

洛東園 だより

■平成23年10月発行 社会福祉法人 洛東園
■発行責任者:木村晴恵
■〒605-0981 東山区本町15丁目794
■電話番号:561-1171 ■FAX:531-8372
■ホームページアドレス <http://www.wf-rakutouen.com>

新理事のご挨拶 ～和～

社会福祉法人 洛東園 理事 奈倉 道隆

◆仕事の輪は「和」のみなもと

毎月の職員会議で報告を聞いていますと、仕事が生まれる「職員の輪」が見えてきます。互いに相手を尊重しあって造られる輪は、「和」のみなもとです。介護福祉は老いのいのちを支えて活動や参加を支援する仕事ですから、辛い事も辞めたくなる事もあるでしょう。でも今はチームワークの時代、職員の和でお互いが弱さを補って強さを活用しあえば、困難を乗り越える道が見えてきます。

◆利用者さんの「和顔」は園の光

私を含む後期高齢者は、生老病死の苦や不安に立ち向かって生きています。にもかかわらず多くの利用者さんに「和顔」がみられます。和顔は慈しみの心で仲良く暮らしたいという表情です。これが園を明るく照らしています。高齢者の精神は生涯発達します。結晶性知能や感性は衰えず、認知症があっても一部分は保たれます。孤立・不安が強くなると潜在化して消えます

が、職員や周囲の人びとから尊重され、安心して暮らせるようになると、少しずつ戻ります。どのような人に対しても個性・自主性を尊重する態度が必要です。

◆「調和」の精神が洛東園のいしずえに

園は緑豊かな東福寺にあり、仏教精神に支えられています。仏教の大切な教え「三法印」は、諸行無常・諸法無我・涅槃寂静と説き、「すべての物事は変化し、すべての物事は多くの物事の関係の上に成り立ち、関係が調和したとき安定すること」を教えます。これは「古いやり方にこだわってはいけな」「自己中心的・独断的になってはいけな」「お互いが意見を出し合い、全体の調和を図りながら物事を進めるのが良い」という意味です。これが園のいしずえであり、また組織的に実践する介護福祉の極意ともなります。

(元・京都大学医学部付属病院 老年内科医師／
聖隷クリストファー大学大学院 介護福祉学教授／介護福祉士)

洛東園の理念

- ◎個性・自主性を尊重し明るい温もりのある生活
- ◎安全と快適な暮らし
- ◎地域に根ざした開かれた施設

□ 特別養護老人ホーム 洛東園

和みの空間

特別養護老人ホームでは、利用者さん一人一人が安心できる場所を大切にしています。フロアで過ごされていても、時には一人の時間も持てるように、テーブルや家具の位置を工夫し、ゆっくりとテレビを見たり、新聞を読んだりできるようにしています。

また、お部屋で過ごされている利用者さんには、できる限り希望に沿った空間作りを心がけています。自分の部屋で、寝ながらテレビが見たいという希望があれば、テレビを設置したり、自宅から思い出の品を持ち込んでお部屋の模様替えを行ったりと、ゆっくり過ごせるような環境作りに努めています。

その中で、3月に入所された三上さんのお部屋は、懐かしい昭和の匂いが漂っており、職員もついつい長居したくなるような、心落ち着くお部

屋なので紹介したいと思います。

三上さんのお部屋は、ベッドの横に畳を敷き、畳の上にはちゃぶ台を置いています。入所当初、床に正座をしてたんすの整理をされていたこともあり、自宅での暮らし方を確認し再現してみました。最初は、「そんなたいそうなことしてもらったら悪いわ」とおっしゃられていましたが、今では、「感じよろしいわ。床だと腰が冷えるからね。やっぱり日本人は畳やないと」と笑顔で話されています。お食事の際も畳の上に正座をして、外の景色を見ながら、ちゃぶ台に配膳されたごはんをのんびりと召し上がり、自宅で過ごされてきた時のような生活を送ってられます。

これからも、利用者さん一人一人の希望に合わせた、心休まる時間や空間作りに努めていきます。



■ 特別養護老人ホーム 修道洛東園

和気あいあい



4F宿木ユニットの皆さん

4F「宿木」(やどりぎ)ユニットには、個性豊かな利用者さん方がおられ、日々笑顔であふれています。利用者さん自身がお互いの意思を尊重し、楽しく生活するための工夫をしながら暮らしておられます。

