

広げよう福祉の輪！

# 三徳だより

第80号 2014年(平成26年)春 一季刊一

発行：社会福祉法人 三徳会  
<http://www.santokukai.com>



荏原在宅サービスセンター  
ご利用者共同作品

特別養護老人ホーム 成幸ホーム・在宅サービスセンター・在宅介護支援センター・ショートステイ  
〒142-0053 品川区中延1-8-7 TEL.(代)03-3787-3616 FAX. 03-3783-6580 [santoku-seikou@ap.wakwak.com](mailto:santoku-seikou@ap.wakwak.com)

品川区立戸越台特別養護老人ホーム・在宅サービスセンター・在宅介護支援センター・ショートステイ  
〒142-0041 品川区戸越1-15-23 TEL.(代)03-5750-1054 FAX. 03-5750-1055 [santokukai.togoshi-h@proof.ocn.ne.jp](mailto:santokukai.togoshi-h@proof.ocn.ne.jp)  
戸越台第二在宅介護支援センター <http://www.togoshiginza.net/togoshi/machi/topics/topics.cgi>  
〒142-0041 品川区西品川1-28-3 TEL.(代)03-5750-7707 FAX. 03-5750-7709

品川区立荏原特別養護老人ホーム・在宅サービスセンター・在宅介護支援センター・ショートステイ  
〒142-0063 品川区荏原2-9-6 TEL.(代)03-5750-2941 FAX. 03-5750-3695 [santokukai@aw.wakwak.com](mailto:santokukai@aw.wakwak.com)  
小山台在宅介護支援センター  
〒142-0061 品川区小山台1-4-1 TEL.(代)03-5794-8511 FAX. 03-5794-8512

品川区立小山在宅サービスセンター「小山の家」  
〒142-0062 品川区小山7-14-18 TEL.(代)03-5749-7251 FAX. 03-5749-7252  
小山在宅介護支援センター TEL.(代)03-5749-7288 FAX. 03-5498-0646

このたび私は地域を代表して、三徳会の評議委員を拝命いたしました。

私と地域との関わりはと言うと65年以上もこの荏原平塚の地を離れたことがなく、京陽小、荏原二中、小山台高校と地元で学び育ち、四十有余年の会社生活の後に地元町会に迎えられたのであります。この間、荏原地域の移り変わりを時々刻々と見てまいりました。

三徳会で思い出されるのは、戦後から三十数年前の内野病院は我が家のかかりつけのお医者さんでした。ある日、内野病院の崩治いに大きな告知板が出されたのであります。当然、気になり立ち読みしたものの、病院をたむむといのか、替わりに何が出来るというのかがその時点では正直言つてよく理解出来ませんでした。また、高齢化社会とか福祉施設などと言葉は一般住民には聞きなれなかった時代です。近隣住民は当時郊外で見かけた老人ホームみたいなのが出来るらしいよという風評でこの町のだ真中になんでこんな施設をと施設建設に一部の反対もあつたはずです。

しかし、内野病院のそれまでの地域住民に密着した医療奉仕から、告知板内容の理解を得るのに余り時間はかからなかったように記憶しています。

三十数年前のあの当時、今日の社会福祉法人三徳会の今の姿を誰が想像できたでしょうか。内野理事長の先見の明、ここにありといえましよう。地元から見た三徳会成幸ホーム誕生の一幕に触れさせていただきました。

さて、荏原ホームは私共の平塚三丁目町会に位置していますため、年間を通じ色々な面で交流を持つてきました。8月の納涼荏原まつりでは町内の子供太鼓に合わせて高齢者相生クラブが会場に輪になり盆踊りでまつりを盛り上げています。9月の秋祭りでは大神輿の慰問渡御を行い、はなみづき広場で神輿を降ろし休憩し、その間に広場に集まって来られた入居者の方々にじかに神輿に触れていただき、なかには若かりし頃を思い出してか感涙される方もおられ、いつしか来年も元気にお会いしましょうが別れの言葉になりました。11月には火災予防運動に合わせて荏原複合施設の自衛消防訓練があり災害時の支援協定町会として我が町会も救出救護等の訓練に参加しています。また、町内に

