


その人らしく 生きる

2021
令和3年10月
NO. 84

発行
社会福祉法人
みかたこぶしの里
兵庫県美方郡香美町小代区神水638
TEL.(0796)97-2725 FAX.(0796)97-2967
《HP》<http://kobushinosato.jp/>
《E-mail》kobushien@iris.eonet.ne.jp

 **みかたこぶしの里**
フェイスブック情報発信中



<https://www.facebook.com/mikatakobushinosato/>



(於：こぶし園)

おもな内容

こぶし園 暮らしのひととき	2	むらあかこぶし園 ACP(アドバンス ケア プランニング)の取り組み	7
こぶし園 稲刈り こぶしの里通所介護事業所 暮らしの一場面から	3	第三者サービス評価委員より 介護現場からの発信	8
グループホームむらあかの空 夏の風物詩を楽しむ	4	こぶしの里居宅介護支援事業所 災害時の備え	9
デイサービスいそうの花 個別希望の実現	5	ありがとうございました 令和3年度 介護技術講習会 入居希望待機者情報・編集後記	10
むらあかこぶし園 暮らしのひとコマ	6		

暮らしのひととき

ご家族から届いた誕生日をお祝いするすてきなお花。「きれいです。うれしいです」と喜んでおられました。

8月24日。仏間に飾られた絵画のお地蔵さまを前に、地蔵盆供養会が開かれました。家族の幸せを願ったり、故人を思い出して偲んだりと百人百様の思いを巡らせます。手を合わせて、心のこもったお祈りが続きました。

ガーベラやカーネーション、カスミソウにユリ…。たくさんの花を届けてくれた方に感謝をして、生け花を楽しみました。花には、見ている人を笑顔にする力がありますね。なんだか落ち込んでしまった日でも、花を部屋に飾るとそんな気分を吹き飛ばしてくれる気がします。

敬老の日。「元気で過ごして下さいね」と、一文が添えられた娘さんからのプレゼント。箱を開けると、黄色のちゃんちゃんこと大黒頭巾が入っていました。おふたりは同級生でご夫婦。米寿のお祝いを羽織って、かけがえのない記念写真となりました。

その時の一つひとつをご紹介します。

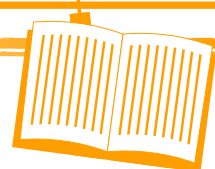


稲刈り

こぶし園では、大きなプランターに水をためて水田を作り、稲を栽培しています。9月16日、恒例の稲刈りをしました。「ここはもう刈ってもいいか」「手が黒くなつた」と話しながら、手際よく稲を束ねて刈っておられました。小さな田んぼで稲刈りはあつという間に終わり、ささやかな収穫をされた皆さんの表情は、生き生きとしていました。



暮らしの 一場面から



今年も恒例の里餅を作りました。利用者の皆さんから「これを作るとお盆が来た感じがするわ」「最近は何らんからなあ」といった話が聞こえてきました。コロナ禍で盆踊りをする地区が少なく、「私の所は今年も開催せんわ」という話ばかりです。そんな中、せめて音楽だけでも…と、以前にお預かりした盆踊りの音頭を録音したカセットテープを流しました。すると、音楽にあわせて踊り出す人がひとりふたり…。「私は大谷の踊りだで」と生き生きとして楽しそうです。



「覚えていない」とおっしゃる方も自然と体が動いていました。来年こそ盆踊りが盛大に開催されることを願っています。

夏の風物詩を楽しむ



コロナ禍になり一年以上が経過し、先を見通せない状況が続いています。グループホームでも制限のあるなかでの生活が続いています。ご家族と過ごす時間も持たず、地域の夏祭りなどの行事も中止され、季節の行事などを楽しむことができなくなっています。そのようななかで、入居者の方々に少しでも刺激のある生活、少しでも思い出や記憶に残るようなことはできないかと考えました。

コロナ禍以前には、ご家族も一緒に行っていたそうめん流しを入居者の皆さんで行いました。節をとつてきれいに仕上がった竹に、そうめんや畑で採れたミニトマトなどを流して楽しみました。なかなか上手につかめないことも楽しく、大盛り上がりでした。普段あまり麺類を食べない方も、日頃よりも多く召し上がり、普段とは違った雰囲気良かったです。

