

## 「その人を知る」ことから

介護支援専門員 田淵 勝子



私たちが高齢になって介護が必要になった時、どのような介護を求めるのでしょうか。認知症介護指導者養成研修で「私が望む介護とは」というタイトルでグループワークをした時のことです。「やさしくしてほしい」「命令しないで」「おいしい食事が食べたい」「好きな時間に入浴したい」・・・など、それぞれ十人十色の意見が出ました。高齢になればなるほど著しい個人差が生まれてくるでしょうから一様にはいえませんが、多くの方は自分のしたいことが尊重されること、自分の生活規範、自分らしさを尊重してほしいと望むことでしょう。暮らしに不便なことは支えてもらいたいが、自分で出来ることは自分でいい、自分で選択できる介護を望むと思います。

「痴呆」から「認知症」へと呼称が変わり、認知症介護への新しいあり方が求められています。利用者中心の介護（パーソンセンタードケア）です。介護にあたり個人が持つユニークな個性、その人らしさを中心とすること、その人を人として尊重することは大切なことです。

「その人を人として尊重する」ということは頭の中で分かっているにもかかわらず難しいことです。私は「その人を知る」ということから始めています。ゆったりとしたペースで穏やかな声で話しをし、その人が話して下さることをしっかり聞きます。出会いのたびに、向き合うたびに安心を与えるよう、温かい態度で接します。

しかし、この「その人を知る」ということも難しいです。時には、その人の気持ちがさっぱりわからず落ち込むこともあります。でも、いつかなじみの人間関係が出来ることを信じて実行しています。

## 白馬メディアでの卒後臨床研修を終えて

豊科赤十字病院 上野 学

2週間の研修でしたが、これからの医師人生において非常に有意義な日々でした。ご利用者の方々からは温かい言葉だけでなく、安らぎや勇気そして人間の大きな心というものを頂いた気がします。またお会いした折には、ぜひ声をかけてください。ありがとうございました。

## 白馬メディアでの実習を終えて

帝京医療福祉専門学校 作業療法科 古屋 希  
たくさんのご利用者スタッフの方々のご協力により、リハビリだけでなく様々な体験をさせて頂き、充実した実習にすることができました。今回学んだことを今後に生かせるよう、日々努力していきたいと思っております。ありがとうございました。

## お知らせ

# インフルエンザ

厚生労働省は12月27日、インフルエンザが流行期に入ったと発表しました。28日には白馬村内でもインフルエンザが確認されました。県保健予防課の調べでも、平年より1ヶ月ほど早く流行シーズン入りし、過去5年間で最も早く、以後増加傾向が続いているということです。人ごみに出るときは、マスクの着用や帰宅時のうがい、手洗いをきちんとしましょう

感染対策委員会

## ～編集後記～

新年明けましておめでとうございます。  
昨年の世相を象徴する漢字に「愛」が選ばれました。  
愛が足りない世の中だから、世界に愛があふれてほしいと思う人、人の愛に感動した人、人それぞれに想いがあると思います。  
白馬メディア通信も皆様の愛に支えられ第3号を発行することができました。  
今年も、愛に満ちた話題を取り上げていきたいと思っております。

西澤

しろうま

# 白馬メディア通信



発行日：平成18年1月10日 第3号



施設より望む五竜遠見スキー場

## 新年会

新年明けましておめでとうございます。

この冬は記録的な豪雪に見舞われましたが、元日は奇跡のように素晴らしい天候に恵まれ、そびえ立つ北アルプスが神々しい姿を見せてくれました。

新春の穏やかな日差しを受けながら、この日、白馬メディアではご利用者の新年会を開催しました。各フロアで蒲鉾や伊達巻、昆布巻きなどのおせち料理をきれいに盛り付け、お雑煮を用意したり、おしゃべりやつまみ食いをしながら準備を進めました。そこには、新しい年に向けての高揚感や華やかな雰囲気を感じられ、とても生き生きとしておられました。

色とりどりに盛り付けられた料理とお酒を囲み、改まったなかにも打ちとけた時間を過ごすなか、1月1日にお誕生日を迎えられた方もおり、いっそうこの祝賀会が温かく、和やかなものとなったように思います。

「ゆったりと共に在る」ことの幸せを実感した新年の幕開けでした。



## 編集・発行

かみしろ  
神城病院（内科・心療内科・皮膚科・精神科）  
'S' ウェルネスクラブ神城（厚生労働省認定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（認知症対応型共同生活介護）  
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



## 年頭にあたって

施設長 みやぎ 城 あきら 彰



再び、白馬神城の里・天神原の丘陵が厚い雪に覆われる季節がめぐり来て、また新しい年を迎えようとしている。大地を凍えさせないよう幾重にも厚い雪を褥しとよに重ねながら遠い春を待つ。肩寄せ合いながら待つ山里の冬。年の移ろいはいつも冬の中。果てしない雪に埋もれる刻のなかで人々はいつになく空を見上げ息をひそめながら“年”を送り“年”を迎えてきた。

