



# 通信

電話048-480-4150

2023年度 春号

春が近づくと「今年のお花見は？」との声が聞かれます。「今年こそは！」と思ったものの、新型コロナウイルス感染は続いており中止せざるを得ませんでした。

そこでお花見弁当をご希望の利用者さんに届けることにしました。すると59個の注文がありました。予想を上回る注文数にビックリ！

当日は早朝から「えんの食卓」スタッフが腕によりをかけたお弁当を作り、雨の中14人のケアサポートスタッフが配達し、無事に終わることが出来ました。



えんの食卓厨房の様子



## お花見弁当

お弁当の「おしながき」

桜と小鳥のお手製カード



### ～利用者ご家族の facebook から～

母がお世話になっている 暮らしネット・えん ケアサポートさんのお花見弁当。家族でいただきました。お弁当はもちろん、メッセージ、写真、お品書き、すべてに手間と愛がこもっていて、ほっこりしながら、いただきました。

身体が不自由になってしまった利用者さんたちにもお花見の気分が味わえるようにして下さったのかな。本当にいつも利用者や家族に寄り添ってくださり、感謝です。

## 認知症カフェえんの森、再開!

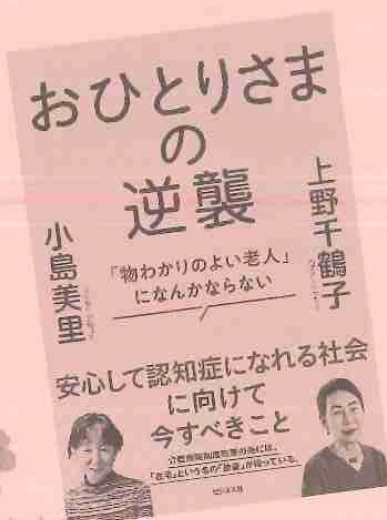
早すぎる春が訪れた今年、えんの庭に花々が咲きそろいました。種々の水仙、歌のとおりに赤白黄色と並んだチューリップ、山野草の類も多く、ニ輪草、ヒトリシズカ、エビネ。木に咲くのは杏、利休梅、レンギョウ、白山吹、黄山吹、雪柳…。今年は花のつきが良いと思ったら、お庭のボランティアさんから「寒いうちに肥料をたっぷりあげておいた」と聞きました。外との交流が途絶えたコロナ下の3年間、グループホームやデイホームの利用者さんはもちろん、ステイホームなしで働くスタッフたちみんながこの庭に慰められてきました。

感染拡大から3年余、5月の連休明けに新型コロナウイルスは季節性インフルエンザと同じ感染症第5類になり、収束したかのようです。けれども連休にかけて第9波が来ると予想されています。高齢者にとっては命取りになる病気ですから、介護に携わる私たちはまだまだ気を緩められません。

それでも、長いこと制限してきた地域との交流やボランティアさんの活動を再開するきっかけになるのは嬉しいことです。まずは認知症カフェ「カフェえんの森」から始めようと準備しています。これまでは、認知症に対する基本的な知識を地域の人に知っていただくことを中心に開いてきましたが、これからの認知症カフェえんの森の役割は、一歩進めて「認知症になったかな?」と思っているご本人と家族を支えることと考えました。依然として「認知症にだけはなりたくない」という意識は根強く残り、当事者になった人々を苦しめていますから、「認知症になっても大丈夫」と感じられるカフェにしたい。認知症カフェにも「認知症予防」を求められる傾向がありますが、それが本人に「予防を怠った」と突き刺さることも肝に銘じておきましょう。

しばらくは感染防止のために人数制限(10名まで)させていただきますが、是非ご参加ください。

代表理事 小島美里



上野千鶴子さんと小島の共著  
～おひとりさまの逆襲～「物わりのよい老人」  
になんかならない (ビジネス社)  
が4月発刊されました。「おひとりさまシリーズ」  
の上野さんと小島の徹底討論、お読みいただければ  
幸いです。

## 若年性認知症の方の支援について

～3月12日(日) 新座市介護職員認知症研修

「若年性認知症を知ろう」に参加して～



イラスト／細井美風

若年認知症当事者の話を伺うのは初めての経験でした。Iさんは61歳の男性。南極で気象観測の仕事経験もあり、現在は職場の理解を得て気象のデータ処理の仕事が続けられています。

