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

自作の吊るし雛の前で

春に

施設長　澤島久美子

令和二年度が始まりました。退職や異動、家族の進学や進級など、気持ちが引き締まる時季です。灯光園でもデイサービスと灯光園やユニットで職員の異動があります。

灯光園を利用してくれるお年寄りにとって、職員は頼みの綱です。自分の気持ちを思いやってくれる、気持ちよくなんでも頼まれてくれる、理想の職員を求めているのだと思います。

太陽の光を浴びれば気持ちがいいし、きれいな春の花を見れば心が和らぎます。職員があかるい笑顔でお年寄りに接することで、お年寄りも明るい気持ちになれるでしょう。

新年度、職員みんなが、新しい気持ちで「頑張るぞー」と思ってくれるといいなと思います。

「最後まで自分の人生を歩く」を支援する

副施設長　八木　麻里

二月十七日、ユニットケアフォローアップ研修が、静岡グランシップであり、中部圏内8県約200人の参加で、全体会と分科会が行なわれました。

午前中の全体会では、世田谷区立特別養護老人ホーム芦花ホームの常勤医である石飛幸三先生に「穏やかな最期を迎えるために」と題して、ご講演をいただきました。先生は、七十歳から特別養護老人ホームの常勤医になられて十五年、入居者の人生に寄り添っています。

誰にでも死は平等に訪れます。長かった人生の最終章、人間らしい最期を迎えたいと誰もが思います。人は老いて死んでいくのが自然の摂理です。いまや癌もどんどん治る時代になりました。「人生どうあるべきか、皆で考えなきゃならない時代になったよ。」と先生は言われていました。

特別養護老人ホームで、自然な最期とはどういうものかを考え見てきたことで、治す医療ではなく、もう一つの医療の役割があると感じたことなどを、ゆっくりとした口調で、私たちに問いかけるように話してくださいました。

灯光園で暮らされている皆さんの日々の暮らしの先にある最期をどう迎えるか、私たちはどうサポートすればよいのか、先生のお話を聞きながら、「あぁ、そうなんだ。」と思った言葉がありました。それは、「その人の人生なんだよ。」ということです。誰の人生でもない、その人の人生を歩いているということです。それは、介護が必要になっている目の前の方もそうなのです。介護が必要になっても「自分の人生」を生きています。

灯光園が取り組んでいるユニットケアでは、一日の暮らしに沿ってそれぞれの二十四時間シートを作りケアをします。その方の意向や好みとご家族の意向を書き込みます。施設の日課があるのではなく、その人の暮らしたい一日があるのです。目の前の方は、何も喋らないかもしれません。でも、この一日は、この方にとって人生の大切な一日なのです。

私たちの仕事は、その方の一番近くにいて、人生に寄り添って、少しでも幸せに、一日でも楽しく過ごしていただいて、「あぁ、良かった。」と、静かに幕を閉じていただくことなのです。

講演の最後に、ある入居者の方のビデオを見せていただきました。亡くなる前日、その日はその方と奥様の結婚記念日だったそうです。もう、最後になるだろう、職員たちはベットの周りを〝結婚記念日おめでとう〟とにぎやかに飾り、二人の思い出の歌、てんとう虫のサンバを歌って祝いました。私は自分のことのように感激してしまい涙が止まりませんでした。

介護は人生の最終章にかかわる大事な仕事です。先生の講義を聞いて本当に大切なことを学びました。

ブレイクタイム

「草をまたいで歩くと、『お前その草が見えんだか』と、よく姑に怒られたよ」

「実をこぼさんうちに取らにゃだめだに」

と、祖母の口癖でした。

大正5年生まれ九一歳で逝った祖母を思い出しながら、春になると草取りが始まります。

八木　麻里

デイサービスで元気になろう

灯光園デイサービスセンター
主任　楠田　勝子

はるかぜの心地よい季節になり、令和二年度がスタートしました。

毎朝「おはよう！今日も頼むね。」と玄関で元気な声とともに灯光園デイサービスの一日が始まります。

灯光園デイサービスでは、お風呂を楽しみに来て下さる方、お友達との交流を楽しみにしている方、運動をガンバローと意欲的な方など様々です。その方々へ元気で楽しい一日を過ごせる場を提供しています。

