

マザアスニュース 第24号

ひだまり

2002年4月1日(年4回発行)

発行／社会福祉法人マザアス

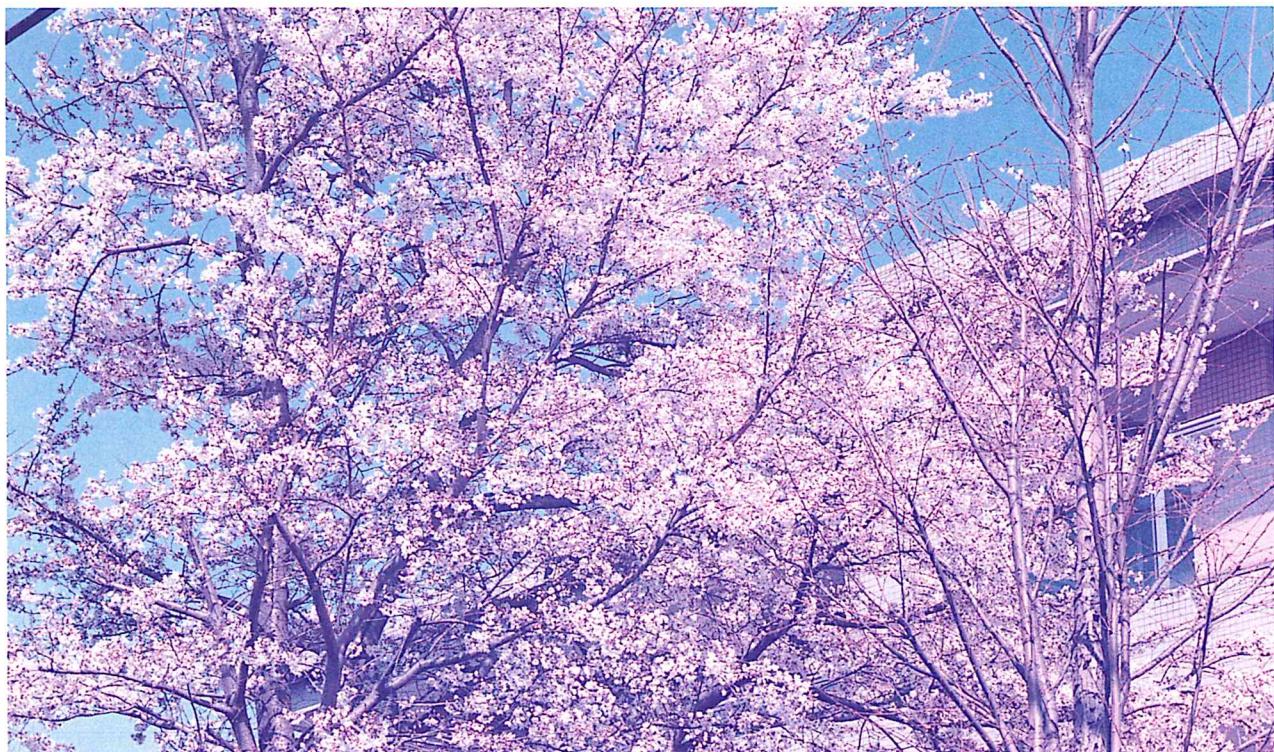
〒203-0004 東久留米市氷川台2-5-7

Tel 0424-77-7261

Fax 0424-77-7500

発行責任者／高原 敏 夫

編集責任者／萱 野 彰一郎



マザアスの桜もこんなに大きく立派になりました。

地域から孤立した高齢者を支えるには

訪問サービス課課長 佐田 康子
(東久留米市東部在宅介護支援センター)

マザアスの庭にある桜の花が咲きました。もう春ですね！仕事から自転車で市内を走り回っていますが、この時季は家庭訪問も楽しいものです。

相談を受けて、また介護保険等のサービスを利用されている方々を訪問したり、自治会の方と話し合っ65歳以上の高齢者のお宅に一戸一戸訪問させていただいたりしています。この高齢者のお宅を一戸一戸訪問することがなかなかできません。忙しくて時間が足りなかったり、地域の高齢者の方々のプライバシーの問題が絡んできたりするからです。

先月マスコミで、痴呆の妻が夫の死後発見されるまで一ヶ月近くも食事を作って世話をしていたという、なんとも悲しくせつないニュースが報じられました。記憶に残ってい

る方も多いことでしょう。このご夫婦は何のサービスも利用しておらず、定期的に訪問する人もいなかったようです。

地域の中で気になるのがやはり、社会との交流がなく家に閉じこもって孤立している方々です。孤立させないように地域で見守っていきたくて考えていますが、地域の中でどこにどんな高齢者が住んでいるのか？支援センターの職員だけではすべてを把握するのは困難なことです。さいわい当市には、支援センターと協力しながら地域とのパイプ役になって働いてくださる相談協力員さんたちがいます。この相談協力さんと一緒に、民生委員さん、各自治会役員さん等のご協力を得て、地域で孤立しがちな高齢者の力になっていきたくて考えています。