## 荏原地域の 移り変わりを見ながら



荏原第三連合町会長

國分 幹郎

は色々なボランティア活動に参加し、ふれ合いを大切にしておられる方も大勢おられます。私個人としても趣味を生かしボランティア的に毎年秋に成幸ホームの玄関ホールに菊の花三本立て大輪を展示させていただいた時期がありました。成幸ホームの改修工事前までの8年間続けました。

また、私の母も短い期間ではありましたが、成幸ホームに入居させていただきました。入居申し込みから2年半くらい経つてから、地元の成幸ホームに入居できて、これから行き届いた介護を受けられると喜んでおりましたのも束の間、半年くらいで帰らぬ人になってしまいました。でもその間、献身的な介護に接し介護の有難さを身をもって痛感いたしました。

近時の高齢化福祉社会を考えると、社会福祉法人三徳会に対する期待は益々大であります。幸いにして品川区ではさらなる福祉社会を目指し荏原消防署の前の平塚橋会館跡地に複合施設として新しい型の個室ユニット型特養ホーム百床が計画され平成28年春完成目標で現在建設が進められています。この新しい施設を含めると荏原地区には成幸ホーム、戸越台ホーム、荏原ホームと4つの地域社会密着型の施設が運営されることになり、しかも施設の大きさは都内有数であります。

福祉先進を歩む品川区において最高に恵まれた荏原地区を代表して微力ではありますが最善を尽くしてまいりたいと思います。

## 第24回 生と死を見つめる懇談会

## 「延命治療と緩和ケア

## ～がんと認知症の終末期を考える～

ひろし

講師 鈴木 央先生（鈴木内科医院副院長）

平成26年2月15日（土）荏原文化センター



今回は、大田区山王で在宅緩和ケアを実践しておられる鈴木央先生にお話を伺いました。医院は普通の診療所でありますが、外来診療の間に在宅医療を行い、今まで200名以上の患者さんを自宅で看取られています。

### 〈病气や不自由を抱えても〉

もし現代の医学でも治らない病气や生活に不自由なところを抱えても、生活しやすいようにさまざまな支援を受けることは可能です。介護保険や在宅医療について知ることが大切です。人の迷惑にはなりたくないと思っても、高齢になると徐々に虚弱になり、避けては通れない問題です。

### 〈介護保険〉

介護保険では、ヘルパーやデイサービス、ベッド等のレンタル、訪問看護、施設等利用できる。まずは近所の在宅介護支援センター等に相談するとよいでしょう。

### 〈在宅医療〉

病院の医療は治すための「戦う医療」です。入院し、不自由な生活も我慢し、医学的な証拠が重要視され、治れば満足、治らなければ「敗北」ということになります。

これに対して、在宅医療は「生活を支える医療」です。痛みや困ったことをできる範囲で解決し、最期まで生活を支えます。人生をどう生きてきたか、その「物語」が重要視され、また、医師・看護師だけでなく、介護や医療のさまざまな職種が在宅ケアチームを作って患者・家族を支えます。延命処置は最小限にし、苦痛を緩和することは病院と同等かそれ以上にできます。

### 〈緩和ケアとは〉

6割のがんは治る時代になり、治療効果も副作用も改善し、通院での治療も増えています。しかし、がんの約6割は痛みを伴ったため、緩和ケアが必要で、9割の方の痛みがコントロール可能です。緩和ケアは終末期ではありません。

「よく生きる」ことを支援します。対象疾患はがんに限りません。また、患者だけでなく家族のケアも対象になります。そして、痛みを全人的にとらえ、身体的な痛みのみならず、精神的、社会的、そして、スピリチュアルな痛みをも扱います。

