

広げよう福祉の輪！

# 三徳だより

第84号 2015年(平成27年) 春 一季刊—  
発行：社会福祉法人三徳会



三徳会は、品川区とのパートナーシップのもと特別養護老人ホームを運営しています

平成28年5月平塚橋特養ホーム開設につき、  
正職員・パート・アルバイト大募集!!

▶詳しくは本誌をご覧ください



成幸ホーム  
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

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  
杜松在宅介護支援センター <http://www.togoshiginza.net/togoshi/machi/topics/topics.cgi>  
〒142-0042 品川区豊町4-24-15 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  
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

## お口の健康と全身の健康

我が国は世界でもトップレベルの長寿国となりましたが、平均寿命と健康寿命の間には男性で約9年、女性で約12年の差があります。健康寿命を伸ばしてこの差を少しでも小さくすることが、これからの課題であると考えられています。そして歯科医療がこれに貢献できると私たちは考えています。

お口の健康が全身の健康と密接に関係していることが医学的に明らかになっています。これまでも経験的に、歯が丈夫な人は健康で長生きすると言われていましたが、これが医学的なデータによって証明されています。これには二つの要因があると考えられています。

一つは歯周病が糖尿病、心筋梗塞、誤嚥性肺炎などと密接に関係しており、歯周病を治療することによって、これらの疾患も改善することが期待できるということ。もう一つは丈夫な歯でよく噛むことによって、栄養状態が良くなるだけでなく、体幹のバランスが良くなる、脳への血流量が増えるなど全身へ良い影響が現れることです。

なかでも歯周病と糖尿病に密接な関係があることが最近の研究で明らかになっています。

糖尿病は合併症によって全身に様々な症状が現れることによってQOLが低下する疾患です。糖尿病性神経障害、糖尿病性網膜症、糖尿病性腎症が三大合併症といわれていますが、歯周病は第6の合併症と考えられています。糖尿病の治療に際して、歯周病の治療を同時に進めることによって血中TNF- $\alpha$ 濃度が減少し

HbA1c値も改善されるというデータが出ています。

## 「多歯」時代

「8020運動」をご存じでしょうか？きちんと噛める歯が20本あれば、ほとんどの食品を不自由なく食べられます。そこで日本歯科医師会と厚生労働省が「80歳になっても20本以上の歯を保つこと」を目標にして、平成元年から推進してきた運動です。開始してから30年近くが経過して広く国民にも浸透し、平成26年度には8020達成者は全国平均で38%に達しています。この運動が始まった頃には7%だったことを考えると国民の歯の健康に関する意識の変化に驚くばかりです。品川区でも毎年「8020・9016達成者顕彰式」を開催し、200名以上の区民が顕彰されています。多数の歯が

## 「多歯」「多死」時代の 歯科医療



公益社団法人  
東京都荏原歯科医師会

米田 豊

有ることはもちろん喜ばしいことですが、これらの方々が要介護状態になった場合には口腔ケアに困難が伴う場合が少なくありません。介護職の皆さんと私たちが協力して、利用者の皆さんの口から食べる喜びを維持すると同時に、お口と全身の健康を守っていかねければならないと考えています。

## 「多死」時代

昨年1年間に約130万人の方が亡くなりました。30年前には約70万人でしたから2倍近くの方が亡くなっていることになり、今後しばらくは増加傾向が続くと考えられています。

あるホスピスの先生の話です。そこに入所していた女性が先生に「自分はあと3日ぐらいの命ですが、義歯の調子が良くないので治して欲しい」と訴えたそうです。先生は「余命3日なのに義歯の修理が必要なのだろうか？」と思っただものの歯科医師に往診を依頼して義歯を修理してもらったそうです。その女性は「これで後はお迎えを待つだけです」と言われ、修理した義歯で最後まで食事をされ、2日後に亡くなったそうです。