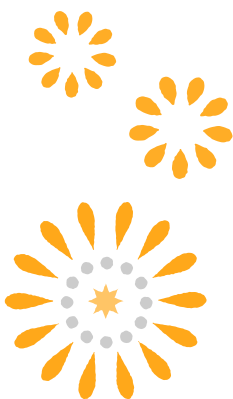
7月末と8月初めには、夕食後の薄暗くなった時間に、玄関先に出て花火をしました。これまで夏祭りに出かけても花火を見られる時間まで

いられず、手持ち花火でも『花火を見る』機会がなかったため、昨年計画しました。手持ち花火を配り、順番に火をつけて「きれいだなあ」「こんなの懐かしいな」と話されていました。噴き出し花火をする



と、歓声が上がります。拍手をされるなど、とても楽しまれました。

コロナ禍が続くかもしれませんが、その季節の風物詩を工夫して行い、季節を感じていただけたらと思います。



個別希望の実現

令和3年度の介護保険制度の改定において注目したのは、「自立支援・重度化防止の取組の推進」でした。それは「座る・立つ・歩く等の訓練から機能の向上への働きかけ、さらに役割の創出、社会参加の実現をめざしたりハビリテーションなどを勧めることで、少しでも生活機能を高め、在宅生活を継続できるようにすること」と理解しました。利用者の心身の状態を見極め、自立をめざしたサービスを提供することが生活の質の向上にもつながり、これらを実践することがデイサービスに期待される役割だと認識し、



支援しているところです。ところが、新型コロナウイルスの猛威はおさまらず、色々な行事やイベントが自粛・縮小され、交流そのものが難しい状況です。外出することも同様です。しかし利用者の方から「今年も桔梗を見に行きたい」と希望がありました。先に述べた「社会参加の実現」や「生活機能を高める」ためには施設内だけのサービスに留まらず、外出することのメリットが大きいと感じて

います。そこで、屋外の、人が密集しない場所、マスクの着用、時間の短縮など、新型コロナウイルス対策を徹底し、今年も桔梗の花見を実施することとしました。

梅雨明けの猛暑の中での外出でしたが、木陰に準備していただいた椅子に腰を下ろし、境内を見渡すと、青紫色の桔梗は涼し気で暑さも和らぐようでした。「来る人へのおもてなし、草の守りも本当に大変だと思う」「株を増やすのが大変でしように、手入れが本当によく行き届いている」と感心される方、また「腰が早く治りますように」「家族が元気でいられますように」と願かけ地蔵に手を合わせる方もおられました。加齢とともに機能は低下していくものですが、今年も元気にこの地を訪れることができたことは明日への活力につながると思っています。

「コロナ禍だからできない」ではなく「コロナ禍だからこそできることに目を向ける」意識を高め、心が和むような一時を提供できるよう努めたいと思います。

毎年温かく迎えてくださり、今年も手作りの水ようかんでおもてなしをしてくださった遍照寺スタッフのみなさん、誠にありがとうございました。



暮らしのひとコマ

～夏から秋へ～

新型コロナウイルス感染症の第5波により、今年の夏も外出や交流を控えざるを得ませんでした。

その中でも楽しみのある暮らしとなるよう、個別に、またユニットで様々な取り組みや催しを行っています。

夏には「縁日」の雰囲気や金魚すくいや昔懐かしい遊びをしたり、浴衣を着て「盆踊り」を楽しんだり…。

9月には「運動会」。園の畑で栽培した枝豆やさつま芋の収穫。季節を感じていただけたでしょうか。



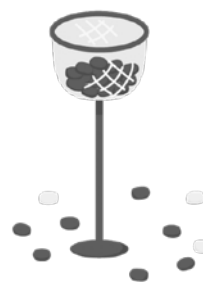
花火



縁日



運動会



芸術の秋



ACP (アドバンス ケア プランニング) の取り組みから

ACP(アドバンス・ケア・プランニング)は「人生会議」とも言われ、将来の万が一の時に備えて、どのような医療やケアを受けたいか、本人が大切にしていることや意向を伺い、前もって話し合う機会のことです。

