



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



新年度に向けて

施設長 澤島久美子

たくさんの方が咲く季節となりました。灯光園の庭にも鶴子桜やチューリップやスイトピーが咲いています。寒い冬がやっと終わりました。平成三十年度が始まりです。

新しい年度を迎え、学生の頃のように四月を特別には感じませんが、区切りは感じます。

新しい職員体制で再出発、各事業ごとに目標も作り直し、新たな気持ちで取り組みを始めます。

職員体制が整わず年度末は職員不足でしたが、なんとか乗り切りました。三十年度は個別機能訓練を始められそうです。ご利用の皆さんに元気になって頂くのが灯光園の仕事だと思っています。「明るく元気」が取り柄です。今年度もよろしくお願ひいたします。

寄り添う最期を

ユニットケアの看取り

看護師 川口千賀子

みなさんは「看取り」と言う言葉を聞いたことがありますか？何を想像するでしょうか？死ぬこと、苦しい、痛い、怖いなど辛いイメージが多いと思います。「看取り」とは「近い将来、死を避けられない人に対し、身体的苦痛や精神的苦痛を緩和、軽減するとともに人生の最後まで尊厳ある生活を支援すること」です。近年、「終活」と言う言葉が流行し「自分なりに考えて自分らしく死ぬ」と言う価値観が浸透してきました。自分が最後までどのように往きたいか、自ら考え選択することが大切です。

施設の最後は違います。人は少しずつ食が細くなり、やがて食べられなくなつて亡くなっていきます。それが本来の人の終末なのです。しかし、食べられない、起きられないと言つて最後まで寝た生活をするわけではありません。ご飯が食べられないなら、甘い物でも刺身でも、本人の好きな食べられるものを食べていただきます。車椅子でリビングへ行き入居者の方々と過ごすこともあります。また、希望があれば自宅へ外出もできます。お酒を嗜むこともできます。とてもお酒の好きだったかたが長男と親子水入らずで晩酌をして、その2日後になくなりました。最後、とても穏やかな優しい顔が印象的でした。

このようなケアをするには、看取りに対すご家族の理解が必要になります。衰弱していく両親や兄弟を目の前に、さまざまな思いがめぐり、現状を受け止められないご家族はたくさんいます。そんなとき私たちはご家族と何度も話し合いをして、今の状態は治るものではなく自然の流れであること、食べられなくなつたらそれが寿命であることをお話します。そしてご家族が看取りの段階ということを受け入れていけるよう支援させていただきます。ときどき「見捨てているのではないか？」と悩まれるご家族もいます。看取りというのは決してそうではなく、ご本人とご家族が一緒になつて、いかに最後までその人らしく生きることができるか、寄り添つて考えていく時間なのです。

灯光園はユニット毎に10人の入居者と5、6人の職員が生活しています。入居者の部屋は個室です。個室にしたからこそ、家族に泊つていただくことができます。最後の時を家族と一緒に過ごして頂くことで、入居者が安心して旅立てると考えます。ユニットケアは入居者と職員の関係もとても親密です。その人らしく生活していただくために、入居者を理解しようと、家族やご本人とたくさん話をし、部屋の設えを工夫したり、生活のリズムを考えます。介護士、看護師、栄養士など、専門職がケアすることが強みであり、その延長での看取りです。人生最後の大切な時間を、ご家族とともに寄り添い支援させていただきます。今後にも自己の成長につなげていけるよう一つひとつの関わりを大事にしていきたいと思えます。



「在宅生活の応援団」①

灯光園居宅介護支援事業所
ケアマネージャー 佐藤 僚子

私は利用者さんのお宅を訪問します。玄関の階段や上りかま
ちを、どっこいしょと上がりま
す。お宅によってはなかなかの
高さの段差です。

今や「大黒柱」「三和土」「長
押」など住まいの言葉は死語と
なり、住宅も大きく変化しまし
た。とは言え家には段差がたく
さんあります。でも危ないのは
段差ばかりではありません。家
の中の、何もないところも、実
は危険なのです。

