

社会福祉法人 御前崎厚生会  
特別養護老人ホーム 灯光園  
電話 (0548)63-3729(代表)  
FAX 63-4131  
灯光園デイサービスセンター  
63-6002  
灯光園在宅介護支援センター  
63-5116  
灯光園居宅介護支援事業所  
63-5115



## 三月に

施設長 澤島 久美子

灯光園の玄関ロビーにお雛様を飾りました。七段飾りの豪華なお雛様です。お雛様の表情などから、昔風だなと思えるものです。五十年くらい前の物だと思いますが、きちんと、きれいに保管されています。このお雛様は入居のお年寄りのお宅から頂いたものです。娘さんが遠くにお嫁に行き、実家にあるお雛様を灯光園へ運んでくれました。お年寄りは監督で、職員が悩みながら組み立てました。お道具の中にはお琴や三味線もあります。「昔はお琴を習っていた」と嬉しそうに言います。写真を撮って、「娘さんに送ろうね」と話をする、涙がほろり。自分はお母さんと娘さんとお雛様を飾った、そんな場面を思い出したのでしょうか。こちらの心まで温かくなるひと時でした。

## 施設の役割を考える

施設長 澤島 久美子

平成二十七年四月に介護保険法の改正があり、介護報酬の単価などが発表されました。来年度はかなりの収入が減ることになりそうです。とはいえ、数字を嘆いてばかりでは、私たちの本来の仕事はできません。

灯光園の目指すところは、入居の利用者に元気になってもらうことです。その目標はかなり達成できていると感じます。毎日の利用者の元気具合を見れば明らかです。

具体的に、平均の介護度で見ると平成27年4月の平均介護度は3.7でした。今は3.5です。要介護1の方が4月は六人でしたが、今は十二人もいます。この中で入所時は要介護1ではなかった人が八人います。入所してから元気になり、介護度も軽くなりました。本人のやる気と職員の努力の結果です。喜ばしい限りです。他にも大勢の方の

介護度が軽くなっています。

さて、地域の中で特別養護老人ホームの役割とはなんでしょう。もともと特養は在宅では介護をすることが困難な、重度のお年寄りが生活する場です。そして介護保険の中では、介護が軽減され在宅に戻ることが目的なのです。だからこそ介護福祉士という介護のプロが利用者の自立支援のために働いているのです。とするなら、灯光園で元気になった利用者は、家に帰りましょうでしょうか……。それはちよつと無理。

ここからが今後の課題です。今まで通りの多くの重度の人を元気にする仕事を続けること。加えて元気になったお年寄りのために、体にも、お財布にも負担がかからない新しい生活の形を見つけて出すことを考えたいと思います。

## 尊厳を守るケアの

### 実践をめざして

介護士長 若林 佐登江

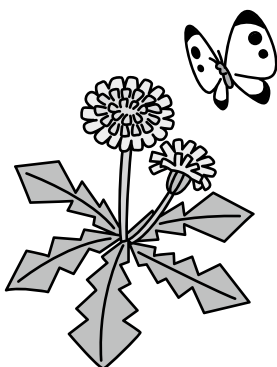
突然ですが、きんさんぎんさんを覚えていますか。コマースヤルに登場し「きんも100歳、ぎんも100歳」「ギャラは老後に貯めます」といって楽しませてくれました。年を重ねる喜びを実感したのは私だけではなかったでしょう。1992年（平成4年）のことでした。この年の100歳老人（百歳以上高齢者人口）は4,152人です。2014年（平成26年）の百歳老人はなんと58,820人です。

日本の高齢化は世界一です。凄まじいスピードで進んでいきます。人口減少の中、高齢者人口が増大しています。

2015年（平成27年）介護保険改正によって、特別養護老人ホームの課題は、重介護の方と認知症の方のケアです。私たち職員はさらなる技術の向上が求められます。これまでに、お

むつゼロのケア、常食（ご飯）を食べるケアを進めてきました。おむつゼロ、常食化によって食べることで、排泄すること、眠ることはできるようになりました。土台はできました。次は土台の上です。これは一人ひとり違います。丹念に話を聴き、生活を共にする中で気づかなければなりません。認知機能の低下した方も習慣として身に付いたことは覚えていきます。思い出し、今できることを探し創り出していきます。尊厳を大切にしたいケアの実践です。

心身の機能が低下してもその人らしく、楽しく生活できるように支援し、その方法を広く地域へ発信してゆきたいと考えています。



私はお母さん  
——生活によりそう——

介護士 中村 朋子

真夜中の灯光園。誰か、灯りの消えたりビングで動いています。パジャマ姿のたまさんです。棚にある本を整頓しています。それを片付け終えて周りを見渡しています。たたまれていない洗濯物がありました。それを、きれいにたたみ終えて部屋へ帰っていきます。

「夜眠れていない。なぜ？」  
日中の運動量が少ないからじゃないか、水分が足りていないかもしれないと、たまさんの、眠れない原因をユニットの職員で検討しました。散歩や外出、お茶を飲む機会を増やす取り組みを行いました。どの取組みもあまり効果が見られませんでした。