むらおかこぶし園では、2年前からこのACPの取り組みを行っています。医療機関や地域で使われている一般的な様式を基に、質問内容や伺い方など試行錯誤を重ねながら「むらおかこぶし園バージョン」の作成を進めてきました。この取り組みが看取りの際のご家族の判断に繋がったという、お一人の方を紹介します。

平成29年に入居された田中澄榮さんは、施設での生活に慣れた頃、「もしも口から食べ物が食べにくくなったらどうするか」「自身の思いが伝えられなくなったら誰に任せるか」等の質問について、ご自身の思いを話されました。そして「最期は家に帰りたい」と意思表示をされました。

今年の7月、体調を崩され発熱を繰り返す中で、食べ物も徐々に喉を通らない状態が続き、主治医から看取りの時期であるとの話がありました。以前より、田中さんの思いはご家族に伝わっていて、ご家族と医師、施設職員が終末期の過ごし方について話し合いました。ご家族は「家に帰りたいと話していたので、連れて帰って家で看取りたいです」と、ご本人の意向を汲み取り、自宅で看取りをする判断をされました。

帰宅の当日、自宅に到着すると息子さん夫婦はじめ妹さん、子どもさん、お孫さんたちとたくさんの出迎えがありました。ご家族の言葉かけに短い言葉で返事をされ、ほっと安堵した表情がうかがえました。その日はご家族に囲まれ、懐かしい自宅でゆっくりと過ごされたことでしょう。翌日、ご家族に看取られ、田中さんは逝去されました。

昨今は、終末期を病院や施設で迎える方がほとんどです。認知症や様々な疾患から、入居された際には聞き取りが難しい方もおられます。また、最初に話し合っても、状況によって変化していくなかで、都度、確認していく必要があります。

その時になって「逝き方」を決めることは、たとえ家族でもとても悩まれます。ご本人の意思を元気な頃から伝えておくことは、田中さんのように終末期の過ごし方の判断材料になることがあります。

お一人おひとりがどのように生き、どのような最期を迎えたいか、ご家族や施設職員、医療関係者とともに話し合い、その人らしい人生の終止符となるようACPの理解を深め、今後の支援に繋がりたいと思います。



田中 澄榮さん

第三者サービス評価委員より

令和3年7月16日に、特別養護老人ホームむらおかこぶし園にて、第三者サービス評価委員による実地評価がありました。委員よりお寄せいただいた評価シート(講評)の一部を紹介します。

評価施設 「特別養護老人ホーム むらおかこぶし園」
サービス評価委員 岡田 奈智子氏 (村岡区板仕野) 西田 昭夫氏 (村岡区日影)
岸本 典明氏 (村岡区相岡)

1. 良かった点

家族会の方が施設周辺の除草作業をされたとのことで、園周囲がすっきりしてきれいでした。また、新型コロナウイルス感染症の予防対策が徹底されており、家族との面談方法も工夫されていました。

2. 気になった点

時間帯によるかと思いますが、以前よりも施設内が静かだと感じました。コロナ禍で交流制限が影響しているのではないかと感じました。

時代背景が急速に変化するなかで、今後も人材確保は非常に難しい状況にあると思います。さらなる方策を考えていただきたいです。

7月の集中豪雨時の避難体制、自治体等との協力体制について、課題を整理し対策をお願いします。

3. その他(アドバイス)

入居者の健康維持のための「食事」「運動」「休養」の効果的实施と、その検証などの再確認をお願いします。職員間、職員と家族間で、相互に共通認識が図れたらと思います。

職員の育成は、時間がかかります。できて当たり前。できないことが目に付きがち。心にゆとりがなければできません。職員の皆さん、心身共に健康を保てるようお過ごしください。

介護現場からの発信

介護の現場では、ここ数年来の人手不足のため、働く職員の負担が増大しています。

特に、但馬地域においては、少子高齢化により担い手が減少し、地元で人材を確保することはますます困難になっています。

しかし、現状では介護サービスの利用を希望される方は今も多くおられます。このままでは、介護施設、介護サービス事業所の存続が難しくなり、地域にとっても大きな支えを失うことになりかねません。