たきやま 特 集 グループホーム ひかわだい

グループホームとは？

痴呆性高齢者グループホームとは、住み慣れた地域社会で、食事の支度や掃除、洗濯などを、少人数の中度程度の痴呆の高齢者が、職員と一緒に行ない、家庭的な落ち着いた雰囲気の中で、24時間生活を送る事により、痴呆症状を緩和させ、進行を穏やかにする共同生活の場です。グループホームのメリットとして、

- ①入居者の慣れ親しんだ生活様式が守られ、その人の生活リズムに合わせた一日を過ごす事が出来る。
 - ②「痴呆」という障害で出来ない事を、職員が補い、その人が自然な形で、自分の持っている力を発揮する事が出来る。
 - ③少人数の中で、一人一人が個人として理解され、受け入れられる場である。
 - ④入居者に生活の主体者としての自信と、自然な感情が湧き出る。
 - ⑤入居者同士や家族・職員・ボランティアと人間関係を保ち支え合うことが出来る。
- という事が挙げられます。



手作りのおもち、おいしかったよ！

「たきやま」の日常生活

「たきやま」の暮らしは、のんびり・ゆったり・楽しくをモットーに生活する事を目指しています。食事作りもあらかじめ決まった献立はなく、冷蔵庫を開けてみて、「今日は何にしようか」と話し合うところから始まります。昨年の暮れには、入居者の強い要望で、白菜を漬け始めました。今までの生活体験を生かし（何しろ主婦歴何十年という猛者揃いなので）、美味しい漬物が出来ました。（今は味噌作りに挑戦中です！）これから暖かくなるので、手作りのポーチにお弁当を詰めて、公園に出掛けようとみんなで相談しています。

グループホームたきやまホーム長 櫻井 彰



炊事も洗濯も自分の手で



日当たりも抜群です

グループホームひかわだい

氷川台にあるマザアスの建物の隣に先頃完成したばかりの「グループホームひかわだい」。真新しい館内は高齢者に配慮した様々な工夫がほどこされ、統一感のあるインテリアは快適で落ち着いた生活を支えることでしょう。定員は9名（もちろんすべて個室です）。明るく元気なスタッフとの楽しい共同生活がもう始まっています！

声の欄

2月22日にマザース地域交流ロビーにて第4回施設内研究発表会が開催されました。発表したグループの方々から声を寄せて頂きました。

〈発表を通して感じたこと〉

生活介護課 中 沢 俊 介

研究発表グループのメンバーとなった時、3年前のことが思い出されました。その年に初めて研究発表会が開かれ、介護課1Fの発表者となりました。いろいろと苦労しながらも無事発表を終えることができた時の充実感はとても大きなものでした。

今年も発表グループのメンバーとなり、がんばろうと思いましたが、途中でテーマ変更を余儀なくされるなど、気持ちとは裏腹になかなかへスをつかむことができず大変でした。しかし遅くまで残って準備をしていくうちに皆の気持ちも一つになり、内容も深いものとなりました。今回私は発表者ではありませんでしたが、一緒になって原稿を読んでいる気持ちでした。

テーマは「ベッド柵の危険性」ということで追求していきましたが、拘束であるとの意見が強まっている現在、いろいろと考えさせられました。この発表を通して入居者への対応をよりよい方向へ持っていけたらと思います。

〈今後の研究に向けて〉

看護課 森 田 雅 子

いったん自分が研究発表をすると決めたら、発表するまでにいくつかのことをしなければいけません。以前から、ターミナルケアについてのまとめをしたいと考えていましたので、テーマだけは決めていました。医学書院のナースのためのプレゼンテーション技法の本を参考にして、作製の手順、アンケート作製、図や表の有効な使い方・関心を引く言葉や発表の仕方などを学びました。看護課のグループ発表は今回で3回目、慣れてきていても、発表のまとめはむずかしいと思いました。休日や年末年始の間も宿題をせおっての日々。発表を終えると、質問が多く出て皆さんの興味の示し方に盛り上がりを感じ、不足な点も反省し、大変勉強になりました。これからは研究は続くと思いますが、自分自身の関心領域を明らかにし、仕事に追われるばかりでなく、追求したり関心を抱く気持ちを忘れないようにしていくことが大切だと思いました。