歯科医療は患者さんの生活を支える医療です。人間にとつて「食べる」ということは単に栄養を摂るだけでなく、味わい、会話を楽しむことも大切な目的です。そしてこの目的を支えるための歯科医療は最後の瞬間まで必要とされています。私たち歯科医師もターミナルケア、看取りに関わっていかねばならない時代になりました。様々なノウハウをお持ちの介護職の皆さんと協働していきたいと考えています。



## 「人生における生と死の意味 ～人間の苦悩と幸・不幸～」

講師 秋山 智久 先生 (東京福祉大学 社会福祉学部教授・社会福祉学博士)  
平成27年2月28日(土) スクエア荏原

人間は苦悩を持ちながら生きていく。それをどのように考え、「生きること」の意味を見いだすか。そもそも苦悩とは何であろうか。その人の運命か、宿命か、個人の責任か、社会が悪いのか。参加者一人ひとりが生と死をみつめ、よりよく生きることを深く考えた懇談会でした。

### 人間の苦悩とは

心身的な苦悩を持つ人に対して、人はどんな気持ちを抱くでしょうか。病気になる人は運が悪いと所詮「他人(ひとごと)」で、自分は痛みを感じてないという無関心さがあります。苦悩を持つ人に対して、人は自分でなくてよかったという安堵感、密かな差別感や優越感を持つのではないのでしょうか。古代ローマの哲学者セネカは「誰にも起こりうるのだ、誰かに起こりうる出来ごと」と著書『人生の短さについて』で述べています。人生のなかで自分だけは病気や交通事故に遭わないというのは傲慢なのです。

作家、吉田紘二郎は「不幸な人間は一生不幸にうまれているに違いない」と著作『人間苦』のなかで言っています。そこに人間苦のどうしようもない不条理があります。仏教における苦悩はどのようにか。釈尊は四つの門から出たとき、四苦「生、老、病、死」を見ました。これを「四門出遊」といいます。聖書では「ヘレトの言葉」の著者が「すでに死んだ人を幸いと云おう。一番幸せなのは生まれないこと、次は早く死ぬこと。今生きていることが一番苦しい」という言葉を残しました。また、「ヨブ記」でのヨブの苦悩は財産や子ども、自分の健康を失ったことですが「主は与え、主は奪う」と耐えました。

問題なのは社会的要因による苦悩です。戦争やテロ、ユダヤ人虐殺など非人間性による残酷さを普通の、しかも理性的な人間が犯してしまうのです。これは社会苦であります。人はそこに「内なる差別」、「我が内なるヒッ

トラ」があることを気づかないのです。

### 幸せを考える

福祉という言葉が最初に出てきたのは、漢時代の『易林』です。「福祉とは極みなき齢を全うし、喜びに預かること」との記述があります。ドイツの哲学者シヨウペンハウアーは幸福を「好きなように生きられること」という言葉で表しました。しかし「そのような人はいない、この世に完全な幸福はない」と全てに満たされたロシア・ロマノフ王朝の皇帝、エカテリーナ二世は言っています。

現代社会の現象というのは、まさに「生きる意味」が見つからないということです。自殺、薬物、アルコール依存、犯罪、差別、人間軽視…。おもしろくない現実の背景は社会のしくみから出てきた「構造的暴力」が原因です。ベトナム戦争で枯れ葉剤がまかれ、奇形児が生まれた、社会の構造的暴力とはこのようなことなのです。

### 生きるということ

人間は生きてきたように老いていきます。自堕落に生きてきたか、自分を律していたかで、老いの人生は違ってくるのです。若いとき私は、人生とは「生命の燃焼」と思っていました。最近「限られた時間を何かに代えること」、それが人生だと思っています。

そして、どんな人も必ず迎えるのが「死」です。中島義道は著書で「人生に生きる価値はない。どうせすぐに死ぬのだから」と述べ、それに対してチエーホフは「すぐに死ぬと考えることは、階段の下から最上段に一気に踊り上がるようなもの、最後の日は一足飛びに来ない」と論じています。そして、人生は選択の連続であり、一段一段積み重ねる人生で岐路に立ったときに選択の基準は「それは人生において意味があるか、ないか」ということでもあります。ナチスによって強制収容所に送ら

