

2013年度年間テーマ — 「いい人生だったね」と言えるように—

私が受けた
ホスピスケア

私が自身にできる
ホスピスケア

私が他の人にできる
ホスピスケア

岡崎ホスピスケアを考える会

私と孫（小二）

橋詰清子

「ババんち何にも遊ぶものないから、夏ちゃんち行かない？ 広島のおばあちゃんに買ってもらったものや、サンタさんのプレゼントがあるじゃん」

「ババんちがいい」

「なんにもないよ」

「たのしいもん」

今年には体力不足で外出もできず、お気に入りの本は全部孫宅へ持って行ってしまった。残りは新聞紙、広告紙、段ボール、箱、布、包装紙、ふとん、座布団・・・がらくたばかり。

そこから、お金？ レジ？ 大型スーパー？ ミスタードーナツ？ ソフトクリーム？ デイズニールランド？ 空飛ぶ車？・・・夢の世界へ。

あるのはふたりの想像力だけ。

娘と私、料理のレパートリーが少ないせいで同じ食生活をしているようだ。

「ババ、きょう肉じゃが？ なっちゃん肉じゃがが好きだからいいけどさあ、あさ肉じゃがたべてきたんだ、でも肉じゃが好きだからいいんだよ」

「じゃあカレーにするかねえ」

「いい、いい。肉じゃががなっちゃんだいすきだから！」 このあわてた素早い返事。さては昨日カレーだったのか？ それともババへの思いやりか？

ああ、まだ夏休みは始まったばかり・・・

「楽しむぞ！」 と気合を入れる。

勉強会

「認知症の流れと一人暮らし」 岡崎東病院ソーシャルワーカー 柴田 睦先生
6月22日（土）10時～ 12時30分 福祉会館303・304号室 参加者30名

「認知症の流れと一人暮らし」について半々の時間配分で話されました。

認知症は早期に治療を始めれば治せるようになってきた。そのためにも、変化に気づいてもらえるよう定期的（3カ月～6カ月に一度くらい）に親族や心を許せる友だちと会う時を持つこと。

また、笑いのある生活は症状を軽くする。

一人暮らしでは元気なうちに、かかりつけ医を決め、自分の考えを伝えておくことが大切。人に会いたくない・笑わない＝認知症の始まりかも、など身近で具体的な内容でとても解かり易いお話でした。

終了後には、個人的な相談にも乗って下さり本当に心強い存在です。先生は会員で今年度からは運営委員にも加わって下さっています。11月の勉強会もパートⅡをとの要望が多く、その方向でお願いしています。（柴田貞子）

【感想】

・一人暮らしの身であり大変参考になりました。相談できる所もできて十分に考えてからと今後のことを思っています。





・柴田さんの楽しくわかりやすく、ためになるお話をいただき本当にありがとうございました。たくさん事例を出していただき身近にとらえられて自分のことのように思えたりと参考になりました。

・母は89歳でまだボケがあります。脳活性のために私も妹もデイサービスに行かせたいと思いますが、母本人が行きたくない思いがあり、面倒をみている兄嫁

も「私がみてるんだから・・・」と言ってくれるので現在は何も進展がありません。ボケは進行していくと思うので思案しています。

- ・経験豊富な方たちのお話が聴けてとても勉強になりました。どうもありがとうございました。
- ・楽しくてわかりやすい説明でした。笑いが大切。いつも笑っていられるように暮らしたいです。
- ・自助、互助、公助、とてもわかりやすい説明で私のこれからの人生に対して進むべき道が新たにできたような気がします。
- ・介護保険の内容、知らない事が多く、有難いお話でした。「知る」「知らない」の差の大きさを実感です。引き続きこのような勉強会シリーズでお願いしたいと思います。
柴田さんに感謝！感謝！です。

・柴田睦先生ありがとうございました。今後も相談にのってください。お願いいたします。認知症のことよくわかりました。母が103歳（要介護5）で、娘として余命ある限り大切にいたします。