今年度、灯光園デイサービスセンターでは昨年度に引き続き「利用者さんが自信を持って元気に毎日を過ごす」、「活動の中で仲間との交流を楽しむ」を目標に取り組んでいきたいと考えています。

デイサービスには笑顔がいっぱいです。今年の冬もたくさんの大根をいただき、たくあんや切干大根を作りました。包丁で大根を切る方、大根を漬ける方それぞれ楽しそうににぎやかに作業をしました。そして、みんなでおいしいたくあんを食べました。みなさん誇らしげにこやかないい顔でした。

先日、お部屋を間違えてしまった利用者さんがいました。その方と目が合い私がニッコリすると、その方も安心してニッコリ。そこから一緒に大笑いしました。

日常の小さな笑顔から、体操や食事、入浴などの合間の笑顔、笑いヨガで、「わはっは。」と声に出した笑い声を聞き周りのみんながお腹から出す大笑いもあります。デイサービスには、小さな笑いから大きな笑いまでたくさんです。笑いは元気な証拠です。笑顔になる事で気持ちが高まり、免疫力も上がる効果があると報告されています。「笑う門には福来る。」とはこのことですね。

今年度のもう一つの目標では、ユニットでの活動を増やし、ユニット調理、ユニットでの作品作りを行っていきたいと思います。大勢で行う活動に比べ、一人ひとりが主役となり、職員や利用者さん同士の関わりが密になることで、利用者さんの楽しみや自信につながると思います。

「元気」「笑顔」「仲間」をキーワードにみなさんと楽しい一日を過ごせるよう、みなさんをお待ちしています。

灯光園のこの頃

施設長　澤島久美子

灯光園の南側には地元の方からお借りしている畑があります。キャベツや白菜、ブロッコリーや大根など、冬の野菜をたくさん収穫することができました。

畑に下りるには南側の坂を下らなくてはなりません。週に一回くらい、入居のKさんと一緒に、一輪車で畑に行きました。

大根は、いい形のものもありますが、寸足らずや二股のものに当たります。そんなのもこいで来て、洗って、二階のホールに持っていきます。そこでみんなで沢庵や赤漬けや切干大根作りです。寸足らずや二股の大根を見て大笑いしながらとても楽しそうです。

包丁の使い方も慣れたものですが、ある日一人が大根の皮をむいていて名誉の負傷をしました。大根が赤くなっていたのでびっくり。指を切ってしまいました。入居者にけがをさせたのではご家族に申し訳ありません。職員は青くなりましたが、その方は「あれまあ」と平気な顔でした。大した傷ではなくほっとしました。

皆さんが切ってくれた切干大根はやや大きなものもあり、完ぺき主義のお年寄りは納得がいかないことがあります。皆がいなくなった後ユニットからきて、キッチンから包丁とまな板を出し、せいろに並べた大根をもう一度まな板にのせ、さらに細く切ってくれます。

出来上がった漬物や切干大根はユニットの皆さんの食卓に上りました。沢庵は若い職員が「作り方を教えてほしい。」と好評でした。

ボランティア活動
～ありがとう～

灯光園

○一月
山崎　麻妃様（書道クラブ）
大濱　美香様（フットケア）

○二月
山崎　麻妃様（書道クラブ）
大濱　美香様（フットケア）
笹野井春代様
高柴あき江様
（お話ボランティア）

灯光園デイサービスセンター

○一月
川口　節子様（絵手紙）
鈴木　喜夫様（俳句教室）

○二月
川口　節子様（絵手紙）

ありがとうございます

JAハイナン青年部様からお茶をいただきました

「休校やイベント中止など、暗いムードが続く中、お茶を飲んで、ホット一息して欲しい」とのコメントいただきました。

灯光園デイサービスセンターに、24時間テレビ42「愛は地球を救う」から福祉車両が贈呈されました。2月6日に贈呈式があり、第一テレビ本社まで行ってきました。県内から16の福祉施設の施設長や理事長が出席され、一団体ずつ目録を授与されました。とても緊張しましたが、新しい車で利用者さんを送迎している様子を思い浮かべ、ワクワクした気持ちになりました。

すでにデイサービスの送迎に使用しています。

編集後記

終息どころか拡大を続けている新型コロナウイルス。手洗いや手指の消毒に加え、換気の回数を増やし、コンタクトポイントの掃除を徹底しています。目に見えないウイルスで、世界中のいつもの生活ができなくなっています。早い終息を願うばかりです。