2年前の春、支持が伝わらない等の仕事上のミスが続き、秋に専門病院でアルツハイマー症と診断を受けました。「まさかの思い、愕然とした思い」と当時の心境を切々と語られました。再雇用となり、夜勤はなくなり日中勤務と変更になったものの、仕事の速度が遅くなり、周りのスピードについていけず、ルーティンをこなせない等の辛い現実にも向きあわれています。只、俳句や料理等沢山の趣味もお持ちで、お住いのマンションでのシルバークラブや認知症カフェでの活動に自ら参加され、日常生活を大切に、そして楽しまれているようです。自ら公表する、カミングアウトされたことで可能になった今の日々とのことでした。

同席の奥様からは「困っていることをそのままにせずに楽しい雰囲気をはげし、イエス、ノーで答えられるよう会話を工夫する」とのご意見がありました。Iさんに対しての深い思いやりと今後に向けての強い意志を感じました。

参加された埼玉県若年性認知症コーディネーターからは高齢者認知症との違い、社会的な課題、就労、社会参加居場所作り等多くの検討すべき点が説明されました。

私自身は総ての年代の認知症に対して「忘れてもいいんだよ」という大きな社会の受け皿があったらいいなと思います。予防や治療薬だけに目を向けるのではなく、違う視点が必要な時期かと思えます。

Iさんから専門家に対して「更にプロフェッショナルに」という要望も出されました。さて最後にIさんから大好きと言われた歌を紹介します。河島英五の「時代おくれ」です。『目立たぬように、似合わぬことは無理をせず、人の心を見つめ続ける～♪』いいですね。Iさんのお人柄がそのまま伝わってきました。ありがとうございました。

(民生委員／まどかボランティア／胡桃沢良子)

# ～ 新人紹介～

似顔絵／小野実穂

出身は埼玉県寄居町、今でも熊や蛍のいる自然豊かな場所で育ちました。成人してからはずっと製造工場で働いてきました。何の不満もなく働いていましたが40歳を過ぎた頃より「定年後はどう生活したらいいのだろう」と漠然と不安を感じる様になりました。そんな折、義母が認知症になりました。初めて介護の仕事に触れて、介護の仕事だったら体が動く間は働き続けられるのでは、と考えて49歳の時に転職しました。生涯働いていける職業に巡り会えて本当に良かったです。まだまだ新米介護士です。先輩方に指導を頂いて頑張っ参ります。



橋本直樹  
(多機能ホームまどか)



集貝瑞奈子  
(多機能ホームまどか)

初めまして。5歳と4歳の娘と息子がいて、毎日育児に奮闘しています。生まれは埼玉県秩父郡の山の中でバスが1～2時間に1本運行される田舎です。祖父母と一緒に暮らしていたので、畑や田んぼ、うどん作りなどをしながら遊んでもらいました。まどかはとても懐かしい気持ちになり、他愛のないお話にも方言が出てしまいそうな時もあります。入社して2ヶ月、皆様にお会いするのを楽しみに励んでいきたいと思ひます。

私はえんの食卓で配達をしています。私には息子と娘がいます。学校が休みの日は2人で協力して家事やお菓子作りをしてくれてます。なので、安心して配達や調理の仕事に出かけられます。



高島朱美  
(えんの食卓)



小笠原陽子  
(えんの食卓)

私は料理を作る、車の運転が嫌いではないので、先に働いていた姉に薦められ入社しました。いざ働いてみると、ただ食事を作り配達するだけではなく利用者さんの体調や好みに合わせた調理、徹底した衛生管理、配達時に何か変わった様子ではなかったか等などやることもたくさんあり、1日を一生懸命こなすことでいっぱい입니다。早く仕事を覚えて足手まといにならないようつとめたいと思ひます。

新座市出身で、趣味は Youtube 鑑賞、友達と街を散歩することなどです。9 年前、ケアサポートえんで訪問の仕事をしていただきました。その後は有料老人ホーム、サービス付き高齢者向け住宅、夜勤専従などで経験を積んできました。尊敬する先輩がたくさんいるえんで、また働くことができ嬉しいです。初のグループホームでの仕事、安心して穏やかな生活を送っていただけるよう頑張りたいと思います。



