

広げよう福祉の輪！

三徳だより

第91号 2017年(平成29年)春 一季刊—
発行：社会福祉法人三徳会



戸越台デイサービス
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

品川区立平塚橋特別養護老人ホーム・ショートステイ
〒142-0063 品川区西中延1-2-8 TEL.(代)03-5750-3632 FAX.03-5750-3642 hiratuka-ow01@santokukai.com

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

私たちが住む品川では、これから急激に高齢化率が高まり、認知症や一人暮らし、夫婦のみの高齢者世帯が増えることが見込まれています。そのため、団塊世代がすべて75歳を迎える2025年までに（8年後、認知症の人1300万人、一人暮らし認知症の人144万人／全国）「住まい、医療、介護、生活支援、介護予防」が一体的に提供される地域包括ケアのシステム化の構築が必至かと思われます。

住み慣れた地域で高齢者が安心して暮らし続けるための切れ目ない支援には、サービス提供機関同士の情報共有と連携はもちろん、日々の声かけ・見守り・手助けといった地域の支え合いを育むことが大事です。個人情報やプライバシーに配慮しながら、地域の関係者間でいかに高齢者の情報を把握・共有し、支援に生かしていくかが問われているのです。地域ぐるみの支援体制を確立していくことが欠かせません。

地域包括ケア（在宅介護支援センター、地域センター、民生委員、町会、老人会、医師、薬剤師、社会福祉協議会、ご近所、ボランティア、警察、消防署）などですが、まずは小さなグループとして町会、老人会、在宅介護支援センター、民生委員ぐらいでスタートするのがよいかと考えております。

私は民生委員、児童委員として8年を経験し、3年ほど前から毎朝夕、町会をウォーキングしております。午前10時前後と午後の4時前後、この時間に買い物している高齢者が手押し車でゆっくり、ゆっくり歩いている姿が年々増えて

おります。挨拶を交し、お喋りしながら本人の様子を伺ったりしております。8年後には4人に1人が75歳以上の高齢社会と言っておりますが、私の町では80歳小路がいくつもあります。町で見かけなかったので訪問すると様子がおかしく、在宅介護支援センター、ケアマネジャーに相談する機会が多くなりました。

民生委員として感じていることは、地域、町ぐるみのつながりで、元気な人が元気でない人を思いやるといったふれあい、つながりが必要であり、これからの高齢化社会の中でいかにこのつながりのある地域にと考えております。幸いに行政もそのような指導で町会、自治会に活動支援体制を進め、品川区も55地区の町会が緩やかな見守り活動を4年ほど前から実施してお

「地域で見守りの活動を」



荏原第三地区
民生委員協議会
会長
小澤 紘治

りますがまだまだ少なく、この地域の見守り活動が地域のつながりを作り、いかに安心できる町、安らぎの町に成れるか？ なかなか難しいことですが、やらなければ前に進みません。それは何を意味するか、福祉行政だけでは益々増えていく高齢者問題への対応は難しく、やはり地域の関係機関を含めた在宅支援体制の推進をいかに具現化できるかが、それぞれの地域にかかっているのです。

住み慣れた町でいつまでも安心して生活が出来るよう、それぞれの地域事情に沿って行えるように、できることから始めることが肝要です。町会、近所の人達が安心して暮らし続ける町の日常生活のネットワークづくりを進めていくことを目的としての活動方法を考えて私も町会、敬老会にも呼びかけております。

戸越台在宅介護支援センターのケアマネジャーとは友達のように色々教えてもらい、無理なお願いもたくさんしております。在宅介護者宅で家族、ケアマネジャー、薬剤師、デイサービス担当者、福祉用具事業者、民生委員でのミーティングはまさに地域に根差したケアだと思えます。三徳会がすでにそのような活動をされていることに大変嬉しく思っております。

これからの先を見越した活動に我々民生委員も含めていたいただきながら、地域の認知症の人、また軽度認知症の人を含めた活動、見守り訪問を宜しく願います。また民生委員にも色々の支援情報をお教えいただければと思います。

「よく生き よい死を迎えるために」

～想いを叶える相続・遺言～

講師 村 和男 先生(弁護士・国学院大学法科大学院教授)