宿木ユニットでは、ベランダにプランターを置いて家庭菜園を行っています。ある利用者さんが、自宅で家庭菜園をしていたことから、「ここでもやってみたい」と言われたのがきっかけです。

家庭菜園を始めるにあたって、「何を植える?」「(家庭菜園で使う)道具なら私が持ってるよ」などと、利用者さんを中心に話し合いました。多くの収穫を夢見て話し合う利用者さんの目は、一様に輝いていました。毎朝の水やりを日課とする方、植物の成長をじっと見守る方、発育のためのアドバイ

スをする方など、最初に提案された利用者さんを中心に、職員も一丸となって取り組んでいます。しかし、プランターでの家庭菜園には、難しいこともたくさんあります。「日当たりが悪いんじゃない?」「肥料をやらないと」と改善の積み重ねです。「葉っぱが大きく育っていますね」と職員が声をかけると、「まだまだ!」と口を揃えられます。

家庭菜園は、たくさんの利用者さんに見守られ、大きくなっています。利用者さんの家庭菜園への意気込みはとても高く、和気あいあいとしています。

各ユニットでは、利用者さんと職員が一緒になり、試行錯誤しながら取り組みや催しを計画しています。これからも、利用者さんの笑顔がたくさん見られるように、お手伝いしたいと思います。



■ 養護老人ホーム なご と き 和みの時間



養護老人ホームでは、月1回カラオケ「やまびこクラブ」を行っています。毎回20名くらいの利用者さんが参加される人気のあるクラブです。

歌う事を楽しみにされている方もいれば、気分転換に、缶ジュースを飲みながらカラオケを聞きに来る方もおられます。

唄の歌い出しと終わりには盛大な拍手があり、歌っている間にも手拍子やかけ声で、皆が場を盛り上げます。恥ずかしくて一人で歌えない方には職員と一緒に歌ったり、リクエスト曲が見つからない方には、アカペラでお願いして歌って頂いたりしています。

やまびこクラブの常連の丹羽さん。

歌声を披露すると「おー!上手やね」との声が廻りから上がります。普段はテレビを見て静かに過ごしている方ですが、クラブでは率先してマイクを握り歌われます。そんな丹羽さんに、やまびこクラブの魅力について聞いてみました。

◆**丹羽さん**：「やまびこクラブが今の一番の楽しみやね」

◆**職員**：「唄を歌っている時はどんな感じがするのですか？」

◆**丹羽さん**：「暖かい感じがするんや」

◆**職員**：「いつ頃から唄を歌い始められたのですか？」

◆**丹羽さん**：「学生の時からかなあ」

◆**職員**：「いろんな唄を歌われますが、よくご存じですね？」

◆**丹羽さん**：「いやあ、歌詞の本を買って覚えたからな、何の唄でも歌えるで」

上手に歌うねえ



クラブの様子

学生の頃より唄を歌う事が大好きな丹羽さん。現在もやまびこクラブで唄を歌い続け、養護老人ホームの生活の中に「和みの時間」を作ってくれています。

今後も多くの利用者さんが様々な場で「和みの時間」を見つけられるように、手伝っていきたいと思います。

■ もみじの家 一服

もみじの家に、開設当初からボランティアで来て頂いている、佐々木瑞枝先生をご紹介します。

佐々木先生は、もみじの家の利用者さんの親類というご縁で、月に一度お茶会を開催して下さいます。利用者さんも職員も、毎月開催されるお茶会をとて楽しみにしています。それは、先生の持つておられる上品な雰囲気や、季節ごとに変わる着物やお茶菓子・茶器等にふれ、ゆったりとした気持ちになるからです。お茶会の時間は利用者さんも普段と違います。始めは緊張して「私、お作法何も知らないから遠慮します」と言われる方もおられますが、お茶会が始まると、先生のお点前を真剣に見ておられます。利用者さんの中には、「私も若い時は習っていたわ」と懐かしそうに話され、茶器を眺められたり、もう一服召し上がられる方もいらっしゃいます。