### 〈スピリチュアルケアとは〉

スピリチュアルな痛みとは、人生の意味を見失ったときや自分の存在が脅かされたときに生じる痛みです。これからの時間、人生の目標、そして、これまでの人生の意味をも見失っている患者さんには、人生を肯定的に振り返ることや、現状を肯定してもらった働きかけをします。例えば、「病気に苦しんでいることは幸福とは言えないかもしれない。しかし、家庭で家族から温かく世話を受けているあなたを見ると、あなたは『少なくとも不幸ではない』と私には思える」と伝えます。家族や社会との関係も消失してしまい、自分は意味のない存在だと思っている方には、その関係が保たれるような支援を行います。自分の世話もできない自分は無価値だと思つた人は、自分のことを選択できるよう支援します。

### 〈もし、治りにくいがんと言われたら〉

まずは標準的な治療を受け、効果がなければ次に効果のある治療を受け、それでも効果がない場合は治療そのものを見直します。時間やお金を別の方向に振り分けることもひとつの方法です。亡くなる数か月前に急速に病状が進むため、動ける時間は限られ、人生で大切なことを行うのです。また、そのためにも早めに緩和ケアの導入が必要です。

### 〈認知症〉

認知症にはなりたくない、家族がなったらどう関わればいいのか等と不安な声を聞きます。認知症は脳や身体の疾患を原因として、記憶・判断力などの障害がおこり、普通

の社会生活が送れなくなった状態です。家族が認知症になった場合、物忘れを是正しようとせず、物忘れをする人として対策を考え、また、可能な限り認知症の方の世界を理解しようとするのが大切です。何よりも、地域全体で認知症の人を支え、みんなで助け合う社会をもう一度作ることが最大の認知症対策だと考えます。

### 〈家族の支援〉

慣れない介護、自分のつらさを本人に悟られないようにする負担、最期は本人を苦しませるのではないかと不安等があるので、家族への支援も非常に重要です。

### 〈自分の最期は自分で決める〉

延命治療をするか、どこでどのような治療を行うのか、意識があり判断できれば自分で決められますが、そうでないと家族が決めることとなります。しかし、それは大変重い選択を任せることとなります。そこで、「治療への意思表示力」等に自分で決められる内に最期の医療について記しておく、家族やかかりつけ医に伝えることができます。

### 〈在宅で迎える最期〉

在宅では、自分なりの生活を送れます。痛みや症状が軽くなることもあります。自分の存在意義や病気の意味に気付く、死が「敗北」ではなく、「満足感」や「納得感」を持った到達点になります。「少なくとも不幸ではない」と言えます。そのためには、患者さんや家族は、病气や障害、生活を支援する仕組みを知ることが大切です。助け合う地域を作ること、もひとつです。そして、「できることをできるだけ」患者さん・家族、スタッフがそれぞれ行います。

患者さんを看取る時、「ご臨終です」とは言いません。「お疲れ様でした。よくがんばりました」とお声をかけています。  
(鈴木央先生の講演をもとに構成しました)

# 特別養護老人ホームでの生活についてよくある Q & A

## Q 施設を選ぶポイントは？

A 施設の規模や立地条件によって、雰囲気異なります。申し込みをする前に見学をして、確認しておくといでしょう。見学は事前に予約をお願いします。



朝の体操

## Q 部屋は選べますか？

A 施設によって個室、多床室があります（個室がない施設もありますので、申し込み時に確認が必要です）。基本的には空いたお部屋へお入りいただきますが、ご希望を伺い、入所後に空くまでお待ちいただくこともできます。また、入所後にご本人のお身体の状態変化等によって、お部屋を変更していただく場合もあります。

## Q 衣類の洗濯は？

A 施設で行っていますが、一度に大量の衣類を大型洗濯機や大型ガス乾燥機で洗濯するので、素材によってはお受けできない物もあります。

## Q 外出、外泊はできますか？

A 体調がよければ外出、外泊は可能です。食事、入浴、薬の準備や調整等がありますので、日時が分かりしだいご相談ください。

## Q 面会時間は決まっていますか？

A 施設によって時間は異なりますので事前にご確認ください。感染症予防のために、面会に来られた際は手洗い、うがいをお願いします。体調がすぐれない方の面会はお断りさせていただきます。