平成 29 年 2 月 25 日(土) 平塚橋ゆうゆうプラザ コミュニティー室



三徳会では、1988年より毎年、「生きること」「死ぬこと」のあり方を幅広くさまざまな視点から見つめる「生を死を見つめる懇談会」を開催しています。

高齢化社会の進展、いわゆる「終活」ブーム、相続税制の改正などに伴い、これまでになく相続への関心が高まっています。今回はその中心となる相続と遺言についてわかりやすくお話していただきます。



「自分が亡くなった後、家族ができるだけ仲良く暮らして欲しい」、「世話をしてくれた長女に多くの財産を残したい」などの思いや財産をめぐっての心配はさまざまです。それらの想いを叶えられるように備え、また心配事を解消する過程の中で私たちは自分の人生を振り返り、そのことでより充実した人生を送り、安心して良い死を迎えることができます。

遺言は人の最期の自由意思であり、自己決定権は最大限に尊重されます。

遺言書の種類

遺言書には、自筆証書遺言、公正証書遺言、秘密証書遺言がありますが、ほとんどの場合は、自筆証書遺言か公正証書遺言になります。

自筆証書の場合は、自分で簡単に作れ、費用も不要、遺言書の存在と内容を秘密にできると言うメリットがあります。本文、日付、氏名を自筆し、押印が必要です。メモリーとして、裁判所の検認(確認手続き)が必要であり、要式を遵守していなければ無効とされる恐れがあります。また遺言能力などが争われることもあります。

公正証書遺言の場合は、要式の不備で無効とされる恐れがなく、遺言能力などが争われる恐れも低いと考えます。また相続人が遺言の存在を公証役場のシステムで検索でき、家庭裁判所での検認は不要となります。デメリットとしては、公証人の依頼などに手間がかかり、その費用がかかります。

遺言と相続の関係

遺言がなければ、原則として法定相続に従います。

相続人の順位は、原則として、被相続人の①子 ②直系尊属(父母、祖父母) ③兄弟姉妹の順になります。配偶者は常に相続人になります。子、直系尊属、兄弟姉妹がすでに死亡している場合でも、子や兄弟姉妹に子がいれば、代襲相続が一代に限って認められます。

法定相続の割合は、相続人が配偶者と子の場合には、それぞれ2分の1。相続人が配偶者と直系尊属の場合には、配偶者3分の2、直系尊属3分の1。相続人が配偶者と兄弟姉妹の場合には、配偶者4分の3、兄弟姉妹4分の1となります。

子、直系尊属、兄弟姉妹の相続分は、それぞれのグループ全体の相続分であり、従ってグループ内に複数いる場合は、その人数で均等割りすることになります。

遺留分とは、遺言によっても侵害されない一定の割合の相続を保障する制度

です。遺留分が認められるのは、配偶者、直系尊属、子になり、兄弟姉妹には遺留分はありません。

寄与分とは、相続人が被相続人の財産の維持、増加に特別の寄与をした場合の寄与した額、相続財産から寄与分を控除して寄与相続人が受け取る制度です。しかし、特別な寄与である必要があること、立証の問題があることなどから、簡単に認められるわけではありません。

遺言がなければ、相続をまずは相続人同士の協議で決めますが、まとまらない場合は調停、審判と続いていきます。こうならないうちに、遺言をすることで、法定相続分と異なる相続財産の分配、相続人同士の紛争の防止になります。

遺言は単なる財産の処分にとどまらず、残された家族の生活への配慮、家族や親類への想いを伝えられる自分の人生の総まとめとなり得ます。

自分らしい葬儀や埋葬の仕方など、最期の自己決定と自分なりの「想い」を叶えるため、「遺言」を活用しましょう。



講義中にもたくさん質問があり、皆さんの関心の高さをうかがえました。

また「遺言の書き方がよくわかりました」「具体的な事例紹介でとてもよく理解できました」「誕生日に遺言を書こうと思いましたが、早速書こうと思いましたが、早速感想が寄せられました。