- ・知らないことがいっぱい勉強になりました。
- ・在宅で毎日訪問してもらえ、家族がいてもいなくてもケアをしてもらえるシステムが一日も早く、岡崎周辺でできることを望みます。

- ①「あんたの世話にはならん」とは言わないこと
 - ②たまに会う子供にはいい顔をする
- この2点は、私なんかやってるなあと思います。

本当の自分を見てくれて、忠告してくれる友達を失わないようにしたいと思いました。

- ・笑いに満ちた生活なんて考えられないので、いつも笑っている人がうらやましい。
- ・認知症の流れの中で一番大変な時期は、本人が不安なためいつも一緒に親族に暴言暴力をする。たまに逢う人にはいい人になる＝この時期が一番大変で、それが過ぎると不安が少なくなり穏やかになる。最後は苦しみも痛みもなくなる。というお話に救われた気持ちになりました。
まず「たすけてほしい」と言うことが必要なんですね。そうすれば何とかなる。

- ・今のところ夫婦揃って一応元気、一人暮らしになった時の為に本日は役立つ情報をいただきました。元気なうちは、神谷花子さんみたいにはできないけれど見習っておせっかいをしたいと思っています。睦先生のような頼りになる相談相手は私たちにとって大切な存在です。是非お元気で・・・



“緩和ケア病棟ボランティア”の報告

ティーサービス・アロママッサージ・季節の模様替え・楽器演奏

毎週金曜日1:30~4:30 緩和ケア病棟ボランティア室
アロママッサージ 第1・3・4木曜日1:30~3:30 練習第2木曜日1:30

七夕会 7月5日（金）

ピアノの音が聞こえ、ほとんどのお部屋からラウンジに次々といらっしゃる。色鮮やかな浴衣で看護師さんが素早く動かれる。ベッドが7台も並んだラウンジ。

たった30分ほどのこの一瞬にかけた看護師さんたちのきめ細やかなご準備に頭が下がり、その思いが涙になったひとときでした。

橋本先生の挨拶から始まり、紙芝居、歌と続く。注文されたお茶やお菓子を運ぶと、いつもと違ったきれいな看護師さんたちが3つの机に座った方々に声をかけながら配られる。楽しげな声も聞こえる。病気をすでに受け入れているかのように穏やかに微笑んでおられる患者さんとご家族。私はこのように生きられるだろうか。教えていただくことばかり。

なんと温かな七夕会。



私たちボランティアも、早朝ご夫婦で笹の葉を切ってきた人、6月から飾りを家で作ってきた人、お仕事をされながらも作ってこられたお菓子、毎年必ず来て浴衣を着付けてくださる人、変わらずいつも通りのメニューを作る人、一緒に歌う優しいまなざし、…ふと遠く離れたところから全体を見てみるとなんときれいな心を持った人たちばかりだろうと感激した一日でした。

私たちもいつの日か天に帰る時、「いい人生だったね」と言い合える人でありたいと願わずにはいられませんでした。（橋詰）



アロママッサージ

先日テレビ番組で、幸せホルモン・セロトニンと愛情ホルモン・オキシトシンの話をしていた。ちょっとした事でも感動して自分が幸せを感じると出るセロトニン。他人を幸せにする事が出るオキシトシン。免疫力を上げて健康にしてくれるそうです。「あっ、これ、ボランティアのことだ！」患者さんには、「足が軽くなった」「マッサージの後、お通じがあった」「気持ちが良い」「ありがとう、ありがとう」など沢山の感謝の言葉を頂きます。決して良い事ばかりではないけれど、それにも増して、いろいろ教えられるし、気づかされます。

今、緩和ケア病棟では、患者さんの体調も良く痛みのコントロールができれば、一時帰宅して家族と良い時間を過ごされて、また戻ってみえる方が増えているそうです。

アロママッサージで患者さんのお部屋に入れていただくという事は、マッサージだけでなく、傾聴もあります。聴く事は最初で最後の心の支援だと思います。ホットタオルで温め、温かい手で、ただ側にいて少しでも、楽になって欲しいと祈ってマッサージします。未熟者の私は、傾聴の勉強もしたいし、DJ ポリスみたいに共感力も身に付けたいと思う今日この頃です。（大澤）

