



天神原夜まつい



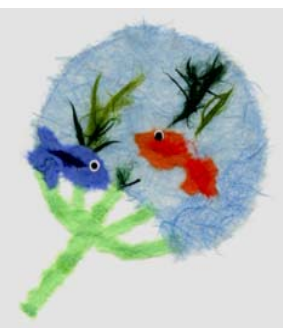
おどりませんか？

Shall we dance?



平成17年7月30日 (土) PM. 7:00~8:30
白馬メディア正面玄関前
盆踊り・太鼓・花火・屋台盛りだくさん

昨年までは白嶺様と合同で行ってまいりました天神原夜まつりですが、両施設それぞれの祭りを催すことになりました。



やってきました！『白馬の夏』
この短い夏を楽しみましょう！
今年の天神原夜まつりは、小谷甚句・白馬小唄・大町音頭・炭坑節を中心に、夏のひと夜を思い出に残る素敵なものにしていこうと計画しています。どうぞお気軽にお出かけください。

踊りの飛び入り参加大歓迎！

天神原夜まつり実行委員会

編集後記

私達は毎週木曜日の朝、全職員を対象に朝礼を行なっています。これは職員同士が情報共有を図ると共に、個々の職員が日頃感じていることや、心に残った小さなエピソードを自分の言葉で語るという、なかなかユニークなものです。

「白馬メディア通信」が目指そうとしているのは、この朝礼のようなものです。その意味で、拙い文章や未整理のものも敢えてそのまま掲載させていただきました。どうかこの通信を仲立ちに、職員に気軽に声をかけて下さい。

(鎌倉)

しろうま
白馬メディア通信 発行日 平成17年7月10日
創刊号



「白馬メディア通信」発刊に寄せて

介護老人保健施設白馬メディアは皆様の温かいご支援に支えられ、この4月で開設4周年を迎えることができました。5月には一般療養棟と認知症専門棟のチーム再編成を行ない、新たに看護長が就任致しました。私どもはこれをひとつの節目と考え、「白馬メディア通信」をお届けすることと致しました。このささやかな通信が皆様と私達をつなぐ小さな架け橋となり、相互理解と交流の場となって行くことを願って止みません。今後いっそう白馬メディアが地域に根ざし、愛される施設となりますように、皆様の温かいご支援を心よりお願い申し上げます。

かみしろ
神城醫院 (内科・心療内科・皮膚科・精神科)
'S' ウェルネスクラブ神城 (疾病予防運動療法施設)

しろうま
白馬メディア (介護老人保健施設)
かたくりの郷 (グループホーム)
北アルプス訪問看護ステーション
北アルプス訪問介護ステーション
しろうま (居宅介護支援事業所)

〒399-9211
長野県北安曇郡白馬村大字神城 22844-4
TEL 0261-75-7100 (代)
FAX 0261-75-7120

「ある日の風景」

施設長 宮城 彰

5月の小谷の山は萌えたつ緑が眩く鮮やかだ。当施設のプロジェクトαの企画“春の山菜ツアー”の案内役を引き受けてくださったHさんに導かれながら、私たち一行は初夏の里山を堪能した。

Hさんは平成15年11月に脳梗塞の後遺障害で当施設に入所された。車椅子での入所だった。故郷を遠く離れ、様々な人生体験の疲弊の果てに病に倒れた。そして、病からの回復を故郷に近い当施設に求めてきた。故郷に住む娘さんに励まされながら施設でのリハビリの取り組みが続いた。「もう一度小谷の山々を歩きたい。溪流で釣りがしたい」。

Hさんは病からの回復を、故郷の自然に回帰していく自分の姿に見ていた。具体的な目標を持ったHさんの回復ぶりは目覚しかった。自力歩行、階段昇降、施設周囲のウォーキング。積極的に身体的なリハビリ過程を重ねながら、Hさんは職員や他の入所の方との関わりの中に、もう一つのリハビリを重ねていたようだった。

昨年の秋、Hさんは退所され、村営住宅の単身生活が始まった。事故のため37歳で右腕を失っていたHさんにとって、単身生活はさぞ厳しかろうという周囲の憶測のなか、Hさんは鮮やかに故郷での生活を蘇生させていった。

ほとんど廃村になった故郷の里山をめぐり、今ははるか遠くなった自然と人々の暮らしを語るHさんのまなざしには、優しさ、哀しさ、愛おしさがあふれていた。時々、あくまでも穏やかなHさんの横顔を覗き込みながら、山の中の細道をたどり、急峻な道なき坂を危なかく登り降りしながら、私たちは自然の真っ只中の不思議な懐かしさのなかにいた。

初夏の山の恵みをリュックに詰め込み、身体を洗い流していく涼風の中の帰り道。驚くほどに確かな足取りで、周到な優しい気配りで“山菜ツアー”を導いてくれたHさんの後姿を見ながら想った。

私たちの取り組むリハビリとは、「生命としての身体」「生活」「人生」に深くかかわる人間としての「復権」なのだ。あの日の風景には確かにその実践があり、私たちはHさんから具体的なリハビリのあり方に導かれていた。



