

いっしょにツシユ

第61号

令和3年1月
発行：依田窪老人保健施設
広報編集委員会
〒386-0603
小県郡長和町古町 3365-5
TEL：0268-68-0281
FAX：0268-68-0283

新年のごあいさつ



施設長
石橋 久夫

新年明けましておめでとうございます。
利用者の皆様、そして地域の皆様方のご多幸を心より祈念申し上げます。

昨年は中国武漢で発生したコロナ感染が、あつという間に世界中に広がり、それぞれの国で悲惨な状況が生まれています。日本においても、政府はコロナ感染対策と経済対策の両立をめざすということとでありましたが、現実には感染者数が20万人を超え、それに伴い死亡者数も3000人近くとなり、医療崩壊の危機に直面しています。ワクチン接種の普及によって、少しでも早く終息し常態に復することを願わずにはられません。

■ □ 生老病死を支える □ ■

「生まれ生まれ生まれ生まれて生の始めに暗く、死に死に死に死んで死の終わりに冥し」

天才宗教家 空海の言葉だけにズシリと重みを感じます。また、お釈迦様は「生老病死」を四苦と捉え、それを乗り越えて悟りの境地に至る道を説きました。一方で、我々日本人の死生観というのは、大自然の摂理を生き方のお手本とし、春夏秋冬の輪廻の繰り返しの中で、一年一年を大切に刻み、その集積を人生の物語として大事に育んできました。生死そのものにあまり囚われすぎないで、生老病

死という長い人生の物語を寛容に受け入れ穏やかに人生の終焉を迎えるというのも、日本人的かと思います。
私の気に入っている曲に、堀内孝雄作曲、小椋佳作詞の「山河」という曲があります。その歌詞を書いてみます。

『山河』

人は皆 山河に生まれ 抱かれ 挑み
人は皆 山河を信じ 和み 愛す
そこに 生命をつなぎ 生命を刻む
そして 終いには 山河に還る
顧みて 恥じることない 足跡を
山に残したろうか
永遠の 水面の光 増す夢を
河に浮かべたろうか
愛する人の瞳に 愛する人の瞳に
俺の山河は美しいかと 美しいかと

スマホやパソコンをお持ちの方は、「堀内孝雄 山河」と検索すればすぐ出てきます。堀内孝雄さんの声で聴くと、この歌詞の意味がしつかり伝わってきます。是非聞いていただきたいと思います。

人生の終焉が、苦しみに満ちたものではなく、穏やかであるというのはとても大事だと思います。老健いこいでは、人生の終末期を過ごされるお年寄りに寄り添い、その辛さを癒しながら、少しでも笑顔が浮かぶように全職員が務めています。そして、認知機能や身体機能が低下してきても、尊厳をみんなで支え、人生に対する満足と感謝の心を大切に、安らかな眠りにつけるよう配慮しています。



依田窪病院写真館

自然といのち第三集「春を待つ(冬から春へ)」より
撮影 石橋施設長



ほっと通信

老健いこいには、医師、看護師、介護員、理学・作業療法士、管理栄養士、支援相談員と多職種が勤務しています。このコーナーでは各職種からいろいろな情報を発信いたします。

「いこい式生活リハビリ」の取り組み

Bユニット リーダー 渡邊 知 幸

介護老人保健施設は「在宅復帰」「在宅療養支援」を目的としている施設です。私たちはこの目的を果たすべく、今年度から「いこい式生活リハビリ」の確立を目指して取り組んでいます。

生活リハビリとは、歩行やトイレ、着替え、洗濯物を干す等の家事的動作等ご利用者が日常生活で行う活動内容をリハビリと捉え、その動作を自力できるように効果的に支援する方法のことです。

