

こころ通

令和2年4月号



こころ青梅

東京都青梅市東青梅4-17-42 袖木沢ビル1F
TEL: 0428-23-8220

地域ケアサポート館 福わ家・小規模多機能ホーム
東京都青梅市藤橋2-614-18
TEL: 0428-78-2100

地域ケアサポート館 福わ家・グループホーム
東京都青梅市藤橋2-614-6
TEL: 0428-78-2100

地域ケアサポート館 福ら笑(ふらわー)
小規模多機能ホーム・グループホーム
東京都羽村市川崎1-7-8
TEL: 042-555-6678



原点回帰 タケルさん(仮名)と3

※実際の出来事をそのまま書きましたので
少々ショッキングな表現があります。

それは僕が特別養護老人ホームの日勤者としていつも通り今日も頑張ろう! と気を引き締めている最中のことだった。向こうの方から厳かな朝にはなんとも似つかわしくない、叫び声のような声が聞こえてくる。耳を傾けると「しんたろうさん、タケルさんが倒れてる!」と言っている。慌ててタケルさんの居室に駆け付けるが、タケルさんはベッドの横の床に伏せた状態、すでに人としての「生」を感じない、その姿は瞬間的にもう何をしても無駄だということを理解させるものでした。だけどあまりに突然の出来事すぎて僕の気持ちにそれを受け入れようとしていない。横たわるタケルさんの姿勢を直し、人生で2度目の心肺蘇生を施しました。ありったけの気持ちで「どうか戻ってきてほしい」「生き返れ!」と声をかけるのだけれど、そんな呼びかけには当然のごとくタケルさんは答えてくれない。だんだんと悔しさがこみ上げてくる。やっと一緒に外出することが出来るのに、あんなに喜び合ったのに、なんで一度も叶えさせてくれなかったのか...と。間もなくして医療者が到着し、僕の整理のつかない感情をよそに、あっけなく死亡の確認が行われてしまった。時間が止まったかのように呆然と立ち尽くす僕。だけれどその横では今後の対応という事務的な話し合いがあり、フロアリーダーとしては当然その話の流れについていかなくはならないわけですが、僕の心はひどく乱れ、まともに話し合いに参加することができそうもない。そしてなんと僕は、その話し合いの場を捨てて施設内の宿直室に逃げ、閉じこもってしまったのです。

「コーヒーを自宅で飲みたい」こんな当たり前のことを実現できないのはなぜか、誰の問題なのか。僕に別れも告げずに急に逝ってしまったタケルさんのせい? いや、タケルさんは被害者に過ぎない。ではすぐに実現させてくれなかった上司が悪いのか、いや、そもそもタケルさんから相談を受けたのは僕であって上司ではない。快く手放しで許可してくれたわけではないが、しつこい僕に付き合ってくれた。結果、僕のような若造を信じ、事業所のリスクを承知の上でともにチャレンジしようとしてくれたのだ。電気もつけない宿直室の中であれこれやり場のない後悔を抱えて悶々とする中で、僕はあることに気がついてしまったのです。それは「すべての責任は僕にある」ということを。介護は人の人生に寄り添う仕事、だからこ

そ楽しいのだと思っていた、そのことを大切にしたいと思い続けてきた。だけどたくさんの人に寄り添っていると「一人の人として観る」ことの大切さを忘れてしまう。僕にとってタケルさんは、当時担当する入居者「50人の中の一人」に過ぎなかった。この考え方こそが、僕が犯してしまった罪。「50人の中の一人」となれば、やることは50通りのニーズに優先順位をつけること。タケルさんの「コーヒーを自宅で飲みたい」ということと言えば、当時の僕は日々ルーティーン業務をこなすことで精一杯だったから、優先順位の低いコーヒーの件は後回しで、自分の気持ちに余裕があるときだけ上司や同僚にアプローチしていた。だから無駄に時間を浪費し、約半年もの期間をかけてしまうこととなったのだ。そして迎えた突然の別れ。人の命は永遠ではないんだ、元気そうに見えても別れは突然にやってくる。先日の志村けんさんとの別れも、とても辛く国民が泣いた日だった。誰もが、まだお若いのにとか病気を恨んだりするが、命の期限など誰にもわからない、そしてその期日は突然に訪れるものだ。本人の望む支援に優先順位などをつけ、後回しな日々をおくっていたら、目の前の大切な人はある日あつという間に逝ってしまわれる。命を大切にすることの意味は、「今」を大切にすること。これらはタケルさんが自分の命を犠牲にして僕に教えてくれたことです。