れたヴィクトール・フランクルは「その人自身がいかなる人間であるかが、人生の側から問われている。しかし、その意味は人によって異なる」と述べています。つまり、私たちが人生とは何かを問うのではなく、人生が私たちに問うているということです。それは、何かについて誰かについて、何らかの課題をいつも与えられ、それを果たすことです。

### 人生を「イエス」と肯定する

「咳をしても一人」俳人尾崎放哉は詠みました。また、俵万智は『寒いね』と話しかければ『寒いね』と答える人のいるあたたかさと詠います。いろいろなものに頼ろうとしても、結局人は人によって癒やされるのです。苦しみ悩むから福祉が必要なのです。福祉の語源は「幸福」ですが、社会福祉が追求するのは「不幸」です。「辛い」という字にどんな一本を加えたら「幸」になるのでしょうか。私たちの働きかけでしょうか、それとも優しい言葉でしょうか。

神谷美恵子は著書『人間をみつめて』に長島愛生園で、らい病の人とのふれあいから、「なぜ私たちがでなくあなたか? あなたは私と代わってくださったのだ」と記しています。先述したセネカの「誰にも起こりうるのだ、誰かに起こりうる出来ごと」という言葉は自分にも起こる現実で、他人ごとではないと気づかされます。私は人生に最も必要なものは「明るい意欲」だと思っています。苦悩すること、人生の意味が解り、人生を肯定することに向かいます。何かへの、誰かへの出会いと感謝をもつて。

最後にフランクルが伝えた言葉より。明日、ガス室に行くかも知れないという絶望のなか、ブーゲンフェルト強制収容所の囚人が唱います。

「それでも人生にイエスと言おう」と。

(秋山智久先生の講演をもとに構成しました)



南西側より見た完成予想図

# 平成28年5月、三徳会が運営する4つめの特養ホームとして 品川区立平塚橋特別養護老人ホーム(仮称)が開設します

## 多世代が交流できるシルバーセンターを併設した全室個室、ユニット型の施設です



荏原消防署方面から臨む

現在、品川区で10か所目の施設「平塚橋特養ホーム」の建設が来年5月の開設に向けて、着々と進んでいます。施設は平塚橋交差点の近くの荏原消防署の前に位置し、東急池上線の戸越銀座・荏原中延、都営地下鉄浅草線の戸越駅から徒歩10分圏内というアクセスのよさです。

この社会福祉法人三徳会が受託運営する平塚橋特養ホームは「全室個室・ユニット型」で、併設する多世代が交流できるシルバーセンターと共に、荏原地区の福祉の拠点として注目され、早くも期待の声をいただいています。

今回は待ち遠しいオープンに先駆け、平塚橋特養ホームを紹介します。

### 平塚橋特養ホームのコンセプト

『さまざまな世代の方々の笑顔があふれ、ここから、つながり・交流が生まれる。少人数・家庭的な雰囲気、お一人おひとりの思いを暮らしに映します』

特養ホームのご利用者も同じ地域の一員として、それぞれが思い描く生活を送っていたような施設です。充実したシルバーセンターの機能を生かしながら、幅広い世代が集い地域のネットワークも広がります。

### 特養ホームは環境を重視したくつろぎの個室です

#### 平塚橋特養ホームQ&A

**Q ユニット型とはどのような施設ですか**

**A** 10人程度のユニット(単位)でケアの体制をつくり、自分の住まいと思えるような環境で、今までの暮らしが継続できることを目的とした施設です。入居者の個性や生活のリズムを尊重した生活をサポートします。例えば食事の盛りつけや調理の一部をユニットで行う施設もあり、家庭的な雰囲気も大切にしています。

**Q ユニットケアの特長は何ですか**

**A** 個別ケアの実践と入居者のペースに合わせたケアを行います。起床、就寝、食事時間など可能な限り希望に添い、入浴はマンツーマン対応を基本としています。個別ケアは日常の生活や希望を記録に残し、その方に合わせた計画を立てて、支援していきます。また、職員の配置は従来型の特養に準じていますが、各ユニットにユニットリーダーの配置が義務づけられています。