高齢になると足が上がりづら
くなって、すり足気味になりま
す。眼も見えづらくなるので、
何も見えないところでもつまずきや
すくなるのです。さっと何かに
つかまって身体を支えられれば
いいのですが、手が出なくて転
んで骨折してしまうことも多い

のです。骨折の中でも太腿の付
け根の骨折は介護が必要となる
原因です。歩けなくなるため、
そのまま寝たきりになることも
あります。普段から身体を動か
し、意識して足をあげて歩き、
転ばないように予防することが
大事です。

また環境を整えることも大切
です。移動しやすいように歩く
ところの物を片づけ、住宅改修
で手すりをつけたり、福祉用具
を使って安全な移動ができるよ
うにします。住宅改修はトイレ
が多いようです。排泄の自立は
在宅生活の要のように思いま
す。高齢の方は「下の世話にな
りたくない。」と言われます。
トイレを広くし手すりをつける
ことによって車椅子の人もトイレ
に行くことができます。

支援が必要になっても住み慣
れた自分の家で生活できるように
に、生活環境を創ることは私た
ちの仕事です。ご相談下さい。



清明
24節気の第5。4月5日(木)
万物がすがすがしく明るく
美しいころ。



ユニットケア 研修フォーラムで 学んできました

一人ひとりの「生き方・逝き方」に添うユニットケアをテーマに、「あなたの働いている施設は最後まで安心して暮らし続けられますか」と問われ、ドキッ。基本である24時間シートを真剣に取り組みます。

介護職員 増田伸一

「ユニットケア」の目指すところは「暮らしの継続」「私が私でいられる場所」です。そのためには研修会で学んだ「相手を理解しようとする事」相手の話しを聞く、耳を傾ける事が大切です。日頃の自分はどうだったか、振り返り、学んだことをいかして日々の仕事をしていきたいと思えます。

看護師 白岩友子

「生き方・逝き方」言葉は同じだけれど、意味が違う。けれどこの2つの言葉には共通する

大切なことがある事を学びました。

介護士 澤入喜美子

嬉しい時は共に喜び、つらい時には支えていくこと、良き理解者、信頼できる相手となる事が大切であると学びました。

看護師 川口千賀子

家での生活が難しくなり、施設に入居することになっても「今までの生活を続けたい」とだれでもが望むと思います。ユニットケアは個別ケアの一つです。一人ひとりが望んでいる暮らしをサポートすること、その人が大切にしているものを私たちも大切にしてケアをしていきたいと思えます。

生活相談員 松下奈保

施設の強みは、24時間サービスと専門職が集まっていること。介護士、看護師、管理栄養士、調理師、歯科衛生士などなど。専門職の関わり、連携はどうあるか、課題を見つけた研修でした。

生活相談員 高塚祐美

編集後記

今年は寒暖の差が激しく、やっと暖かな日が続くようになりました。近所の公園の桜も綺麗に咲いています。今年もお花見をしながら桜を満喫したいと思えます。

ボランティア活動

～ありがとう～

灯光園

〇二月

- 乙坂 昇平様
- 乙坂 和子様
- 大澤 晶子様
- 小野田 薫様
- (家族会喫茶演奏)
- 藪田 雄也様
- (清掃)

灯光園デイサービス

〇一月

- 川口 節子様
- (絵手紙)
- 清水 ソノ子様
- (カラオケ支援)
- やまぶきの会様
- (盆踊り等披露)
- 〇二月
- 川口 節子様
- (絵手紙)
- 清水 ソノ子様
- (カラオケ支援)
- 松下 肇様
- (のこぎり演奏等)

ご寄付ありがとうございました

- J A ハイナン南榛原地区
- 女性部様
- (二万円)

静岡県退職公務員連盟

榛原支部 御前崎地区様

(タオル)

静岡県退職公務員連盟

榛原支部 白羽地区様

(タオル)