佐々木先生に、もみじの家に対する想いを伺ってみました。



現在のお住まいは上賀茂ですが、「昔住んでいたこの地域でお役に立てることがあれば」という想いで、ボランティアを引き受けてくださいました。毎月のお茶会で使用する道具を運んで頂いている幼馴染の方や、近所の京菓匠にお勤めの友人の手助けがあり、今まで続けてこられたそうです。「何事をするのも継続が大事であり、人との繋がりが大切です」と話して下さいました。また、お茶の世界に「一碗からピースフルネス」という考えがあると教えて下さいました。作法ではなく、子どもからお年寄りまで、お茶を通して素敵な時間を共有しようという意味だそうです。

利用者さんに「毎月開催されるお茶会はどうですか」と伺ってみました。

◎**山路さん**（仮名）「若い頃、元気にお茶を習いに行ってた頃を思い出すわ。お茶会は元気になるわ」

◎**小山さん**（仮名）「先生の着物姿を見られるのがいいわ。特に帯の柄が色々変わるし、お茶菓子も綺麗で毎月が楽しみやわ」

ボランティアで人との繋がりを大切にしておられる先生に、私たちは感謝しています。

これからも一服を通して、日本文化のお茶や着物、季節の移り変わりを感じながら過ごして頂きたいと思います。

☐ デイサービスセンター 服のよきように



千利休の「利休七則」という教えをご存知でしょうか。

千利休は茶道の心得を、「四規七則」と説きました。なかでも「七則」は、茶道に限らず人と接するときの七つの心構えを説いています。

- 茶は服のよきように点て ⇒ 事を行なうには相手の気持ち・状況を考えて
- 炭は湯の沸くように置き ⇒ 準備・段取りは、要となるツボを押さえて
- 花は野にあるように ⇒ ものの表現は、本質を知り、より簡潔に
- 夏は涼しく冬は暖かに ⇒ もてなしは、相手を想う心で
- 刻限は早めに ⇒ ゆとりは、自らの心掛けによって
- 降らずとも雨の用意 ⇒ 備えは、万人の憂いを想定して
- 相客に心せよ あいぎやく ⇒ おたがいを尊重しあい、何事に接するにも無垢な心で

(※文言が少し異なるものや、新たな条を加えたものなど諸説伝わっています)



デイサービスで日々たくさんの方々と出会う私たちにとって、深くつながりを持つ言葉ばかりです。この教えについて、茶道に詳しい利用者さんにゆっくりお話を聞かせていただきました。

とし子さん(仮名)は子供の頃から茶道を嗜まれ、教師時代には茶道クラブの顧問として、学生さんたちに茶の湯の手ほどきをされていました。現在も自宅の茶室でお点前をされることがあるそうです。

としさんに、「七則」の教えについて、どのように考えておられるのか伺いました。「自分がどうすれば接する人を心地よくできるかを、いつも考えています。そのためには、自分本位にならへんこと。でも、相手のことを考えて行動するのは本当に難しい。どうしてもよく思われたいし、自分のことを良く見せたいという気持ちが出てきてしまうものです。だからいつも純粋な気持ちでいようと、自分で自分に言い聞かせ続けないとダメなんです」

ニコニコと、常に笑顔を絶やさないとしさんが、その時だけキリッと厳しい表情をされ、グッと身が引き締まる思いでした。

このように利用者さんと日々接する事で、多くの学びを得ることができます。服のよきように点てた茶のように、利用者さんの事を考えたサービスに努めてまいります。

□ 居宅介護支援事業所

チームワークで利用者さんを支える

介護が必要になられた方が、介護保険などのサービスを利用しながら、いつまでも住み慣れた自宅で生活続ける際に、一人の利用者さんに対して一人のケアマネジャー（介護支援専門員）が、介護に関する相談やサービス計画（ケアプラン）の作成を担当します。もちろんケアマネジャーは、担当者として責任を持って利用者さんやそのご家族の支援にあたりますが、一人でできることは限られていますし、また行き届かないところがある場合もあります。私たちの居宅介護支援事業所 洛東園では、このような問題の解決策として、事業所一丸となること、そして保健・医療・福祉・介護を連携させて利用者さんを支える「チームケア」を行っています。