長寿社会となり、介護は誰にでも、どの家庭にでも起こり得る課題です。介護施設や介護サービスに関わる職員は、今も、そしてこれからも、そういう地域のなかで大切な役割を担っていきます。

地域の皆さん、

私達と一緒にこの課題について考えていただけませんか。

そして、この現状を乗り越えていくため、共に働いてくれる職員を募集しています。

「介護の仕事はきつい」「しんどい」というイメージがあるかもしれません。

確かに、そういう場面もあります。でも今は、介護ロボットやICT等を活用し、職場環境は変わりつつあります。勤務は交代制ですが、休日や休憩時間も確保し、働き続けることのできる職場であれるよう、日々努力しています。

どんなに時代が変わっても、「人」を大切にする介護理念に何ら変わりはありません。

人が生きる力を、笑顔を引き出し、最期まで支え切る…、支えたり支えられたりのなかで、自分自身も成長が感じられる…。それが、この介護という仕事の「やりがい」であり、何にも勝る大きな魅力だと思っています。

【お問い合わせ先】 ホームページアドレス <https://kobushinosato.jp/>
TEL 0796-97-2725 (担当/ 濟木)



興味・関心を持たれた方、是非ご連絡下さい。

災害時の備え

近年、地震や台風などの自然災害が多く、その規模も年々、大きくなっています。いつ発生するか分からない自然災害に対して、日ごろから身を守るための備えは、とても重要です。

もしもの時のために家庭で備えておくべきこと、最低限決めておくことがたくさんあります。

* 地域の避難場所を確認しておく

災害が起きたときに慌てずに避難するために、避難場所、避難経路を事前に確認しておくことが必要です。「香美町ハザードマップ」で、危険な箇所や避難所までの安全な経路などを事前に確認しておきましょう。

* 飲料水、食料の備蓄

電気、水道、ガス等のライフラインが止まった時のために、普段から飲料水や食料品を備蓄しておくことが大切です。

- ・飲料水 3日分（一人一日3リットルが目安）
- ・非常食 3日分の食事として、ごはん（アルファ米）、ビスケット、乾パン、カップ麺 等
- ・トイレットペーパー、ティッシュペーパー、マッチ、ろうそく、懐中電灯 等

* 非常持ち出し袋の準備

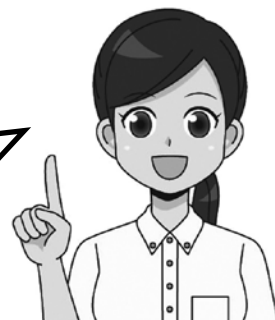
- ・飲料水、食料品（カップ麺、缶詰、ビスケット 等）
- ・貴重品（預金通帳、印鑑、現金、健康保険証 等）
- ・救急用品（薬、絆創膏、包帯、消毒液 等）
- ・懐中電灯、携帯ラジオ、予備電池、携帯電話の充電器
- ・衣類、下着、毛布、タオル 等
- ・使い捨てカイロ、ウエットティッシュ等
- ・ヘルメット、防災頭巾、マスク、軍手、マッチ



* 家族同士の安否確認の方法を決める

災害時に家族が一緒にいるとは限りません。離れた場所で被災した場合でも、お互いの安否を確認できるように、日ごろから連絡方法や集合場所などを話し合っておくことが大切です。災害時には、携帯電話がつながりにくく、連絡が取れない場合もあります。その際には、災害伝言ダイヤル（171）等を活用しましょう。

災害はいつ発生するか分かりません。
だからこそ、万一の時に備えて、
日頃から準備をしておくことが大切です。



ありがとうございました

ご厚志をいただきました皆様をご紹介します。

(令和3年7月～令和3年9月までの関係分を掲載)

「特別養護老人ホームこぶし園」へ

◆ご寄附(敬称略)

●金 銭

香美町小代区 田淵 雅広
香美町小代区 伍々すゑ子
新温泉町 片村 敬三
宝塚市 井上 秀幸

(物故者追悼式)