## Q 入浴の回数は？

A 概ね週2回です。その方のお身体の状態によって、一般浴と機械浴（座位で入れる浴槽、寝たまま入れる浴槽）があります。

## Q 入所後に家族ができることは？

A 各施設では年に2回程度、家族懇談会を行い、ご意見等を伺います。入所後もご家族の協力を得ながら、ご希望に沿って介護してまいります。また、面会時に床頭台の整理整頓や衣替え、衣類の確認（補充等）をご協力いただいております。受診の付き添いをお願いすることもあります。面会時間内であれば、食事介助に来られるご家族もいらっしゃいます。



洗濯物の仕分け風景

## Q 具合が悪くなった時、ケガをした時は？

A 定期的な往診（内科、整形外科、精神科、歯科、眼科）と、協力病院への受診があります。詳しくは各施設にお問い合わせください。

# 特別養護老人ホームに入るにはどのようにすればよいでしょう？

特別養護老人ホームは、自宅では介護が困難な方が日常生活に必要な介護を受けられる施設です。申し込みができる方は、介護保険の要介護度が1以上（平成26年4月現在）の方です。以下に、申し込みから入所までの流れをご説明します。（品川区の場合です）



地域のお神輿の訪問

## 特養ホーム入所申し込み

申 込 先：品川区役所高齢者福祉課またはお近くの在宅介護支援センター  
申し込み締切：年2回（8月末と2月末の半年ごと。入所が決まるまで、そのつど半年ごとの再申し込みが必要です）  
希 望 施 設：区内施設から3施設まで選べます。（平成26年4月現在合計8施設）同時に、品川区が契約している区外の施設を選ぶこともできます。  
☆申し込みに当たっては、希望する施設の見学をお勧めしています。  
☆ご親族間でもよくご相談の上で申し込まれるようお願いしています。  
☆希望する施設のショートステイやデイサービス等を利用して、施設に慣れておくといでしょう。

## 特養あるあるご質問

三徳会では、区民の皆さまが施設について理解していただき、そして、必要な方ができるだけスムーズにご入所できますようにと、定期的に特別養護老人ホーム入所説明会・見学会を開催しております。今回はその中で参加者からいただく代表的な質問と回答を紹介します。

## 品川区特別養護老人ホーム入所調整会議

必要度の高い人から入所できるように、要介護度・年齢・在宅介護の期間・介護者の状況（年齢・健康状態等）から優先順位を品川区で審査して、待機者名簿を作成します。（年2回3月と9月）  
☆名簿の上位になる方の大半は要介護度が4または5、年齢は90歳以上です。

## 品川区から各施設へ待機者名簿等の情報提供

## 各施設で入所の調整

希望している施設に空きが生じると、待機者名簿の優先順に特養ホームの相談員から連絡が入ります。  
☆医療施設ではないため、入院加療が必要な方は対象になりません。また、胃ろう・経鼻栄養、インシュリン注射等の方は、各施設での受け入れ態勢があるため、入所優先度が高くても入所が難しいことがあります。また、特養ホームが共同生活の場であることから、暴力行為等のある方も難しい場合があります。  
☆入所を待っている方が大勢いらっしゃるので、連絡がありましたら、できるだけ速やかに入所されるようお願いしています。

戸越台ホーム



「春を運んでくれました」

戸越台中学校生徒さんによる箏の演奏会が、ホーム9階の食堂で行われました。今回は8年生13名による演奏会でした。曲目は、「さくらさくら」で始まり、かぞえ唄、お江戸日本橋などご利用者の皆さまには馴染みのある曲ばかりでした。ご利用者からは、「なつかしいわ、昔よく歌っていたのよ」「今どきの子どもたちも箏を弾くなんてすばらしいわ、これからも聞かせてほしいわね」と、この日に合わせて一生懸命練習した成果を披露してくれた生徒さんに惜しみない拍手を送っていました。