地域との交流



〈8月 納涼祭〉
地域の方も参加して



〈1月 作品展開催〉
高齢者クラブなど、
地域の方の作品



〈心温まる子供達とのふれ合い〉



季節の行事



〈4月 春のドライブ〉
満開の桜に大満足



〈10月 秋のバスハイク〉
のんびりと公園散歩

デイサービスとは

食事、入浴、リハビリ、その他必要な日常生活上の支援を日帰りで提供し、ご利用者の心身機能維持、向上、ご家族の介護負担の軽減を図ることを目的としています。

品川区立戸越台在宅サービスセンターの1日を紹介します。

戸越銀座商店街のほぼ中央に位置する、戸越台在宅サービスセンターは戸越台中学校と同じ建物にあります。特徴としては中学校、小学校、保育園との世代間交流が盛んです。また、多くのボランティアを受け入れ、地域住民の参加による納涼祭や作品展を開催、地域との交流を積極的に行っています。

三徳会では同様のサービスを成幸、荏原、小山の家の各在宅サービスセンターでも行っています。

デイサービス 〈1日の終わり〉



〈終礼〉
1日を振り返り、
翌日の準備をします

〈午後／リハビリ〉



〈午後／クラブ活動〉



〈楽しくクラブ活動〉
習字・手芸・音楽リハビリ・
生花などがあります



デイサービス〈1日の始まり〉



〈ご自宅まで送迎〉
安全運転を心がけています



〈毎朝の健康チェック〉
血圧測定・検温



〈朝礼〉「おはようございます！」
お茶を飲みながら会話を楽しんだり、
脳トレーニングなど、主体的に活動します

〈午前・午後／入浴〉



〈ゆっくりと入浴〉
リフト浴もあります

お昼〈お食事〉



〈美味しい食事に自然と笑顔に〉
管理栄養士がバランスの取れた食事を考えています



〈リハビリをしていつまでも元気に！〉
訓練指導員が個別プランに沿って、
機能訓練を行います

戸越台ホーム



「中学生の箏演奏」

3月25日に戸越台ホーム9階で、戸越台中学校生徒による箏演奏会が開かれました。幾日も前から演奏会を心待ちにされるご利用者も多くいらっしゃいました。当日は、2年生と卒業式を終えた3年生20名が日頃の練習の成果を披露してくれました。なかには、男子生徒もいました。演奏は「さくら」から始まり、「かぞえつた」「村まつり」など馴染みの曲が多く、ご利用者も箏の音色に合わせて口ずさんでいらっしゃいました。最後の曲は「ソーラン節」。会場には、ドッコイシヨ、ドッコイシヨのかけ声が。そしてアンコールでは、一段と大きな手拍子と、かけ声が響きわたりました。ご利用者にとって忘れられない時間となりました。

成幸ホーム



「朝活は脳トっぺ」

成幸デイサービスでは到着後、お茶で一息いれていただいたあと、皆さまがそれぞれ個別の活動をされています。中でも目を引くのが「間違いさがし」や「脳トレ」に取り組まれる方がいらっしゃるのです。日常でも朝から頭を使うのはちよつと...と思いがちですが、とても熱心に取り組まれています。真剣な眼差しで間違いさがしをされていたご利用者に話を伺うと「誰かと一緒に探している」と間違いを見つけると「楽しみになる」、「遊び半分で、あまり几帳面にやらないことが続けられるコツですよ」と話されました。今日の始まりもちよつとした時間の活動「朝活」でウォーミングアップです。



平塚橋ホーム



「突然の嬉しいお客さま」

平塚橋ホームの1階のゆうゆうプラザにはキッズコーナーがあります。そこには、0歳児から小学生くらいの子どもたちが毎日遊びに来て、賑わっています。中には毎日来ないと気が済まないお子さんもいるぐらいです。そのキッズコーナーには、時折保育園のお散歩の途中に園児が来てくれます。3月のある日、たまたまキッズコーナーに遊びに来た荏原西第二保育園の園児に、ホームのおじいさん、おばあさんのところに来てみない? と聞いてみると喜んでやって来ました。短い時間でしたが、園児たちが歌ったり、肩を揉んでくれたりと、ご利用者は大喜びでした。今度はご利用者の皆さんが保育園に訪問したいですね。

荏原ホーム



「温かみのあるカレンダー」

荏原ホーム・シヨートステイは「また来たいシヨートステイ」を目指し、その一環としてレクリエーションを特徴としています。なかでも作品作りは次に利用した時に「ずいぶんできたわね」、「ここは私がやったのよ」という声が聞かれることもあり、あえて大作にチャレンジしています。先日は、数字を並べ替えて長く使えるキルティング製カレンダーが1年がかりで完成しました。ご利用者はフェルトの数字やホックの手縫いをしました。針だけがをしないかと職員はヒヤヒヤ見守りましたが、そこは昔取った杵柄です。また、意外な方が興味を示して取り組む姿もありました。退園時にご様子をご家族に伝えると、とても喜んでくださり、新たな発見がありました。