老健いこいで行う生活リハビリで特徴的な取り組みとして「生活リハビリカード」があります。生活リハビリカードは、ご利用者・ご家族の思い、自宅へ帰る為に必要な動作や、ご利用者自身が大切にしている習慣等に注目して目標を設定し、その目標をご利用者・ご家族・いこい職員全員で共有できるようにカード化したものです。カードはご利用者の居室に掲げてあり、目標を常に確認しながら、より効果的に目標達成に向けて支援することができます。また、入所後いつ自宅へ帰れるか不安に思っているご利用者や、ご自宅へ戻った後、介護ができるか不安に思っているご家族にも、「この動作ができれば自宅へ帰れる。」「この動作ができれば自宅でも看られる。」という希望にもつながると思います。

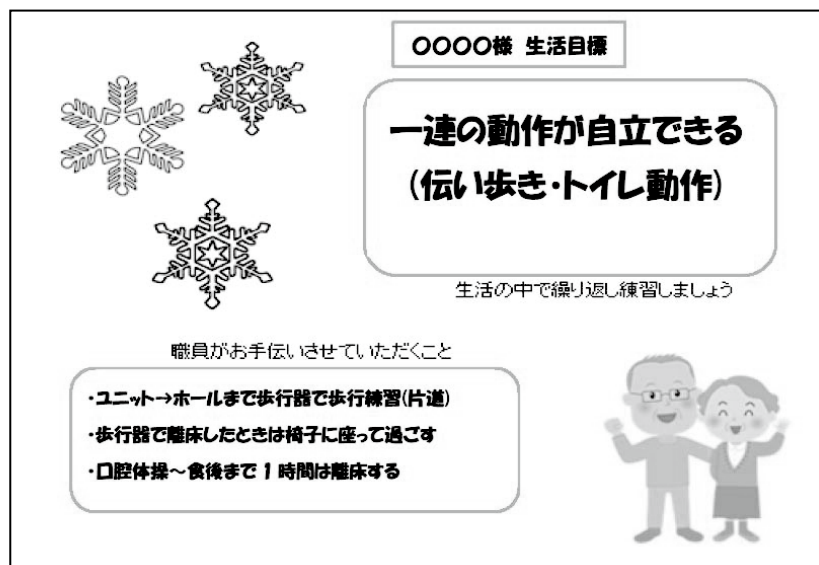
【事例紹介】

生活リハビリカードを使用した事例を紹介したいと思います。

身体に痛みがあり歩行、排泄等の身の回りの動作が行えないご利用者に対して生活目標カードを使用しました。自宅ではご家族も同居されていますが、仕事等の都合でご利用者ひとりになってしまうことがあり、その時の排泄が課題となっていました。そこで、排泄の自立を目標に上げ、居室の環境設定、毎日の歩行練習、排泄時のズボン上げ下げ練習、パット交換練習を普段の生活の中に取り入れ、ご利用者自身で動作が行えるよう支援しました。生活リハビリカードを使用する前は、職員によって介助方法が違ってしまっており、ご利用者のできる力を最大限に活かしきれていませんでしたが、生活リハビリカードを使用することにより、全員が同じ支援を行うことができ、3ヶ月後排泄の自立を達成しご自宅に帰ることができました。

この結果は、生活リハビリカードにより、ご利用者自身が毎日目標を確認し「自宅へ帰りたい。」という思いでがんばって来られたこと、私たち職員も毎日この目標を確認し、ご利用者と思いを共有し、目標達成のために支援を続け、ご利用者・ご家族・いこい職員が一つのチームとして在宅復帰に取り組めたことによるものと考えています。

今後も地域の皆様が、住み慣れた地域で元気で暮らせるよう、生活リハビリカードを活用して「いこいに来れば元気になる」との評価が得られるようがんばっていきます。困り事がありましたら、いこいにご相談ください。



生活リハビリカード



生活リハビリ:介護員による歩行練習の様子

★ 編集後記 ★

新年明けましておめでとうございます。

コロナ禍の中で不自由な生活が続いていますが、みんなで力を合わせ感染症に打ち勝ち、今年が早く穏やかな良き年となることを心から願います。(編集委員)