**Q 入居の条件はありますか**

**A** 既存の特養と同様で、品川区にお住まいの原則として、要介護度3以上の方が対象となります。申し込みについては、区役所の高齢者福祉課か、お近くの在宅介護支援センターにお問い合わせ下さい。入居開始は平成28年5月からになります。

特養ホームは建物の2〜5階に位置し、1ユニット10人の10ユニットからなり、定員は100人です。他に1ユニット12人のショートステイが併設しています。個室ならでは落ち着ける空間と、プライバシーに配慮された環境は面会のご家族もくつろいでいただける「我が家」の雰囲気です。小人数のユニットの中で、家庭的でお一人おひとりにあった個別ケアを行います。

### 言語聴覚士(ST)による相談と訓練が受けられます

失語症、構音障害などコミュニケーションの問題がある高齢者の相談と訓練が受けられます。嚥下機能の評価を行い、誤嚥性肺炎の予防活動、また、障害のあるお子さんに対してもアプローチし、多世代が利用できる施設として、地域の子育て支援も担います。

### 多世代の交流が生まれる地域コミュニティの場です

1階のシルバーセンターは、さまざまな人々が集い、普段着のふれあいができる場です。コミュニティ室、調理室、レクリエーション室、健康増進室などを完備し、子育て世代を含む地域住民が、気軽に集える環境づくりを行います。また、ボランティアの情報交換や活動をサポートする機能も整備します。

**Q 費用について教えてください**

**A** 要介護度による利用料(自己負担1割分)は多床室の従来型特養と大きな差はありませんが、居住費が高く設定されています。食事代を含んだ利用料金は、自己負担1割の方で概ね月額14万円程度になる見込みです。これに日用品などの介護保険外の費用がかかります。また、所得等により減額制度がありますので、該当する方は費用負担が軽減されます。

### 施設概要

- 所在地 東京都品川区西中延1-2-8 荏原中延、戸越、戸越銀座駅
- 建物用途 特別養護老人ホーム、シルバーセンター、区営住宅
- 建築規模 鉄骨造 地上9階建て
- 特養部門 入居者100人、併設ショートステイ12人
- 特養設備 共同生活室、機械浴室、個浴、ボランティア室、会議室、バルコニー、光庭(中庭) 他

最新情報はホームページ  
または平塚橋開設準備室へ  
<http://www.sanntokukai.com>  
TEL 03(5750)3632



平成27年5月現在の建設地

戸越台ホーム



「中学生も認知症サポーター」

3月10日、中学校卒業を目前にした戸越台中学校9年生を対象とした「認知症サポーター養成講座」を開催しました。

DVDを観賞した後、寸劇を交えて中学生にわかりやすく認知症について説明し、認知症の方への接し方について一緒に考えました。出席した生徒からは、「何か困っている人がいたら、まず声を掛けて行きたい」「認知症の人には、周りの手助けが必要だと思った」という感想や、「認知症の人を見かけても、焦らずに対応ができそう」という頼もしい意見も聞かれました。

戸越台中学校を卒業した生徒たちはオンラインジングを携えて、地域のお年寄りたちを支える力になって行くことでしょう。

成幸ホーム



「軽快なリズムにスイング」

3月7日、S・B・L・C楽団「ブルー・マーチャーズ」の演奏会がありました。メンバーの皆さまは(株)シミズ・ビルライフケアの有志で構成され、日頃から社外ボランティアとして活動をされています。

本格的な演奏ということで、ご利用者の皆さまも最初は緊張した面持ちでしたが、いざ始まるとフルート、クラリネットの音色に心が安らぎ、サククス、トランペット、チューバとくれば自然に身体もスイング。ドラムの軽快なリズムとともに気持ちも弾みます。「幸せの黄色いリボン」、「鈴懸の径」などのスタンダードナンバーに、瞳を閉じて聴き入る方も。「青い山脈」は合唱になり、「ふるさと」は郷愁を感じながら口づさみ、アンコールもあつて、たつぷりと堪能しました。素敵な演奏をありがとうございました。