僕にとっての原点回帰、それはタケルさんの夢に自分の夢を重ね、「コーヒーを自宅で飲みたい」の実現に向けて頑張った姿ではなく、実は突然訪れたタケルさんとの別れの日、あの暗い宿直室の中で自分の介護職としての専門性を鏡に映し、自分自身をかえりみたとところにあるのです。タケルさんごめんね、「コーヒーを自宅で飲みたい」この願いを実現できなかったのはぼくの真剣さが足りず、すぐに行動しなかったからです。最終回にもかかわらずこんな悶々とした独りよがりな締めで大変恐縮です。でも、僕が意外とネガティブで挫折が多かったせいか、わが社の愛するスタッフたちはすぶる元気。一つ一つの命に対して精いっぱい愛で「今」何が出来るかを考えてくれています。あの名言が思い浮かびます、個人的にはぼくの方が先?(笑)だと思っているのだけれど。そう、『いつやるか? 「今」でしよう!』

井上 信太郎



新型コロナウイルスの感染拡大に伴い、不安やストレスを抱えながらの生活が続いております。心身ともに疲れがではじめ、気がつかないうちに体調に変化がみえるころかもしれません。(有)心のひろばではこの状況を乗り切るためにスタッフ一同、今できることを模索しています。今後まだ不透明な状況が続きそうですが、今できる取り組みとして、我々が行っていることを掲載させていただきますので参考にしてみてください。

・施設内（福わ家・福ら笑）の現状

- ・玄関に体温計と消毒液を置いています。フロアや居室に入る際はご家族を含め訪問マッサージや薬局さんなどにも検温と消毒をお願いしています。
- ・関係者での感染報告はまだなし。
- ・業者関係:玄関での手指消毒、検温、マスクの着用
- ・ご家族:しばらくの間、面会をご遠慮して頂いています。中に入る場合は上記同様。ご家族に安心してもらえるよう、メールを送る際、普段のご本人の様子を伝える他、写真を添付・家族から電話があった際、本人の様子を伝えるなど、家族に少しでも安心してもらえるような配慮。
- ・スタッフ:出勤前に検温。出勤時手洗い、うがい、マスク着用。子供のいる家庭は子連れ出勤大丈夫であること、時差登校など配慮して勤務時間など調整。
- ・喚起や掃除、消毒。
- ・新型コロナウイルスの感染者はいないが、体調不良の訴えや症状があるたびコロナかも…咳をしたらコロナじゃないですよ。等の発言あり（精神的な配慮）
- ・洗面所にハンドソープ、ポンプ式の消毒液を置き外から中に入る時の手洗い、うがい徹底(個人のマイウがいコップ持参している人もいる)
- ・消毒液での拭き掃除回数が増えました。

・どのような工夫が役に立ったか

- ・免疫力を高める為に笑って頂けるようにしています。イベントを中止するよりも、消毒や換気、手洗いうがいを徹底した上で大いに笑える機会を作りました。
- ・いつもの生活、よく食べ、よく笑い、よく寝て、体調を整える、免疫力をつけるため体操や口腔体操の継続、歌を歌うレクリエーションで、呼吸のリハビリを意識しています。
- ・事業所間でマスクや消毒液など不足している物の情報共有し助け合っています。

・物が無い、どうしようとかマイナス思考でなく、どうしたらできるかな?とか発想を切り替えて、前向きに考える。

- ・来所時のカテキンうがい
- ・基礎疾患のある人特に栄養をしっかりとれるよう内容、時間、介助方法を工夫しています。
- ・市内他事業所からの在庫情報共有
情報その1.在庫に余裕があるところがあり分けてもらえる関係性があつた(困った時は互いに助け合いましようという温かいお言葉)
- 情報その2.普段から消耗品は複数社から購入。そうすることで、1つが止まっても全部が止まるということは起きにくいという情報をいただきました。
- ・スタッフ個々の強みを活かした工夫!手作りマスクの差し入れ
- ・手作りマスクを利用者さんと一緒に作ってみよ〜という案がうまれました。
- ・ペーパータオルの使用は控えて、各自布・タオル・ハンカチを所持する事としています。



・家族からはどんな声が?

- ・面会に来られる前に施設での対応を確認して下さったり、至近距離で会えなくても窓越しや外から姿を見るだけでも…とおっしゃるご家族の方がいました。ご家族の方もウイルスを持ち込まない気遣いをして下さっています。
- ・ご家族からはたくさんの応援の声を頂いております。

ここひろは （まはやくま）

・ここひろ青梅の状況（訪問介護・福祉用具貸与・居宅介護支援）

【施設内の現状及び影響】

ヘルパーさんへの周知については、事務所からヘルパーさんへアルコール消毒液を渡しています。

訪問介護の利用者様に対して、

- ①咳エチケット、感染予防の為、マスクをする。
- ②利用者様宅に入った際に、手洗い・うがいを行う。
アルコールあれば手指消毒を行う。
- ③仕事に入る前に利用者様の検温を行い、37.5度以上ある場合は、事務所に連絡。