“手縫い”の報告

愛知病院・市民病院・国際病院・施設へ雑巾や依頼された品を作り届ける。
・第2火曜日 10:00~12:00 愛知病院外来病棟患者サロン・各自宅

「手縫い」の仕事は主に三つに分けられます。



その1・病院や施設で使われる“雑巾”を手縫いすること

月に一度、愛知病院の患者サロン室に集まり、チクチクと縫っています。毎回約50~60枚を納めてきます。一枚縫うのに30分はかかりますので2時間ではとてもそんなに縫えません。阿部いつ江さんはじめ会員の方々が家で縫ってくださるのでその数になります。

患者サロン室は病棟と離れているので多少の笑い声や雑音に気を使わなくても良くなりました。それで針を持つ手を動かしつつお口の方も適当に動かして仲間との絆もより深まったように思います。皆さんも気軽に参加してみてください。

その2・バンダナや病院から頼まれた“袋物”等をミシンで縫うこと

雑巾とは違って「ミシン」が必要ですから、患者サロン室に集まって作業することはできません。それぞれの自宅で縫うこととなりますが、係りの者が分かりやすく説明し不安のないように気をつけています。時には集まって食事会をし、お喋りを楽しんだりしています。

子供たちの衣類を母親が手作りしていた時代は去り、家庭にミシンの無い家も増えたと聞きます。そのせいかミシン縫いを手伝ってくださる方が足りません。

大募集中です。手縫い（ミシン）の仲間に入ってみませんか。

その3・“おしりふき”を作る

愛知県で初めてできた緩和ケア病棟がある愛知国際病院（日進市愛知牧場の敷地内）に、使い古したきれいな綿肌着や綿Tシャツを「はがき大」に切り贈っています。奥崎さんはじめ皆様が見事に切り揃え、毎年6000枚以上贈っています。それを湯水に浸し、デリケートな肌に使っておしりふきとして使われているそうです。

使い古した柔らかな綿肌着や薄手の綿Tシャツを、持ってきてくださるだけでも助かります。（向野）

“つどい”の報告

患者・家族・遺族（誰もが遺族）の集まり
第3木曜日 10:00~12:00 事務局（橋詰宅）

もうすぐお盆です。主人が亡くなり、人は「寂しいでしょう」と言ってくださいます。亡くなったといっても遠く離れて行ってしまったのではありません。いつも側にいて助けてくれます。身体とはしばしの別れです。永遠に逢えないのではありません。先に逝って待っていてくれます。逢うのが楽しみです。（山崎）

私は今、八十九歳になられる夫も子供さんもみえないHさんのお世話をしています。

Hさんとは二十五年以上のお付き合いで、以前私が看取りから葬儀まで関わったYさんの従妹です。

Hさんに「私のこれからを、あなたに頼みたい」と言われ、遠方に住んでいるHさんの妹さんにも「申し訳ないが、姉の一切をあなたにお願したい。」と、頼まれました。Yさんの時は、訪問看護ステーションの松崎さんという力強い協力者がいてくださったのですが、今回は私一人です。私に何かあれば、Hさんを見てくれる人がいなくなります。そこで、あちこちに相談に行きました。

後见人になるにはまず、家庭裁判所に行くことが必要です。そこに山のような書類を提出しなければなりません。その書類とは、

① Hさんの戸籍の書類や経歴、財産、申し立ての理由、また、医師の診断書、Hさんの親戚の同意等の書類・・・等々。

② 私の経歴や収入、財産、刑罰などの有無まで書き、私の健康診断書も必要です。その他ここに書ききれないほどの書類の提出。

また、後见人になる前には、調査官との面談もあるそうです。そして、後见人になったら、定期的にHさんの心身の状態や財産目録の報告、たとえジュース一本でもきちんと、報告しなければいけないことも聞きました。

後见人になるには、親切心や思いやりの気持ちという枠をはるかに超え、大変な事務手続きや膨大な個人情報開示書類も必要であることを知り、これは血の繋がらない私一人では無理ではないかと途方に暮れていました。

