



介護とIT ～遠くても近くなった出会い～

昭和39年、東京から新大阪までの新幹線での移動時間は約4時間00分。令和3年である現在は約2時間25分。そして、令和9年リニアモーターカーでの移動時間は1時間7分になるとか！今では日本国内の移動時間がこんなに短縮されたおかげで、当たり前のように「また会いに行くね」と約束ができていました。

ところが『緊急事態宣言』『自粛』『密を避ける』…新型コロナウイルス感染症拡大防止のために、帰省や旅行、食事会やコンサートなど、今まで当たり前に行ってきたことを控えるようになった方が多いかと思えます。病院も介護施設もほとんどの場所が面会は禁止。大切な家族に『いつでも会いに行くね』と言えなくなってしまいました。

ナーシングホームももでは、このような状況下でも何とか利用者様や家族様を支えたい、他のサービス事業者様と連携を図りたいと、サービスを継続しています。少しずつですが、オンラインを利用して家族様との交流や研修会、会議等を進めています。

昨年11月に開催した第11回事業所交流発表会は、初めてオンラインで行いました。普段はお越し頂けない遠方の福祉関係者も参加下さりコロナ禍での介護ケアの工夫等を共有することができました。

また先日は、もも鳥取でのクリスマス会の様子をオンライン配信し、ご家族に披露することができました。笑ったり歌ったりする利用者様の様子を久しぶりに目にすることができ、ご家族にも大変好評でした。現在はご希望に応じて、入所者様とご家族のオンライン面会も実施しております。

初めて新幹線が通った頃は、電話や手紙や電報で、会いに行けない思いを伝えるだけしか手段はありませんでしたが、通信技術の発展によって、今は画面越しではありますが、相手の顔を見ながら声を聞くことができます。いつでも気軽に会って触れ合えるようになる日まで、制限のなかでも最大限楽しい時間を安心して過ごしていただけるよう、様々な可能性を模索し、実行していきたいと思えます。

文責: 水本



ナーシングホームもも
令和3年2月発行

第11号 もも便り



暦の上ではすっかり春です。まだまだ寒さの厳しい日もありますが、それでも太陽の光や木々の様子に、春の訪れを感じることができそうです。

今回のテーマは「あう」（会う・合う・逢う・遭う・遇う）です。たくさんのお会いがあり、時には競い合ったり、惹かれ逢ったり、強い反対に遭ったり、幸運なことが遇ったり、様々な経験を通して今の自分があるのではないのでしょうか。もものスタッフは、利用者様と関わり合えたご縁に感謝して、支援を続けてまいります。



桃の花には元々「魔除け」や「長寿」のパワーがあるとされていました。桃は中国から渡来した植物です。中国では上巳の節句（3月3日）に桃の花を飾り、桃の花を漬けたお酒を飲み、桃の葉が入ったお風呂に入って邪気祓いを行っていたそうです。

旧暦の3月3日は桃の花が咲くころだったことから、ひな祭りに桃の花が飾られ、「桃の節句」と呼ばれるようになったそうです。押し入れに眠ったままの雛人形はありますか？雛人形と桃の花を飾ってコロナを祓いたいですね。

梅は咲いたか桜はまだか

いなべ市には有名な梅林公園があり、毎年綺麗な梅が咲いています。しかし、じっくり腰を据えて鑑賞する桜と異なり、梅の花は歩きながら見て楽しむ方が多いのは何故でしょう？

理由の一つは、梅が咲く時期の気温が低いことですが、白梅から紅梅に移り変わっていく景色を見て楽しむには、歩きながら見るのが適しているからとも言われています。

また、歩を進めると次から次へと花の香りが漂ってくる感覚も、梅の花見ならではの言えます。

まだ寒い日が続きますが、もうすぐ春です。運動がてら花を見に出かけ、目だけではなく、マスク越しに鼻でも梅を楽しんでみてはいかがでしょうか。



お知らせ

ベトナムから介護の技能実習生が来ました！



イさん イエンさん

2月17日に、ベトナム人技能実習生のイさんとイエンさん2名が、もも鳥取と、もも四日市に配属されました。彼女たちには、これから介護の技術と知識を働きながら習得してもらいます。