小山の家



「毎年恒例！お花見前の・・・」

小山の家では春のお花見が恒例となっていますが、出かける前にもう一つ大きなイベントがあります。それは皆さまと一緒に昼食作りです。

今回はたけのこ御飯、菊花焼売、春キャベツや新じゃがを使用した春色ポテトサラダ、桜でんぶ入りのハート型の卵焼き、小松菜の辛子和え、そして、桜の型抜きをした豆腐の味噌汁を作り、春らしいメニューでお花見の雰囲気を楽しみました。

そして昼食後、いよいよお花見です。今年はお花見は自動車で青山方面から千鳥ヶ淵、国会議事堂前、六本木桜坂、東京タワーを巡りました。千鳥ヶ淵では満開の桜を見るたびに「綺麗ね」「最高だね」と感嘆の声が聞かれ、例年以上に素晴らしい桜を見ることができました。



荏原ホーム



「荏原シヨートステイ名物 巻き巻き絵」

荏原ホームのシヨートステイでは、レクリエーションに力を入れています。これは、介護者のご都合での利用が多いシヨートステイで、ご利用になる方自身が楽しんでいきいきと過ごせるように、そして、「また来たい」と思っていただけのことを目指しているためです。

レクリエーションの中には、手先を動かしながら、周りの方々とワイワイとおしゃべりしながら行う創作活動があります。写真のように遠くからだと素敵な浮世絵に見えますが、近くで見ると色画用紙を筒状に巻いて糊付けしたものを並べて貼っていることがわかります。皆さんで少しずつ、できることから参加して、一枚の絵を作ることを楽しみに来られる方もいらっしゃいます。筒状の紙を貼ります



# はつらつ ボランティア

さわやかな風を運んでください

## ボランティアを募集しています

三徳会は開設以来、地域の皆さまと共に歩み続けています。地域との交流で欠かせないのが、ボランティア活動です。昨今、施設の社会化は進んでいます。福祉ニーズの多様化や施設の人員体制などで、これからますますボランティアさんの力が必要となっています。

また、来年度開設する平塚橋特養ホームは、多世代が集う地域の拠点となる施設として、早くもボランティアさんへの期待が高まっています。人と人との交流を生み、暮らしやすい地域づくりのために、ボランティア活動を通し、ぜひ皆さまのさわやかな風を運んでください。

### ◆活動中のボランティアの例

リハビリ送迎・補助／クラブの補助／洗濯たたみ／食事配膳・下膳／ホーム喫茶／生け花／傾聴／ドライヤーかけ／裁縫／リフレクソロジー／シーツ交換／清掃／ピアノ・エレクトーン演奏／三味線／舞踊／フラダンス／コーラス／園芸／車いす清掃／納涼祭／イベント

趣味や特技を生かしたボランティアや、サークルなど団体の活動もあります。ボランティア活動がきっかけで、介護の仕事を始めた方もいらっしゃいます。できる時間にできることから始めてみませんか。

※施設によって募集内容が違いますので、お問い合わせは各施設にお願いします。

### お問い合わせ先

成幸ホーム (3787) 3616  
戸越台ホーム (5750) 1054  
荏原ホーム (5750) 2941

### 区内のボランティア活動や情報は

品川ボランティアセンター (5718) 7172



## 介護保険法が改正されました

平成27年4月より、介護保険法が改正されました。今回の改正は来たる2025年(平成37年)に向けて「地域包括ケアシステム」の構築を実現していくため、中重度の要介護者や認知症高齢者への対応の強化、人材確保対策の推進、サービス評価の適正化、効率的なサービス提供体制の構築が基本的な考え方となっています。

### 〈特別養護老人ホーム〉

●新規入所者は原則要介護3以上になりました  
要介護1・2のご利用者については、重度の認知症など常時の介護が必要、または家族や生活状況により、特養ホーム以外での生活が困難な場合などに特例入所の申し込みが可能です。また、現在入所中の要介護度1・2のご利用者は、経過措置により引き続きご利用いただけます。