桂田綾子  
(グループホームえん)

苗字はちょっと珍しいようで、電話では外国の方と間違われることもしばしば(笑)。出身は北海道の網走市。冬には流氷が来てオホーツク海が一面の氷野へと姿を変え、息を飲むような光景が見られる素敵な私の故郷です。最近はサウナにハマリ、休日には温泉施設へと出掛けては癒されています。他には旅先にて一眼レフで写真を撮ったり、大好きなタロット占いをしてストレスを発散しています。これまで訪問介護や老人保健施設、病院、デイサービスや有料老人ホームを経験してきました。「その人らしく生きる」をモットーに、これからも安心して今の生活を続けていけるよう支援させていただきます。



栗須美佐  
(グループホームえん)

東京都江戸川区出身、埼玉に住んで 20 年になります。人と接することが好きで人に関わる仕事をしてきました。子育て後は介護に縁があり、訪問介護、デイケア、デイサービスを経験し、「ご本人や家族が願うその人らしい生活を」「楽しい時間を共に」を信念に務めて参りました。グループホームは初めてですが今までの経験と認知症ケアを日々学びながら、皆さまが楽しく安全に暮らせる毎日を支援していきたいと思っています。



佐藤弘美  
(グループホームえん)

岡村順子

(ケアサポートえん)



普段は重度障害者施設で勤務しています。水曜日のちょっとした時間で訪問のお仕事をさせてもらっています。よろしくお願いいたします。

こんにちは!様々なかたとの縁で3月からケアサポートえんで働くことになりました。趣味はダンス、サッカー観戦です。祖父母の介護経験を活かして地域の皆さんのサポートができたと思います。



ジョーンズ由紀子  
(ケアサポートえん)

## 救命救急研修 もしも食べ物が詰まったら…!?



4月3日・7日の両日、新座消防署片山分署救急隊員3名に来ていただき、『異物除去の方法』について教えていただきました。お正月になると高齢者が、おもちを喉に詰まらせて救急車で運ばれるというニュースを耳にしますが、実際に食べ物を喉に詰まらせた時にどのように対処したら良いのか、学ぶことができました。

まず高齢者が喉に詰まらせやすい食べ物について説明がありました。「1位おもち・2位ご飯・3位うどん、白い炭水化物が危険」という話を聴き、スタッフからは「ご飯は意外だった」という声が多く聞かれました。異物除去の方法には大きく分けて2つあり、腹部突き上げ法(ハイムリック法)と背部叩打法があります。

～腹部突き上げ法～ 患者の後ろに回り、ウエストに両手を回します。拳をにぎりみぞおちの下(へその上)に当て、手前に引き上げるように圧迫して突き上げます(胃から食道へ圧をかけるイメージ)。妊婦や乳児には行わず、立ったまま行うのが効果的なので高齢者にもあまり適していない方法です。

～背部叩打法～ 患者を前かがみにして、左右の肩甲骨の間を手のひらで下から上に突き上げるように叩きます。スタッフは実際に人の体や人形を使って、2つの方法を実践しました。

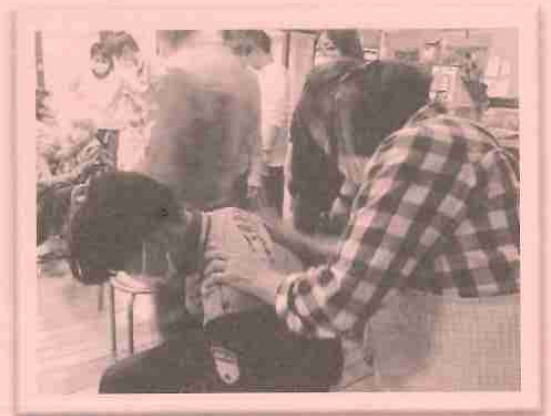
スタッフ全員利用者さんが食事中におせたり詰まりそうになったりした経験があるので、たいへん貴重な体験になりました。これからはものごとが起きた時の対応に自信が持てました。

最後に救急隊員から一番大切なことは予防で、食べ物を詰まらせないように小さくしたり、トロミをつけたり食事を工夫することとの話がありました。

高齢になると食べ物を飲み込む力も弱くなってしまいますので、利用者一人ひとりの状態に合わせた食事形態を考えて提供し、予防に努めたいと思います。

いつ出動命令が来るかわからない忙しい中、えんに駆けつけて下さった救急隊の皆さんに感謝申し上げます。有難うございました。

(グループホームえん/立川栄侍)