（利用者様にも、不安を軽減して頂く為にヘルパーが検温して入っていることを伝える）

ご利用者様ご自身で検温済みの方は、お尋ねし活動記録票に記入する。

37.5度以上ある方は事務所に連絡。微熱の方は援助終了後、もしくは業務報告で連絡。体調をお尋ねし、少しでも体調不良が見られたら必ず検温をする。

37.5° あったから行きませんという画一的な対応はできないので、目安として検温をしていますが、それ以外の体調なども踏まえて誰が連絡を受けても個別で対応できるよう、初期動作から連絡系統をまどめています。

また障害の移動支援については、現在の情勢及びここひろの対応策をご家族へ説明し、キャンセルをしたり、時間短縮や内容見直しをして対応しています。

スタッフへの周知として、

- ①出勤前に、各自検温をおこなう。37.5度以上あるときは事務所へ連絡。
- ②出勤したら、手洗い・うがいを行う。
- ③事務所内定期的な喚起を行う。
- ④事務所内の、必ず手を触れる場所（電気スイッチ、ストーブのスイッチ、受話器、自動ドアのスイッチ、ドアノブ）を朝の掃除に合わせて除菌消毒をする。

⑤日中、外出し事務所に戻る毎に手洗い・うがいを行う。

⑥車輛を使用した際には、ハンドルやレバー、ドア等の消毒をする。

【どのような困り事があるのか】

マスクや消毒が入手困難ですが、スタッフが自宅近隣の薬局などの仕入れ状況の情報入手したときには、皆に周知しスタッフが買いに走っている。

【どのような工夫が役に立ったか】

マスクが足りない状況での手作りマスクの利用。ここひろクラークが布製のマスクを数十枚作りスタッフやヘルパーへ配布している。

ここひろでのスタッフの検温等の実施は利用者さんへ個別で伝えていきます。



←手作りマスクの一例

【利用者さんへ】

不安なこと、聞きたいこと、体調に不安を感じていること、などなど。気になることがありましたら遠慮せず、スタッフに何でも聞いてください。

ここひろ青梅移転のお知らせ

皆様、お世話になっております。

平日頃、ここひろ青梅をご訪問いただきましてありがとうございます。

皆様にお知らせがございます。

(有)心のひろばは2000年創立し青梅市内を移りながら、2011年より青梅総合病院の前にここひろ青梅の事務所を構えて業務を行って来ました。訪問介護(ヘルパー)・居宅介護支援事業所(ケアマネ)は、5月1日より青梅市藤橋の地へ移転することになりました。現在、福わ家として運営しております『福わ家・小規模多機能ホーム』の2階が事務所になります。

事務所は移転しますが、皆様への支援は変わりません。これを機にさらに業務の充実を図り、皆様のご期待に添えますよう、一層の努力を重ねてまいります所存です。

引き続きのご指導ご鞭撻のほどよろしくお願いいたします。

なお、福祉用具につきましては5月1日時点での移転はなく、引き続き現在の事務所で事業を行ってまいります。

移転先住所：青梅市藤橋 2-614-18

ここひろ青梅 錦織



スタッフ紹介 ゆめきもち

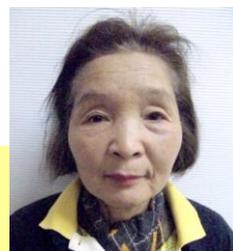


福ら笑勤務:
細谷小百合

福わ家。小規模多機能で看護師として勤務しております。2014年アイシングクッキーと出会い、自分で作れるようになりたくて2015年資格取得。続いてデコレーションが可愛いデコカップケーキや昔から大好きな練り切アートの資格を取得しました。2019年には練り切アートの上級コースに通い、練り切アート@マスター講師となりました。

病院勤務の時から思うことがあり、福わ家に勤務しながら模索(これかな?と思い)して「終活アドバイザー」の資格を取得しました。先日、義母が発病してから5ヶ月弱で他界し、これかな?がこれだ!に変わりました。「終活アドバイザー」として、終活の話しをし、エンディングノートの普及をしていきたいと思っています。

これらは全て、看護師の知識が役立っています。アイシングクッキーでも終活についてでも、ご興味のある方はご連絡お待ちしております!



ここひろ青梅勤務:
伊東節子

ここひろ青梅に在職して何年になるかハッキリ分からない。昔のことは覚えないうわたしの性格です。昔のスタッフ募集の広告が、代表の井上さんやスタッフがムカデ競争みたいにして皆笑っているものでした。何か楽しそうな会社だな、と思ったことをよく覚えています。

介護保険が20年になるということらしいので、私も20年この仕事をしているんですね。最近、仕事の資料を整理していると何人も何人も出てくる訳です。中にはまるで思い出せない人もいます。美しい思い出などは一つもない。エゴの人もいます。尊厳などとは程遠い無感情な高齢者でした。

私は常に思うのですが、こういう人たちの支援をする訪問ヘルパーは本当に尊い。先日、井上代表の決意文を読んで大変感銘を受けました。ピラミッド型からフラット型へ。全ての人々の在宅生活を完全に実現するという発想、いいね!