### ●一部のご利用者の自己負担が変更になります

8月から、一定以上の所得のあるご利用者の介護保険の自己負担が2割となります。年間の収入により負担割合が決まります。

### ●補足給付の要件が変わります

8月から預貯金額等により、食事・居住費の補足給付(負担金の減額)の対象から外れます。また、この4月から特養多床室の居住費が1日あたり370円に変更になりました。

### 〈予防通所介護・予防訪問介護が地域支援事業に移行〉

要支援1・2のご利用者に対しては、区が取り組む地域支援事業による介護予防・日常生活支援総合事業に移行しました。在宅生活の継続を支援するためのサービスとして、区では予防通所介護事業(デイサービス)、予防訪問事業、一般介護予防事業を中心に、総合事業の整備と充実を推進しています。この事業は自治体により実施時期が異なりますが品川区は4月より実施しています。

また、サービスは原則として基本チェックリストの実施により、事業の対象者に判定されます。



いっしょにワクワク  
つくりましょ。

職員・パート募集しています



三徳会では平成28年5月に平塚橋特別養護老人ホーム（仮称）の開設を控え、ともに夢をつくる仲間を募集しています。新卒の学生さんや介護の仕事は初めて、という未経験の方も歓迎します。まずは、就職説明会へGO!

※6/13(土)、7/11(土)、8/8(土)以降、毎月第2土曜日に施設説明・見学会を開催します。

<http://www.santokukai.com>

### 先輩職員からの声

#### ◆Sさん（特養／ケアワーカー）

忙しい日々ですが、経験と実績を積み重ね、専門職としてステップアップを目指しています。



ご利用者から笑顔や「ありがとう」という言葉をもらうと嬉しいと思える。人から感謝される仕事ですごくやりがいがありますよ。

異業種からこの仕事に飛び込んでくることは大変な勇気と覚悟が必要でした。三徳会は資格取得に向けたサポートが充実しています。同僚がチャレンジしているので、私もケアマネジャーや社会福祉士などの資格を取っていききたいです。

#### ◆Uさん（デイサービス／ケアワーカー）

仕事と子育てをバランスよく両立

部署を異動して

間もない時に産休に入り、現職での経験を積みながら、今は色々な勉強をしています。



子どもができて思ったことは、三徳会は育児をしながらも働きやすい環境だということ。周りの職員も配慮してくれありがたいです。また、産休や育休などの制度もあり復職もしやすいと思います。

### お問い合わせ

TEL 03 (5750) 3632  
荏原ホーム事務局 採用担当 山木・邊見



## ひとりごと

—職員リレーエッセイ—



私は長野県の出身で高校まで佐久平の近くにいました。卒業とともに東京に出てきて、専門学校で3年間介護について学びました。私が介護を仕事にしようとしたきっかけは、祖母が倒れて介護が必要となった時に、家にヘルパーさんが来て、介助をしているのを見て自分もあのヘルパーさんのように適切な介助と、ご利用者と笑顔で会話をしたいと思ったからです。

専門学校を卒業し、成幸ホームに入社してから早くも1年経ちました。入社した当時は仕事に慣れず、ご利用者一人ひとりの名前を覚えるのも大変でしたが、お話をするなかでいろいろと知ることが出来ました。また、ホームの行事に参加したときは、フロアのご利用者とのコミュニケーションをとりながら、さまざまなたく体験ができるのでいい仕事だと思っています。

ホームのご利用者との年齢差は「おばあちゃんと孫」以上のものがあります。ご利用者との会話のなかで知らない歌や俳優さんなどが出てくるとご利用者から勉強させてもらっています。クラブの担当になると昔の歌をご利用者と楽しみ、昔の曲も覚えられます。これからも皆さまとのふれあいを大切に、日々学んでいきたいと思っています。

成幸ホーム  
生活サービス室

中嶋 利奈