アンコールに「さくらさくら」をもう一度みんな演奏に合わせて歌いました。一足早く春の訪れを感じたひと時でした。

成幸ホーム



「玄関も衣替えしました」

本格的な春到来で、新緑が美しい季節となりました。この時期、ホームの皆さまはお花見や散歩を楽しまれ春を満喫されています。

そんなある日、玄関の花壇に花を植えました。ミニバラ、デイジー、ベルフラワーなど多種の花がよりきれいに見えるようにと、並べ方を考えることも楽しみです。ご利用者が「きれいな」と手に取る花を「どこに植えましょうか?」「今が満開、真ん中に!」などあれこれ話しながら、7つの花壇が彩られて完成です。また、ホームでは4階のベランダでも植物を育てています。こちらの方では「夏に向けてゴーヤに挑戦!」と意気込み新たに張り切っています。たくさん実りますように。



小山の家



「刺激的! 合同作品展」

3月半ば、品川区役所で行われているデイサービス合同作品展へ行ってきました。どのデイサービスからも工夫を凝らした作品が多数展示されており、「まあ綺麗ね」などの声が聞かれました。中でも、布で出来たデイベアをご覧になったご利用者は「これ作ってみたいわ」と刺激を受けられ、さらなる意欲が湧いた様子でした。

逆に小山の家から出展した雛人形のタペストリーをご覧になった来場者の方からは、「よくこさえてあるね〜!」とうれしいお言葉をいただきました。

このように、合同作品展への参加・見学は、刺激を受けたり、与えたりする機会になりました。また小山の家で新たな作品が生まれそうです。次回の作品展にご期待ください!

荏原ホーム



「春の散歩」

荏原在宅サービスセンター

今年の「春の散歩」は、都内屈指の由緒ある日本庭園として、荘厳で奥深い佇まいを見せる「八芳園」に出かけました。庭園の河津桜を愛でながら、結婚式場ということもあり、運のいい方は花嫁さんの姿をご覧になることができました。

館内では昼食後のティータイムにふさわしく、ゆったりとした時間の中、皆様、思い思いにケーキやパイ、コーヒー、紅茶等を注文されて午後ひとときを楽しまれました。



## 荏原ホーム ボランティア

飯泉 信子様



「これは布を縦につけようか、横につけようか」。

職員が使い道を説明すると「そうか、わかった」と慣れた

手つきで縫っていきます。この「使い道を確認する」のが、飯泉さんのこだわりのポイント。ただ単純に縫いつけや繕いものをするのではなく、そのもの特性を考えながら作業を進めていくのです。例えば靴下。物によって名札ラベルの縫い付け方を変えているそう。ゴムの伸びを邪魔しないように、ラベルがひっぱられないようにというのがポイントとのこと。



こだわりのポイントは他にもいろいろあります。

- ・ 雑巾縫いにミシンは使わない、使い勝手を考えると木綿糸で手縫いが一番。
- ・ 必ず何かに利用できるはず、無理難題でもどついたら使えるかを考える。

そんな飯泉さんのボランティアをはじめ、そんなきっかけは「恩返し」。ご主人が三徳会のケアマネージャーにお世話になつているので、何か自分に手伝えることはないかと窓口へ

飛び込みでいらつしやいました。お話を伺うなかで裁縫が得意ということがわかり、荏原ホームの縫物ボランティアとしての活動が始まりました。なんでも新宿の文化服装学院の出身、二十歳の頃から呉服屋で仕立てをしていたという経歴の持ち主。その腕のよさ、器量のよさを聞きつけてか、ご利用者が繕いものを直接お願いしていくことも。「すぐやってほしい、ここで待っているからって頼まれるんだよ」と微笑ましいエピソードも聞かせてくださいました。

『誰だって、本当にいいことをしたら、いちばん幸せなんだねえ』

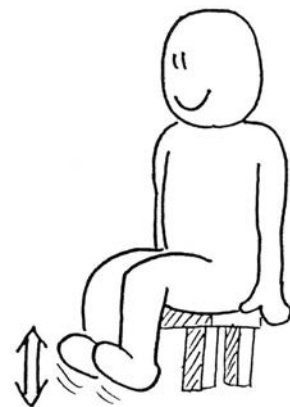
飯泉さんの好きな言葉だそうです。皆が喜んでくれることが嬉しい。そう飯泉さんは話されます。今日も飯泉さんのまわりには笑顔があふれていました。