そんな時友人から、二十四時間体制で高齢者や障がい者の身元保証と生活支援から葬送支援（供養墓もあります）までお世話をしてくれる「NPO法人 きずなの会」を紹介してもらい話を聞いてきました。

弁護士法人と協働して安心して暮らせる老後を支え生涯に亘る身元保証人を有料で引き受けています。

私が驚いたのは利用者が、緊急入院になっても、誰かが待機しているのので、二時間内には飛んできてくれることと、本人の希望により合同のお墓に埋葬までしてくれることです。

入院、転院、施設への入居に際しての身元保証や手続き、ケアマネとの調整、協議等もやってくれます。

ただ、初めに一八〇万円（入会金・身元保証費・生活支援金・葬送支援・納骨支援・弁護士法人手数料など）が必要です。そして毎月いくらかのお金は支払わなければなりません。

調べて今私が思うところ、後见人とかこれだけの大変なお世話をやってもらうには、決して高い経費ではないんじゃないかとも思っています。身元保証は法律家の人も喜んで引き受ける仕事ではないと聞きますので・・・。

「NPO法人きずなの会」のような所は他にもあるようです。需要が多くなっているとも聞きます。行って聞いて調べてみて、こういう選択方法もあるということを会員の皆様にお知らせしたくて投稿させていただきました。

今後、もっと色々調べHさんや妹さんともよく話しあって、Hさんにとっての最善の道を見つけれたいと思っています。また近々お知らせします。

（永谷美雪）



盆提灯



今年もお盆がやってくる。

盆と言えば提灯。

夫の新盆は義母と重なった。

夫の提灯はもらう立場でも、母の分は私も仲間に入れてもらって贈った。

妹が「お姉さんの家は狭いから対でなくてもいいよね」と言ってきた。

本当は一对で欲しかったが、2軒分出費の人たちにそれは言えなかった。

私の父が「新盆は外からもらうものだから、提灯を贈ろうか」と言ってくれたが、「兄弟からもらうことになっているからいらぬ」と断ってあった。

気持ちのどこかに、そのことが引っかかったままお盆を迎えた。

それから数年。

やはり仏壇を挟んで両方に飾りたくて、思い切って買いに行った。

『形・大きさ・色』などを頭に入れて買いに行ったつもりだったが、あまりの多さに圧倒された。

できるだけ、同じ雰囲気のものを選んで買ってきた。

だが、いざ組み立てる段になって箱を開き、啞然とした。

材質が違い、色が違い、大きさが違い、まるで正反対の物を買ってきたようだ。記憶なんてまるであてにならない。

並べてみて、「う～ん」・・・ 「換えてもらおうか」・・・。

随分と迷ったが、面倒になってそのまま飾った。

翌年、出してみたものの、やっぱり気にいらぬ。

ところが、ふっと気がついた。今年は孫も生まれた。

縁があってこの提灯は我が家にやってきた。

孫も縁あって我が家に生まれてきてくれた。この提灯を粗末にすることは、孫を粗末にするみたいだ。

これだけ私に忌み嫌われてしまった提灯が可哀そうになり、いとおしくなってきた。「ちょっと品格はないけれど（笑い）、いいよ、我が家の仲間だからね」

今年のお盆も、ジジの立派な岐阜提灯の隣で、黒のプラスチックでできたチビ提灯が並ぶことだろう。

（難波 清子）

富士山が左に見えますとアナウンス見知らぬ人と会話する

富士山の麓を通過する時もビジネス男子はパソコン睨む

（阿部啓子）



◆ご寄附ありがとうございました。神谷花子さま 川合恵子さま 匿名さま

◆ふれあい岡崎 2013 福祉まつりは、今回は欠席することにしました。

◆通信係あとがき

知ることは、力になる。でも行動しなければ・・・

皆さん投稿文、感想文、助言など、どんな事でもどんどんお寄せ下さい。

いろいろ教えて下さい。首を長くして、お待ちしております。（大澤）