尚、アンケートに答えていただいた職員やご家族の方々にお礼を申し上げます。

～研究発表を終えて～

〈生きがいつくりと介護予防〉

通所サービス課(大門) 樋 田 佐 紀

今回、研究発表としてマザース大門開所以来の利用者の改善例について考察しましたが、みなさん殆んど自立されていて、具体的な研究テーマが立てにくく思われました。

失語症が職員の日々の声掛けや利用者どうしの交わりの中で改善したOさん。肺炎で入退院を繰り返していたが、デイサービスに通い、元気になられたIさん等。精神的ケアが中心になるだけに効果の目やすとして日々のミーティングやケース会議での結論を発表しましたが、アピール度が足りず、わかりにくかったようです。反省点として家族からの連絡帳での、「以前より随分良くなった。」とのコメントや利用者の力作の趣味作品等、具体事例をお見せできれば良かったと思いました。

これからも長期戦で「生きがいつくりと介護予防」をテーマに日々努めて行きたいです。



〈日常業務からの気づき〉

訪問サービス課 久 松 信 夫

今回で4回目を迎える「施設内職員研究発表会」。回を重ねるごとに、研究への取り組みや発表内容もより充実したものになってきたように思われる。

日頃の業務のなかでふと感じた疑問、そういったものが研究に取り組む動機になっているのであろう。今回は4題の発表があり「看とり」「ベッド柵の危険」「ヘルパーのストレス」「介護予防と生きがい」がキーワードであった。どれも各職員が何らかのきっかけで感じたことが他の仲間の共鳴をよび、今回の発表に至ったのだろう。そのことを思えば、日頃の業務における「気づき」は何と大切なことであろうか。また、同時に研究テーマの広がりや多様性がいくつも日常業務にありふれていると感じた。

ただし、何（誰）のために研究を行い発表するのか、という過程や発表会の存在意義を、各職員間で明確にすることも大切である。

“こころの休養”が 大切な現代人

休むというと、私達はからだの疲れをとることを思い浮かべます。一息入れる。一服する。息を整える。みんなからだの疲れをとるための筋肉疲労のための処方箋です。

ところが、こうした処方箋が、通用しなくなったのが現代の疲れです。現代の疲れは、筋肉の疲れだけではないからです。特に目がかすんだり、眠気がおそってきたりと症状が表れます。目、耳、脳の情報処理の負担が過度になっておこる症状です。筋肉疲労の休みは、静かにしていれば回復します。神経の疲れ、こころの疲れはじっとしていることがいいとは限りません。むしろ積極的に体を動かすことが休むことにつながるということもあります。休日には自然の中に出かけていくのもよいでしょう。遊びに没頭したり、気のおけない友人たちとおしゃべりすることがストレス解消につながることもあります。

一日30分の自分だけの時間をみつけましょう。無為、無目的な時間をもつことは実はとてもぜいたくなことです。そのぜいたくさが、私達の心をいやしてくれます。

看護課 森田 雅子



絵てがみの部

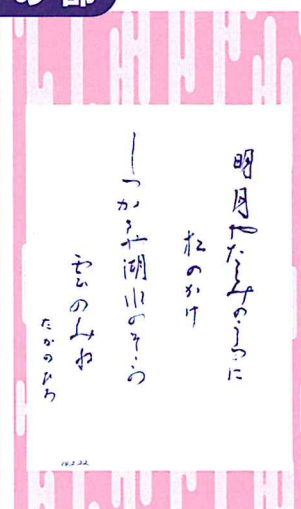


～趣味活動～

作品紹介



書道の部



編集後記

せっかちな春の訪れに、桜をはじめ木々達もさぞびっくりしていることでしょう。

私は春の若木の芽が大好きです。何故かと言うと、この時期の芽はみんな大きさが同じで、心が揃っているからです。「さあ、スタートよ」という春風の合図で競争がはじまります。

“ひだまり”の編集に携わって七回目の春を迎えました。新しい委員の方と心揃えて頑張りたいと思います。

山崎 宣子

特別養護老人ホーム
マザアス東久留米

Tel 77-7261
Fax 77-7500

デイサービスセンター
マザアス氷川台

Tel 77-7263
Fax 77-7500

ヘルパーステーション
マザアス氷川台

Tel 77-7260
Fax 77-7500

老人デイサービスセンター
マザアス大門

Tel 70-0065
Fax 70-8024

訪問看護ステーション
マザアス氷川台

Tel/Fax
70-1740

東久留米市東部
在宅介護支援センター

Tel/Fax
73-9996

グループホーム
たきやま

Tel/Fax
77-1525

グループホーム
ひかわだい

Tel/Fax
77-2150