平成28年度 品川福祉保健従事者 実践・研究発表会

日時 平成29年2月11日
会場 品川区役所 第三庁舎6階 講堂

小山の家



「つくし誰の子、スギナの子」

毎年この時期になると職員の故郷から「つくし」が送られてきて、お福分けを皆さんで調理して召し上がります。小山の家の春の風物詩の1コマです。

袴(はかま)の部分を取ったり、灰汁(あく)を抜きながら、あるご利用者に「つくしを召し上がったことはありませんか?」と伺うと、「あるよ。歌もあるのよ」とおっしゃり、唄ってくださいました。「つくし誰の子 スギナの子」何度も何度も楽しそうに繰り返され、こちらは楽しさのお福分けです。やがてつくしは、見事に卵とじになりました。ちなみに、あまり食べすぎは身体に良くないので、ほどほどにとのこと。ご馳走さまでした〜!



「品川福祉保健従事者実践・研究発表会」は区内の福祉・医療分野に従事する職員の専門的知識、技術の向上と介護と医療の連携を推進する目的で行われています。

研究発表会は3回目を迎え、今年度も福祉、医療従事者から認知症ケア、在宅復帰、地域交流などさまざまなテーマの事例が発表されました。

三徳会では6演題提出し、2演題が発表に臨み、下記の事例が最優秀賞を受賞しました。

【口演発表】

◇「よりよい最期を迎えるための支援を考える(癌末期の単身高齢者の支援の実践と考察)」最優秀賞 成幸在宅介護支援センター/石戸康人

◇「ショートステイを利用する認知症の方への安眠の取り組み(奨励賞) 佐原短期入所施設/川島貴弘 久保 歩

◇「日常の楽しみや生きがいを持つて生活をする」認知症ケア専門研修・施設ケア研修の取り組みから(奨励賞 成幸ホーム/島津英二/三ツ矢麻衣、田邊麻衣

◇「地域の住民として」(奨励賞)戸越台特別養護ホーム/猪股藤彰 佐久間舞

◇「地域の方と一緒に学ぶ介護予防の取り組み」(奨励賞)戸越台在宅介護支援センター/武田久美子、宮川千恵子、新庄祐子、倉石亜希、三輪博希

◇「地域連携の大切さ」孤立者への支援(奨励賞) 小山在宅介護支援センター/西林裕助

最優秀賞

よりよい最期を迎えるための支援を考える
〜癌末期の単身高齢者の支援の実践と考察〜

成幸在宅介護支援センター 石戸康人

高齢者の単身生活者は、今後ますます増加すると予測されます。そのなかで終末期にある在宅高齢者の支援はどのようにしたらよいか。本人が希望する尊厳ある最期を自宅で実現するために、関係機関との連携や支援者としてどのように向き合っていくかなど、利用者の看取りを振り返り考察した事例です。

●利用者 64歳 男性 要介護度4

既往歴・現病歴：肺腺癌、転移性脊椎腫瘍、心サルコイドーシス、糖尿病

●支援の経過

隣接区の大学病院より末期癌患者が退院するにあたり、居宅介護支援の要請がある。病院からは、ホスピスへ転院までの一時的な在宅支援の依頼であったが、本人は在宅生活の継続を希望しており支援を開始する。

退院して2ヶ月が過ぎた頃、痛みのため入院の希望があり、検査したところ新たな骨転移がわかる。利用者は入院中、医師や看護師に高圧的な態度で、服薬を拒否するなど問題のある患者として見られていた。

治療が終了し再び自宅に戻る。疼痛緩和の薬は自己判断で最低量としたまま生活を続け、痛みが増しても入院を希望しなかった。やがて徐々に状態が低下し20日後に在宅で息を引き取る。

●考察

本人は最期まで在宅生活を継続したいと強い意思を持っていた。しかし、人の意思は生と死という局面では、周囲の環境によっても変化することがある。終末期にある利用者の不安や葛藤は計り知れない。利用者の揺れ動く気持ちに寄り添いながらも本人の意思を確実に捉え、専門性を発揮し、迅速かつ効果的な支援をチームで行うことで、限られた時間の中でも本人の希望を叶えることができる。