香美町小代区 光明 寺
香美町小代区 こぶし園家族会

●物 品

香美町小代区 井口 薫
香美町小代区 高下 栄子
香美町小代区 小代区有機栽培グループ
香美町小代区 田野 哲夫
香美町小代区 チノマート 吉田 範明
香美町小代区 田中 時雄
(物故者追悼式)
香美町小代区 光明 寺

◆ポランテア(敬称略)

●繕い物

香美町小代区 野菊の会
環境整備(整地)
香美町小代区 田中 義彦

「グループホームむらおかのかの空」 「デイサービスいそこの花」へ

◆ご寄附(敬称略)

●金 銭

香美町村岡区 石井 勇
ポランテア(敬称略)
美化清掃
香美町村岡区 山本 すみ子
香美町村岡区 山本 典子

「特別養護老人ホームむらおかこぶし園」へ

◆ご寄附(敬称略)

●金 銭

香美町村岡区 横井 健次
香美町村岡区 田中 剛

(物故者追悼式)

香美町村岡区 安 養 寺

●物 品

香美町村岡区 對中 廣芳
香美町村岡区 坂本 滝善
香美町村岡区 田中 武夫
香美町村岡区 横井 健次
香美町村岡区 上坂 孝利
香美町村岡区 西浦 栄子
香美町村岡区 田中 善野
香美町村岡区 山根 嘉宏
香美町村岡区 森 昭男
香美町村岡区 上坂 光雄
香美町村岡区 田中 光男
香美町村岡区 村岡高校地域福祉班

◆ポランテア(敬称略)

●喫茶しあわせ

香美町村岡区 大倉 友子
香美町村岡区 大林 すみ子
香美町村岡区 西谷 久代
香美町村岡区 南垣 久美子

●朗読クラブ

香美町村岡区 朗読サークルそよかせ

●般若心経の会

香美町村岡区 山根 勝子
香美町村岡区 西浦 栄子

●うたあそびの会

香美町村岡区 中田世津子

●クロバーの会

香美町村岡区 中田世津子



兵庫県委託事業 「令和3年度 介護技術講習会」のご案内

『今日からできる！双方に負担の少ない排泄介助』 ～尊厳を傷つけない、適切な介助方法とは～

たとえ介助が必要になっても、誰もが、「排泄はできれば自分の力でやりたい」と考えておられるのではないのでしょうか。『ご本人の誇り』を大切に、より快適な排泄方法について、皆さんの心配事を伺いながら考えます。

- 日時** 令和3年11月19日(金曜日) 9:30～11:30
- 開催場所** 特別養護老人ホームむらおかこぶし園
- 定員** 20名
- 申し込み先期日** 11月16日(火) (0796)94-0051まで
※送迎も相談の上対応します。
※コロナウィルス感染拡大により、中止する場合があります。

介護を学びたい方、興味・関心のある方、どなたでもOKです。
特に、認知症の方を介護されている方、排泄ケアで悩み事があれば是非お聞かせ下さい。

受講料は無料です!



感染防止策について 3密を避けるため定員に達した場合は受付を締め切らせていただきます。参加される際は、マスクの着用、手指消毒、検温にご協力をお願いします。体調不良の方は参加をご遠慮下さい。

入居希望待機者情報

令和3年9月30日現在

施設名	待機者
こぶし園	144人
むらおかこぶし園	94人
むらおかのかの空	30人

編集後記

雨の多かった夏が終わり、青空に紅葉が映える季節になりました。今号では、それぞれの事業所での夏の様子やコロナ禍での取り組み、工夫について掲載しました。ワクチン接種も進み、入居者や利用者だけでなく、職員も接種しました。しかし度重なる感染拡大や緊急事態宣言により、ご家族と一緒に過ごすこともままならず、制限のある生活が続いています。各事業所では、少しでも季節を感じたり、楽しみのある生活を過ごしていただけるよう考え、取り組んでいます。

早くコロナが収束することを願いつつも、充実した生活を送っていただけのように、今後も新たな取り組みを考えていければと思います。