その一例を紹介しますと、事業所内では毎週、各ケアマネジャーの担当する利用者さんの最新情報を共有する会議を行っています。これは、たとえ担当者が不在でも、利用者さんやご家族、サービス提供事業所などからの問い合わせに、スムーズにお応えできることを目的としています。他にも、利用者さんに何か問題が起こるなど、どう対応したら良いか判断に迷うときは、ケアマネジャーの仲間同士で相談して、より質の高い援助を心掛けています。

また、必要に応じて、地域高齢者の総合的相談窓口の地域包括支援センターに相談したり、医療機関や行政機関に確認をすることもあります。

そして利用者さんのサービスについて、事業所やご家族など、みんなが集まり話し合う「サービス担当者会議」を開催するなど、支援のためのチームの和（輪）を関係各所へ広げて、常に利用者さんの立場にたち、生活が一層充実するように考えています。

このように、利用者さんを中心としたチームワークの花を咲かせて、在宅生活を支えていけるようにすることが、ケアマネジャーの使命です。利用者さんから見れば、窓口はひとりのケアマネジャーですが、たくさんの機関や人々が関わり、智恵を集結させて協働して利用者さんの援助にあたっています。



訪問介護 一味和合

「ただいま～」と、派遣から元気な声で帰園するヘルパーに「お帰りなさい!」と、待機していたヘルパーが迎えます。

ヘルパー事務所は、ヘルパー達の報告や情報の交換・共有、学び合う場所でもあると同時に、休憩場所でもあります。

休憩の際は、手作り弁当や、スーパーやコンビニ弁当などの食事を摂りながら、「おいしそうやねえ」とか「昨日作ったんやけど、食べてみて」「これはどうやって作ったん?」などと会話が絶えません。談笑しながらもお互いの調理の際の食材の使い方、味付けの工夫などの情報交換で、利用者さん宅での調理の参考にしています。

ある時は介護技術の実習室として、ベッドやポータブルトイレ、車椅子などを使つての介助方法の確認や勉強会をします。全員で援助方法について、「花

子さん(仮名)のポータブルトイレの移乗の時、どこを支えたらしっかり立ってくれる?」「おなかと腰を支えたらしっかり立ってくれるよ」「太郎さん(仮名)のおむつ交換で向きを変えてもらう時、しんどそうにしはるけど、皆どうしてる?」「太郎さんは左手の力はあるんで、柵をしっかり持ってくれるよ」などと意見交換を積極的に行っています。そして、お互いの工夫を伝え合い、皆で体感しながら、その方にとっての最善の介助方法を考えていきます。

弘法大師の言葉に、「僧伽^{そうぎゃ}は梵名^{ぼんめい}なり、翻^{ほん}じて、一味和合^{いちみわごう}と云う」とあります。「同じ目標に向かって、みんなで努力し、喜びや悲しみや苦しみを共にする、真に平等で平和な運命共同体である」という意味だそうです。私たちヘルパーも皆で心と力を合わせ、一丸となって利用者さんのご自宅での生活を支えていきたいと思っています。

洛東園の行事予定

施設名		月	10月	11月	12月
養護老人ホーム			*****	食事会(日帰りツアー)	忘年会
特別養護老人ホーム	洛東園		運動会	もみじ狩り	忘年会
	修道 洛東園		運動会	もみじ狩り	忘年会
デイサービスセンター			運動会	もみじ狩り	クリスマス会
もみじの家			避難訓練	貞教防災訓練	*****
全体			洛東園まつり	総合防災訓練	*****

..... その他、クラブなども随時行っております。

洛東園だより

発行／社会福祉法人 洛東園
〒605-0981 東山区本町15丁目794
電話番号:561-1171 FAX:531-8372
ホームページアドレス
<http://www.wf-rakutouen.com>



寄付・寄贈

寄付・寄贈順

深尾 繁博様、田中 祥子様、
京都仏教会様、(株)朱常分店様

※尚、記事中の写真は全てご本人様、ご家族様の承諾を得て掲載しております。