この一年間たくさんの出会いをいただいた。多くの人を迎えそして見送ってきた。様々な老いのかたちに触れさせていただき、安堵の声・喘ぎの声を聴いた。そしてその背後に、平成17年から18年にかけて「介護保険という社会保障制度」は開設5年目の見直し、制度改革という大きな節目を迎えている。開設当初、「高齢者の自立支援」を推進するための基本政策とされてきた「利用者本位のサービス改革」「在宅ケアの推進」「地方分権の推進」が果たして目的通り推進され高齢者の生きやすい状況変化をもたらしてきたのか、厳しい反省がある。「生きている甲斐がない」「早く死なしてくれ」、迷える高齢者の戸惑いと怨嗟の多くの声は、制度の（あるいは制度をささえる社会状況の）閉塞状態を示してはいないか。高齢者の声は、高齢者問題として呈示されている様々な問題は、実はライフサイクルをめぐる私たち人間全体の課題であることを鋭く呈示している。高齢者の自立とはグローバル化の名のもとに全世界規模で強力に押し進められている「経済主義的管理社会」に向き合わされている私たち一人ひとりの「自立」への課題に深く繋がっている。高齢者の家庭・社会からの「疎外化の過程」はそのまま私たち非高齢者にとっても「人と人とのあるいは人と自然との関係性」からの「疎外化」に重なってはいないか、ということである。

白馬メディアを中心に、老健施設ケア・グループホームケア・通所ケア・訪問ケアなど様々なケアの現場で、私たちが経験してきた高齢者をめぐる様々なできごとが「他人事」ではないまさに自分自身の生き方の課題であることに私たちはだんだん気づかされてきた。そのような体験の積み重ねの中から、いつしか私たちの営みのコンセプトは一方的なケアではなく、双方向的な共生的ケアへとシフトしてきた。「いつも優しく、いつもにっこり手を繋ごう」毎週行なわれる施設の朝のミーティングの締めくくりに、やや照れ気味に繰り返し唱和されるこのテーマの持つ意味は深く、厳しい。少子高齢化社会の受難のなかで怨嗟の声とともに投げかけられるお年寄りの忍耐と寛容の微笑みに励まされ導かれながら、他ならぬ私たち自身が自己実現のための課題【三つのライフ：「命」「暮し」「人生」】にどう向き合い、取り組んでいくのかが問われている。その取り組みの中にこそケアの深まりがある。

さて、介護保険制度は制度の蘇生と存続が問われる中で、再度、高齢者の「自立支援」「尊厳の保持」のあり方を根本から問い直し、「介護予防」、「認知症ケア」、「地域ケアへの展開」を推進していくという。現在その制度改革作業が進められているがその具体的な実態は未だに見えてこない。その行方を見守りつつ、この5年間の私たち自らの実践をふりかえりながら具体的な対応策に着手していきたい。

## 栄養ケア・マネジメントに取り組んで

栄養部長 なまくら 鎌倉 しげこ 重子



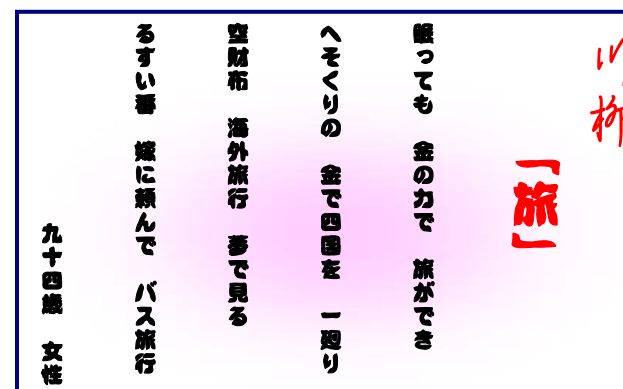
「飽食の国日本で低栄養？」と思われるかも知れませんが、ある老健施設では高齢者の4割が低栄養であったという報告があります。低栄養は生活機能を奪い、感染症等の危険を高めるなど、その方の生活レベルの著しい低下をもたらします。最近急激に痩せた方、食事が十分に摂れない方、経管栄養の方、褥そうのある方などに低栄養の心配があります。このたびの介護保険制度の見直しにあたり、この低栄養の方の栄養改善をめざして介護老人保健施設では、栄養ケア・マネジメントを実施することになりました。ご利用者ひとり一人の栄養状態を判定し、低栄養の方にはその方の心身の状況や栄養状態に見合った方法で栄養改善を図り、その人らしい人生を生きていただくというものです。

献立は、調理担当者によっておいしく美しく調理され、ご利用者に「おいしい」「食事が楽しみ」と感じて食べていただいて初めて「栄養」となり得るものです。私たち栄養部はこのことを意識して、開設当初から『ご利用者の顔を思いながら食事を作る』ことを目指してきました。今回の改訂で食費の全額がご利用者の負担になっているなかで、食事をさらに「心と身体に美味しいもの」として食べていただけるよう真剣に考えなければならない必要性を感じています。

食べることは人の尊厳であり、活動の源です。やむを得ず経管栄養となっている方でも口から食べる可能性を探ることは不可欠です。当施設では、過去にも、そして今も経管から経口へ移行できた方が何人かおられ、そんな方の食事の場面を拝見するのは大きな喜びであり、励みでもあります。「食べる」ということがいかに人間らしい事を思い知らされています。普通食であれ、ミキサー食であれ、まさに一期一会と思う瞬間でもあります。これからもその方にとって最高の一口となるような食事を、心をこめて作らせていただきます。

## 忘年会

～ありがとうございました～



去る12月23日、第2回白馬メディア忘年会が開催されました。ご利用者、ご家族、職員がともにご馳走を囲み、ゆったりと時を過ごしたいと願って企画したものです。フロアごとに、ピアノ演奏や、カラオケなど工夫を凝らし、短い時間でしたが、楽しく過ごすことができました。

12月としては例のない豪雪の中、忙しい時間をさいておいでくださったご家族の皆様、本当にありがとうございました。

一行事委員会