庭の雰囲気をだし、くつろげる場にする努力をします。

また、「顔はタオルで拭くより洗いたい」「今日はもう少し寝ていたい」と感じているかもしれません。その利用者さんの毎日の行動や歩んできた人生・習慣などの情報を聞き取り利用者さんのことを理解し、その人の立場になつて考えたり感じたりして細かい所も気付けるようにならなければと感じています。

ご家族の協力を頂きながらいきいきと楽しい毎日が送れるよう支援をしたいです。縁あって灯光園での生活を選んでもらいました。「灯光園で良かった」と言ってもらえるよう頑張りたいと思います。



### 認知症って何？

介護士 大澤 幸子

しばらく前の話ですが、静岡県は健康寿命が長いと話題になりました。平均寿命ではなく健康寿命。お茶・カツオ・まぐろなどがキーワードです。加えて静岡県人ののんき（陽気・前向き）な性格も、元気の秘訣だと言われます。

『ペコロスの母に会いに行く』という漫画があります。認知症の母親の介護をした漫画家が描いたものです。

家族が認知症を受け止めるにはいくつかの過程があり、ユーモアを交えた漫画にするまでには多くの苦労があったはずですが、でもそこにはほっとするような場面がたくさん描かれています。母親が過去の世界に出かけて、昔のことを現在のことのように話をするのに、上手に付き合います。夫は酒乱で、ちゃぶ台を蹴りとばすような人で苦労をしたようですが、嫌なことはすっ

かり忘れ、若い自分が子供を背負って夫と一緒に満開の桜の下で進水式を見た時代によく出かけるそうです。彼は母親の過去の世界と一緒に出かけ、話をします。想像力も豊かで、子どもだった頃のことを思い出しながら母親に付き合っているのです。長崎の人ですが、前向きでのんきな性格の方のように思えます。冷蔵庫のコンセントを抜いて水浸し、ネズミ取りのべたべたにつかまる等「あーあ」という場面は笑えるし、眠りながら笑う母親を見て「父さんと散歩しているのだろう」と思う場面では、ほのほのとしみます。灯光園図書室にありますので是非ご覧ください。



7月24日に灯光園の一大イベントともいってよい夏祭りがありました。ボランティアさんも今年はたくさんきていただき盛況に行なうことができました。



### ボランティア活動に生きがい

横山 守

私は平成十七年、右下腿を切断しました。病院長から「車椅子生活だな。」と言われ愕然としました。健康体から一転して

障害者になり不安と不満で一時はどうして生活しようと悩みました。義足を作り練習に励み、歩くことができるようになり、その喜びは何物にも代えがたいものでした。

歩くようになるまでいろいろありました。半年間の入院、練習をしすぎたこと、退院後、早くリハビリを考えインターネットで探し伊豆方面に行き、どの病院でも歩けるなら地元でと言われたことなど。

帰って暫くするとケアマネージャーさんから老健の通所リハビリに空きがあると言う。訪問して驚きました。訓練機が数多くあり直ぐに申請を出し通所することにしました。入所時の目

標を「車の運転が出来るようになる」としました。目標が高すぎると言われました。訓練機6〜7台を人の2〜3倍頑張りました。理学療法士が「もうやることがない」と言われ一年間の通所で卒業しました。

卒業後、自動車の運転の練習をしました。広場で妻を横に乗せ練習運転。運転できるようになり恩返しのため通所リハビリへボランティアに通った。夕方になることもあり危険なため一年間で中止した。

家の近く(灯光園)のデイサービスにも3台の器械があるという。未熟ながら手伝いをするようになりました。「強くなったね。」と声をかける。また、「運動して帰るとよく眠れるよ。」の声を聴くと良かったなあとと思う。未熟ながらも少しでも人のためになると思い続けていこうと思う。



### ボランティア活動

～あいがとう～

#### 灯光園

(七月)

○明るい社会づくり御前崎地区協議会様 (車椅子清掃)

○山崎 麻妃様 (書道クラブ) 二回

(八月)

○増田つたえ様 (がわ作り)

○丸山 洋子様 (がわ作り)

○河田 幸子様 (がわ作り)

○杉浦 和子様 (がわ作り)

○大石 好子様 (がわ作り)

○清水ハル子様 (がわ作り)

○乙坂 昇平様 (家族会喫茶店)

○大澤 晶子様 (家族会喫茶店)

○御前崎子供茶道教室 (茶道)

○山崎 麻妃様 (書道クラブ) 一回

(九月)

○明るい社会づくり御前崎地区協議会様 (車椅子清掃)

○山崎 麻妃様 (書道クラブ) 一回

○ドリームメイト (敬老会余興)

#### 灯光園デイサービス

(七月)

○糸川 千恵子様 (ボイストレーニング) 一回

○川口 節子様 (絵手紙) 二回

○清水ソノ子様 (カラオケ支援) 二十五回

○横山 守様 (パワーリハビリ補助) 八回

○松下 肇様 (のこぎり演奏) 一回

○松下 肇様 (のこぎり演奏) 一回

○糸川千恵子様 (ボイストレーニング) 一回

○川口 節子様 (絵手紙) 二回

○清水ソノ子様 (カラオケ支援) 二十回

○横山 守様 (パワーリハビリ補助) 七回

(九月)

○川口 節子様 (絵手紙) 二回

○清水ソノ子様 (カラオケ支援) 九回

○二木 頌二様 (オルガン演奏) 一回

○横山 守様 (パワーリハビリ補助) 四回

○松下 肇様 (のこぎり演奏) 一回

九月十四日現在



#### 編集後記

半年が過ぎてもバタバタとしている私です。これが1年過ぎた時に、ゆとりを持って仕事ができるようになるようにしたいと思います。

Y