## 「伝えたい まどかのこと」 ～訪問サービス編～

夜の利用者さんは日中とはまた少し違った表情を見せてくれます。

日中に楽しそうにお話をされ笑顔を見せていた方も、暗くなってくると、「そろそろ帰ろうかな」と言ったりします。私たちの声掛けて落ちつくこともあれば、納得できない方、帰れないことに怒る方もいらっしゃり、時にはご家族に電話でお話していただきます。日中過ごしている場所にそのまま泊まるので認知症のある人に多いリロケーションダメージが少ないのが小規模多機能の特徴で、たいていはそのうち落ち着かれますが、物事を理解するのはなかなか難しいようです。

宿泊時は日中より人数が少ないせいか、普段は手を出すのを遠慮している方が、夕食のお皿洗いを手伝ってくれたり、色々な表情の利用者さんが見られるのも夜勤の魅力です。

(多機能ホームまどか／高岡岳人)



まどかで働き始め3年半。育児も少し落ち着き、夜勤を始めることにしました。

日中の様子は知っていても夜一人で対応するのは初めて…。ドキドキしながら迎えた初夜勤!利用者さんはなんと、戦時中にお嫁に来て、戦後生き抜いた“たくましい”という言葉がぴったりのAさん!!日中は寝ていることも多い方ですが、夜になると動き出します。ご家族は「夜の大運動会」とおっしゃっていましたが、その言葉がぴったり。私はご自宅と同じように自由に動いてもらい、危険がないか見守ります。立つことのできないAさんは、床に座ったまま手で移動します。クルッとなんとも器用に方向転換して別のルートへ。「まどか～」「まどか～」と大きな声で呼ばれ、私の顔を見るとえくぼをみせて「なんか食わせてくれよ～」と。パンをお渡しすると、2つに分けて両手で持ち食べ始めます。おいしそうにゆっくりと。食べ終わると「運動会」を再開。そして朝方に自ら布団に戻ってぐっすり眠られていました。

気が付いたら終わっていた、初めてのまどかでの夜勤。家での生活を垣間見られたようで、楽しかったです。



イラスト／細井美風

(多機能ホームまどか／増子仁美)

## ● 第20回定例総会のお知らせ ●

日時:2023年6月25日(日) 場所:新座市立中央公民館体育室

13:30~15:30 定例総会

15:40~16:40 総会記念講演

### 『看護小規模多機能型介護について』

堀越洋一氏(堀ノ内病院副院長・地域医療センター長)他

看護小規模多機能型介護あい(堀ノ内病院)が5月開設しました。

暮らしネット・えんもお手伝いしています。市内唯一の医療ケアが必要な在宅要介護者に適した在宅サービスについてお話しします。

## ケアマネジャー・訪問介護ヘルパー

### 職員大募集!!

離職率が低いと評判の暮らしネット・えんで一緒に働いてみませんか?資格取得のお手伝いもしますので、経験のない方もどうぞ。訪問介護は「登録型」と「時間拘束型」の勤務形態から選ぶことができます。 **担当 小島・真中 tel 048-480-4150**

※介護職員&訪問介護時間拘束型パート:約1150円(処遇改善加算等含む)通勤手当・年度末手当あり

#### ～認知症カフェえんの森 再開～

しばらくは電話予約にて開催します。

毎月第3水曜日 13時~15時

えんの森リビングルーム

(暮らしネット・えんまでお問い合わせください)

#### ～新型コロナウイルス対策～

5月8日以後も、各施設内・介護提供中の感染防止対策を継続します。



地域で暮らし続けていくために 2022年度新規・継続会員募集中!

正会員:1000円 賛助会員:3000円

※入会を希望される方は、事務局までご連絡ください。

郵便振替(00180-5-314344)



■ 編集・発行 認定NPO法人暮らしネット・えん

〒352-0033 埼玉県新座市石神2-1-4

電話:048-480-4150 FAX:048-201-1311

Eメール:npoenn@jcom.home.ne.jp

ホームページ:<https://npoenn.com/>