新こまくさ棟について



介護リーダー 馬淵 順彦

認知症専門棟が2階から3階に移動するにあたり、新しくこまくさ棟の介護リーダーになりました馬淵です。移動してからの、自分自身の感じた事を話したいと思います。リーダーになってからフロアーにいる時間が以前より少なくなり、ご利用者と関わる時間が少なくなってしまいました。

自分がこの仕事を始めたきっかけは、「お年寄りの笑顔がみたい」というのが始まりでした。自分の祖母がグループホームにいることもあり、大阪の実家に帰る時は会いに行くようにしています。そこで笑顔を見ることができると嬉しい気持ちになりますし、元気をもらっています。

移動した直後は自分にゆとりもなく、ゆっくりと話しをする時間もとれず、疲れていました。勤務が終わってからも、唯一ご利用者と関われる時間だったように思います。そこでご利用者の話しを聞いたり、日常のさりげない会話で笑ったりする事で、一日の疲れを癒されていたように思います。こまくさ棟もだいぶ落ち着いてきたのですが、ご利用者のくつろいで過ごせるような雰囲気はまだつくれていません。けれども職員が笑顔で接する事や一緒に何かを楽しむ事で、少しずついいフロアーにしたいと思っています。

譲ってください！！

家庭的で温かい雰囲気の環境づくりのため、「懐かしい時代を感じられるもの」「生活感の味わえるもの」「気持ちの安らぐもの」等を募っています。

ご家庭に眠っているものがございましたら、ぜひご協力ください。

ちゃぶ台・ポット・炊飯器・コーヒーメーカー・急須・大鍋・食器棚・飾り棚
電気（電子）調理器・ソファー等

担当：佐藤



はじめまして『つくし棟』です



介護リーダー 千野 佐知子

5月9日より50床となり2チームとなった認知症専門棟の『つくし棟』についてご紹介したいと思います。20床となった新チームは職員の話し合いで『つくし棟』と名付けられました。これは、荒れ野でも強く育ち、春の訪れを知らせてくれ、油炒めにしても美味しいなど、人々から親しまれる棟になるようお願いを込めて名付けました。

つくし棟が20名という小編成チームであるため、個別的なケアができると期待しておりましたが、新しい環境の中でご利用者も落ち着かず、職員もひとり一人に対応しきれないのが現状です。ご利用者ひとり一人が自分を見て欲しいと訴えて来られます。「姉さん、姉さん」「お母ちゃん、お母ちゃん」職員のことをそう呼んで、「手を握っていて欲しい」「肩を揉んで欲しい」「傍にいて欲しい」と訴えられますが、職員も食事介助、排泄介助、入浴介助等に追われ、ゆっくり傍に座り手を握っている余裕もありませんでした。

ある日、肩こりで苦しんでいるご利用者の肩を他のご利用者が揉んでいて、驚きました。揉んで下さった方は認知症があり、最近関節の可動域が狭くなって全介助で食事をされている方でした。腕を上げると痛み、嫌がることのあるのですが、その方が腕を持ち上げ肩を揉んでいました。ご利用者同士の支えあう様子を見て、とても微笑ましい気持ちになりました。ご利用者同士の関係作りが本当に少しずつですが、できてきたように思います。

『つくし棟』では、今年度の目標を「ひとり一人と向き合って、温かい雰囲気を作ろう」に決めました。百歳のご利用者から「おっ母さま～」と頼りにされる喜びを噛みしめながら、より良いケアが提供できるよう職員全員で努力して行きたいと思えます。ご家族の皆様、地域の皆様、これまで通り温かなご支援をよろしくお願いいたします。



民謡と踊りのボランティア



天神原夜まつりの練習中！

五竜での忘れられぬ出来事



看護長 西澤 尊子

スキーには自信のないままに、社会人になってからの、ある年の3月、飯森スキー場で滑る機会がありました。ところが、スキー場は、ザラメで滑りにくく、多くのスキーヤーがテレキャブの前に並んでいました。そこには、最上級者以外はテレキャブに乗らないようにと看板を立ててありましたが、それがどういうことを意味するのかわからないまま、私も、都会から来た若者たちと同じようにテレキャブに乗って、上のコースへたどり着いたのです。そこは、下のコースでは想像もできないような雪質で、満足な滑りができました。

ひとしきり滑った後、コースを下ってみて驚きました。途中からアイスバーンになっていたのです。テレキャブのところまで戻ろうと思っても、もう遅く、狭いコースを恐る恐る降りをはじめました。その時、レスキュー隊が、怪我人をソリにのせて、二人で前と後ろを上手に操り、アイスバーンの斜面を滑って行くのに出会いました。最上級者の滑りを目の当たりに見せつけられた思いでした。やっとのおもいで、数メートル下ると、今度は、木に怪我人がくくりつけてあり、その人は、戦いに疲れ果てたように目を閉じていました。雪の上にも転々と血液が付いていて、その横を通り抜ける人たちの顔は、みなひきつって、青ざめていました。転んだら、次は自分の番かも知れないという思いが頭の中をよぎり、ますます体が硬くなってしまい、足が前に出ないのです。普通だったら、5～10分位のところを2時間もかけて、下まで降りてきました。あとになって、地元の人めったに近づかないコースであることを知って、自分のうかつさを恥じたものでした。