本人が入院中にとった高圧的な態度、服薬の拒否はどのようなことだったのか。本人が放った言動は、癌という病気ではなく、自分を見て欲しいという気持ちの表れであり、薬で傾眠傾向が強くなり自己決定ができなくなることを恐れたのではないかと思う。

何事においても自分自身で決めて人生を歩んできた人らしい最後の決断。この利用者本位の支援を、人生を全うするまで続けるためには、支援者個々の資質向上と、多職種同士が価値観を理解してチームケアを進めていくことも重要である。支援者としてさまざまなことを学び、考察を深めた事例であった。

お困りごとはなんですか？

今回は言語聴覚相談室で行っている物忘れの相談についてご紹介します。

言語聴覚相談室では物忘れの心配で相談に来る方がたくさんいます。

物忘れと一言で言っても、思い出せない、思い出しにくい物の種類や場面によって、さまざまなお話があります。例えば、人の名前が思い出せないのか、道に迷うのか、昨日の朝ごはんが思い出せないのか、人の顔がわからないのか、料理の手順が思い出せないのか、困っていることは人によって異なります。

そこで、言語聴覚相談室では物忘れに関するお話を聞いたり、簡単な物忘れの検査を行ったりして、相談者の物忘れの症状に合った対策を一緒に考えます。例えば症状が同じであっても、生活している地域や家族構成、生活習慣によって困る場面が異なります。そのため物忘れの対策というのは一つではなく、一人ひとりに合った対策が必要だと思えます。

お話を聞いた結果、対策が必要であれば、近隣の専門施設をご紹介したり、言語聴覚室にてより細かい検査を行うことがあります。また、ご家庭でできる簡単な対策や、物忘れを補うための電子機器の使用を紹介することもあります。物忘れの心配で来られて、検査をしても大きな問題がなく、正常の加齢現象の場合がほとんどです。問題が見つからない場合であっても、予防策やおすすめの脳トレ教材を紹介いたします。どうぞお気軽にお立ち寄りくださいませ。

平塚橋ゆうゆうプラザ言語聴覚相談室 (予約制)

言語聴覚士が、ことば(発語)、聞こえ(聴覚)、飲み込み(嚥下)に不安や違和感、障がいがある方の相談に応じ、無料でアドバイスをを行います。

【相談日時】 毎週火・木・土 14時～17時 (祝日は休み)

【予約・お問い合わせ】 平塚橋ゆうゆうプラザ内言語聴覚相談室

☎03・5498・7021

※対象者は品川区民です。
週・曜日により言語聴覚士の専門分野が違いますので、お問い合わせください。
相談時間は1組1時間です。



ひとりごと

—職員リレーエッセイ—

一歩前進

私には、3人の子供がいる。

この春一番上の息子が中学を卒業した。卒業式に参加しながら、私は子育ての卒業式に出ているような思いだった。もちろん子供との関係はこれからも続いていく。でももう小さな手を引いて歩くのではない。小さい時からスキップを心掛けていたが、一日一日成長し、私の背をゆくに追い越した息子が自分の足でまた一歩踏み出そうとしている。卒業式で号泣している姿を見て、私も号泣してしまった。

子供たちが成長するにしたがって、私も自分の時間が持てるようになり、子供から少しずつ卒業しなくてはと職場の友人と山にでかけるようになった。子育てに専念して、趣味を持たなかった私が、ここまで山にはまるとは思いもしなかった。西穂高に登って以来、152か月に一回のペースで山に登るようになった。

山に登ると開放的になるのか、友人と何でも気軽に話せたり、360度の素晴らしい景観、登頂の達成感を味わえる。そして日常に戻ると「よし、またがんばろう」という気持ちになる。

昨年4月、デイサービスの非常勤職員からケアマネジャーとして正職員になり1年。人を相手にするこの仕事は難しさ、大変さもあるが学びも多い。

私には、励ましてくれ、フォローしてくれる上司や先輩職員がいる。そしていつも暖かい家族もいる。幸せて充実した日々を過ごせることに感謝し、自分も一歩一歩前進していきたい。

戸越台在宅介護支援センター
本城 真由美