ある夜のことです。夕食を終え、みんなで歌謡ショーを見ている時、たまさんも一緒に見ていたのですが、コックリコックリ居眠りが出ています。部屋で休むよう声を掛けても「まだ起きていますよ」との返事があります。

す。ですが、やっぱり居眠りが出ます。そこで「あとの片づけは私がやりますね。ありがとう。休んでくださいね。」と声を掛けてみると、「悪いね、そんじゃあ先に休ませてもらうよ。」と笑顔で部屋へ帰って行きました。たまさんの、普段の行動を考えてみました。日が暮れると鍵を閉めてブラインドを下ろします。灯りを消します。寝るのはリビングに人がいなくなってからです。普通の家のお母さんと一緒です。そこで、たまさんへの援助方法が決まりました。①夜は目に付くところに洗濯物をおかない ②片付けをきちんとする ③戸締り ④余分な灯りを消す ⑤「あとは私にまかせて」と、安心の声掛けをする  
もう片付けも終えて寝るばかりという状況を作ることです。休んでもらえる夜が増えてきました。なによりも、職員が、たまさんを理解することが出来たことで、『夜起きてくる』という行動を問題と捉えることがなくなりました。その人を知り、生き方を認める、大切なことですね。



2月。職員が原子力防災訓練に参加しました。

今年は、御前崎港まで介護タクシーで行き、海上保安庁の船に乗る訓練を行いました。

3月。浜岡砂丘へ河津桜を見に行きました。帰りには、皆さん大好物のお寿司を食べてニコリでした。

施設内ではお料理クラブが開催され、よもぎ餅を作ってみんなで食べました。手作りのおやつはやっぱり美味しいですね。



生活に刺激を

与えてくれる存在

相談員 松下 由香里

特別養護老人ホーム灯光園では、大勢のボランティアさんが活躍してくれています。

灯光園が広沢にあった頃から、大山区の松尾恵美子先生、大澤晶子先生が「歌の集い」を開いてくれていました。残念ながら、去年を最後に閉会となってしまいました。長きにわたりありがとうございました。

松尾先生にマイクを向けられ、恥ずかしそうな笑顔で歌う利用者さんの姿に、何度私も笑顔になったことでしょう。毎月、元気な声と笑い声を利用者のみならず、私もパワーを頂き、大澤先生の綺麗な歌声に聴き惚れました。大澤先生の歌声は、二ヶ月に一度の家族会の喫茶店で引き続き聴くことができます。先日は、「ハーモニーマおまえざき」の方々がハーモニカと紙芝居を披露してくれました。事前に演奏曲をいただき、歌詞

カードを作りました。「異国の丘」「ああ上野駅」「旅の夜風」など、私が知らない曲ばかりでした。会が始まってビックリしました。ほとんどの利用者さんが歌詞カードを見ずに、歌を口ずさんでいたのです。普段は自ら声を出すことの少ない方が歌っている姿に感心しました。

ボランティアさんの訪問は、施設生活に刺激を与えてくれますし、外出ができない方々にとっては嬉しい時間です。カラオケ、傘踊り、フルート演奏等、楽しいひとときです。また、私達職員ではできない役割を担ってくれることもあります。利用者さんと同年代方の訪問では、同じ歴史を生きてきた者同士の親近感を持ち、懐かしさや安心を得ます。幼稚園児、保育園児の訪問は、孫や子供を思い出させ幸せな時間となります。施設生活でかけがえのない存在のボランティアさん。今後、もっともっと増えてくれることを望んでいます。

ボランティア活動

～あいごろう～

灯光園

(二月)

○乙坂 昇平様

○大澤 晶子様 (家族会喫茶店フルート演奏)

○ハーモニーマおまえざき様 (ハーモニカ、紙芝居)

○川口 節子様 (絵手紙) 二回

○清水 ソノ子様 (カラオケ支援) 二十三回

○横山 守様 (パワーストレーニング) 二回

○糸川 千恵子様 (ボイストレーニング) 二回

○川口 節子様 (絵手紙) 二回

○清水 ソノ子様 (カラオケ支援) 二十三回

○横山 守様 (パワーストレーニング) 二回

○やまぶきの会様 (傘踊り)

(二月)

○糸川 千恵子様 (ボイストレーニング)

○川口 節子様 (絵手紙) 二回

○清水 ソノ子様 (カラオケ支援) 十九回

○横山 守様 (パワーストレーニング) 七回

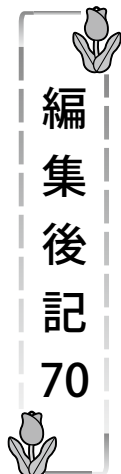
○浜木綿会・フレンズ (小野田肇様他十一名) (大正琴) 一回

三月十三日現在

ありがとうございました。

○御前崎市茶手もみ保存会様 (お茶)

編集後記 70



機関紙「みさき」に携わって約十年が経ちました。

過去の編集後記を読み返し、二人の息子の成長を喜ぶ文面に懐かしい気持ちになりました。今号を節目に、編集委員を後輩に譲ることになりました。今後も灯光園の取り組み、行事報告などを載せていくつもりですので、よろしくお願いいたします。