あれからもう20年もたってしまいました。スキー場のあのコースを毎日見上げていますが、緑に包まれた山々は、今は、穏やかな表情をしています。あんなに怖い思いをするのはもうごめんですが、素晴らしい自然環境の中で働く機会に恵まれたことに感謝しています。

プロフィール
木崎湖のほとり、海の口の生まれ
看護師
平成17年3月 信大病院退職
趣味：絵画鑑賞、観劇
苦手なもの：運動、灼熱の太陽



温かい雰囲気のスミレ棟をめざして



看護リーダー 須磨 晶代

この度、すみれ棟の看護リーダーになりました須磨です。どうぞよろしくお願い致します。

3階から2階へ移動し、新しいすみれ棟として2ヶ月が過ぎました。

すみれ棟の目標として、「生活感を感じていただける環境整備、及びレクリエーションの充実」を挙げています。その第一歩として、以前からお茶の時間はありましたが、この時間をもっと楽しんでいただけるように、お茶の種類を増やし、日本茶、紅茶、コーヒー等用意し、席も食事の時の決まった席でなく、いつもと違った席で、会話を楽しみながら、ゆっくりティータイムを過ごしていただけるようにしています。カフェオレは結構人気です。今後、お抹茶を立ていただくことも計画しています。堅苦しいお作法はいりません。おいしいお茶を立て、お菓子をいただければ。

レクリエーションは日替わりで計画しています。朗読あり、作品作りあり、身体を動かしたり、カラオケの日もあります。

どうぞ、お茶や、レクリエーションと一緒に楽しみに、すみれ棟へおいでください。ドアを大きく開けてお待ちしております。

「人」という字は、お互いに支えあってできています。ご利用者、スタッフ、ご利用者のご家族、そして地域の方々へと輪を拡げながら、お互いに支えあい、温かい雰囲気のすみれ棟に行きたいと思っています。

ケアに対する思いについて



介護リーダー 柳沢 友良

5月から新しく2階すみれ棟の介護リーダーになりました柳沢です。介護リーダーになりこれからの具体的な取り組みについては、今考えているところです。ただ、僕のご利用者のケアに対する気持ちは変わりません。

僕はご利用者とのコミュニケーションを大切にしてきましたが、コミュニケーションといっても話すだけでなく、目や体の動きで現すのも大事なコミュニケーションと考えています。生活の中で、ちょっとした声かけでも表情の変化が見られます。話すのが不自由な方は、話せなくても手を振ったり、目で訴えたりすることが出来ます。そんなご利用者からのひとつひとつのサインを見逃さない様にしています。また、部屋に閉じこもりがちで、自分から話す機会が少なくなっている方には、一言だけでもご本人から話ができるよう働きかけています。コミュニケーションは人と人を結びつけ、理解しあうのにとっても重要なポイントになってきますから。

もう一つあります。それはご利用者の良いサポート役になればと思っていることです。ご利用者が自分一人では出来ないとき、一人では不安なときなど、少しでもその不安感を取り除けるように心がけてます。どうしても大型施設では介護者側が何もかもやってしまうことになりがちですが、その方の持っている力を引き出しながらサポートすることが大事だと思います。あくまでご利用者が主役であり、僕達はそれを支える力にならなければいけないと考えているからです。

今後も人と人との関わりをもっともっと大事にし、ご利用者との良い関係が継続していけるよう、変わらぬ気持ちで励んでいきたいです。まだまだ未熟ですが、初心を忘れずに頑張っていきたいです。

若葉マークのケアマネージャーとして



介護支援専門員 徳武 千代

私は、5月16日より白馬メディアに併設されている居宅介護支援事業所「しろま」で勤め始めました。ここでの仕事は介護支援専門員、いわゆるケアマネージャーとして介護を必要とする高齢者やその家族の相談に乗り、そのニーズを把握して必要なサービスを適切に利用できるような介護サービス計画を作ります。そしてサービス事業者との仲介役をしながら、継続的にモニタリングしていく・・・というものです。

私はこれまでは訪問介護員として働いてきましたが、ケアマネージャーとしては若葉マークです。介護支援サービスや相談業務を学ぶスタートラインに立ち、今はその仕事の一連の流れや、全体像を把握することに精一杯の毎日です。

白馬メディアが開設された当初から、私は部外者として、どのように事業を展開していくのか、と思っていました。程なく仕事先の会話などでも“メディア”というあまり聞き慣れない言葉であるにも関わらず、話題に上るようになり、ご利用者が確実に増えている事を感じていました。それはスタッフが努力してきた成果だと思います。私もこのチームの一員として一緒に働ける事に、今喜びを感じています。

人にはそれぞれの人生や異なった環境があり、多様なニーズがあります。それらに誠実に向き合い、居宅介護支援事業を通じて、少しでも皆様のお役に立てるようなケアマネージャーになりたいと思います。いつも元気に明るく！をモットーに頑張ります。