### ○かかとの上げ下げ

### ○つま先の上げ下げ

今回で紹介するのは、椅子に座ったまま、安全に行なえる、かかととつま先の運動です。



この運動により、「第2の心臓」と言われる、ふくらはぎが良く動き、全身の血流が良くなりむくみの改善にもなります。転倒の予防にもなります。

継続して行つと、より効果が現れます。朝、昼、晩、各10回ずつ、3回行つのが望ましいです。



\*膝や腰に痛みのある方及び持病をお持ちの方は医師にご相談の上行って下さい。

## フレッシュユ！フレッシュユ！

### 新年度が始まりました

桜が咲き誇る4月1日、今年も三徳会に新しい職員が入りました。期待と不安が入り混じる中、内野理事長からひとり一人辞令と温かい言葉を受け取り、新たなスタートを切りました。

辞令伝達式の後には、新人職員研修会が二日に分けて行われ、実務に必要な基礎知識と心構えを学びました。そして、それぞれ

の配属先に分かれ、現場で指導を受けながら一人立ちを目指しているところです。

合わせて、今年度も施設間・部署間で人事異動が行われました。多くのベテラン職員が新しい職場で新しい仕事に向き合っているところですよ。

フレッシュユな顔を見かけられましたら、どうぞ温かくお声をおかけください。

また、来年度採用に向けた就職説明会を5月から8月まで毎月行う予定です。明日の介護を担う職員をお待ちしております。

## 私の宝物



「私の宝物は何かしら？」と考えると何も無いような気がするが・・・、身近に一人いました。

ちようど私が74歳の時に生まれた男の孫でした。

私の周りをチヨロチヨロしていました。全ての言動が可愛く、舐めてしまいたいほどでした。誰が教えたわけでもないのに、とても優しく、私が少しでも物音を立てると、すぐに飛んで来て「どうしたの？大丈夫！」と心配してくれたのです。こんな時は、本当に愛おしくなりました。

ある時、母親である娘と私が大喧嘩をし

## 荏原在宅サービスセンター

### 後藤 復子 様

ました。取っ組み合いになりそうな状態でしたが、孫が飛んで来て、泣きながら必死に私をかばってくれました。二、三度こんなことがありましたが、いつも私をかばってくれる孫に感謝の気持ちでいっぱいです。

中学2年生になった今も優しい言葉をかけてくれます。「お母さん（おばあちゃん）のご飯が一番美味しいよ」と褒めてくれるのです。周りでは反抗期の時期ですが、あまり激しくないようで、何を言われても何をされてもたまらなく、可愛い存在です。最近、国語や社会のわからないことを聞いてくるので、私もうかうかしてられない状況で、辞書を出して勉強の日々です。私の宝物は、年々大きくなる我が家の大黒柱です。

## ひとりごと

—職員リレーエッセイ—



## 荏原ホーム 生活サービス室

### 田中 淳

私がこの荏原ホームに入社してから早くも1年が経ちました。光陰矢のごとしの通り、本当にあつという間に1日1日が過ぎていきました。そして、その1日1日がとても充実したものでした。

この1年の中でさまざまなことがありましたが、もっとも大きかったことは一人暮らしを始めた、ということでした。暮らしていた実家を建て直すことになり、その間の仮住まいがホームから遠くなってしまったため一人暮らしをすることを決めました。しかし、恥ずかしながらこれまで料理や洗濯などの家事のほとんどを両親に頼っていた私にとって、仕事をしながら家事もするというのはとても大変なことでした。一人暮らしを始めて半年が経ち、ようやく家事も何とかこなせるようになりましたが、それまでにいくつも失敗をして、それまで自分がどれほど両親に支えられていたかを改めて思い知りました。

新年度になり、新しい職員やご利用者など、多くの出会いがこれからも待っていると思います。そして、私も誰かを支えることができるようなケアワーカーになれるよう、これからも精進していきたいと思えます。