とても素直で勉強熱心なふたりです。彼女たちの成長する姿をあたたく見守っていただきますようお願いいたします。

令和三年初のもも便りはいかがだったでしょうか。様々な捉え方の「あう」があったのではないのでしょうか。コロナの影響で会いたい人に「会う」ことも出来ず、もどかしい状況が続きますが、ひとりで抱え込まず、みんなで支え「あう」世の中を作り、コロナを乗り越えましょう。

編集後記

★職員募集中★
私たちと一緒に働きませんか？
詳細はホームページをご覧ください



ナーシングホームもも

検索

<http://www.momo3.net>

【発行】 有限会社だいち
ナーシングホームもも
【編集】 もも便り発行委員会
【発行月】 2021年2月（年3回）

【東員】

〒511-0254 員弁郡
東員町中上790-1
TEL 0594-75-0302

【鳥取】

〒511-0241 員弁郡
東員町鳥取917-2
TEL 0594-86-1110
TEL 0594-86-1113

【いなべ】

〒511-0428 いなべ市
北勢町阿下喜3514
TEL 0594-72-3530

【四日市】

〒512-8054 四日市市
朝明町441-1
TEL 059-336-3330

【桑名】

〒511-0901 桑名市
筒尾1-13-1
TEL 0594-33-0302

東員

一人ひとりに合わせたケア ～素敵なお言葉の出会い～

【ホームヘルパー】とは、介護を必要とされる方が、住み慣れた自宅で自分らしい生活が出来るように日常生活のお手伝いをさせていただく仕事です。今回は、具体的にどのようなことを行っているのかを紹介します。

訪問介護の仕事内容

- **身体介護**
食事の介助・入浴・排泄介助・着替等、身体に直接触れる介助
- **生活援助**
調理・掃除・洗濯・買い物などの日常生活のお手伝い
- **通院等乗降介助**
車への乗降介助、病院への送迎、院内受付までの移動介助等

訪問介護は、利用者様の自宅（生活の場）を訪問します。1対1の介護を通して、利用者様のペースを尊重し、その人らしく生活ができるよう、一人一人に合わせたケアを行います。日常の心配事や困り事、孤独や不安といった感情を抱え込んでいる方も多くありますが、そのような時、ヘルパーは利用者様の話し相手や相談相手になり、気持ちに寄り添うように話を聞きます。「それなら大丈夫や」「安心したわ」「よかったよかった」等の喜びの言葉に出会えることは、ヘルパーがケアで役立っていることに喜びを感じたり、仕事に誇りを感じる瞬間です。



ヘルパーさんが来てくれることで安心できます

暫く顔見やんだな。大丈夫やった？心配しとったわ

訪問介護サービスは、自立した在宅生活を送るためのケアです。また、一人暮らしの高齢者にとって、訪問介護は身体介助や生活援助を受けられるだけでなく、話相手として接する機会となります。離れて暮らす家族には、健康状態や安否を知る有効な手段として役立ちます。

ヘルパーとしての仕事をする上で、たくさんのお利用者様に会うことが出来ますが、今、コロナ禍の中で人と会えることがどれほど大切な事か改めて気付いています。

“会える”ということ、“言葉を交わす”ということが、人を幸せにしていると思うのです。これからも利用者様と出会い、幸せを感じ、お互いが大切な存在でありたいと思えます。

文責: 井後・山口

会うは別れの始め

“会うは別れの始め”ということわざがあります。意味は「出会った人とは必ず別れなければならぬということ」です。このことわざは、「会者定離」という仏教の教えが由来であり、「会うものは離れる定めにある」という意味があるそうです。〔ことわざや言葉の意味特集〕より

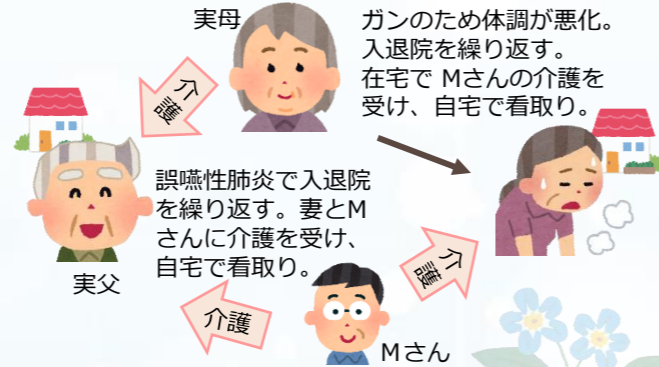
私たちも桑名は、多くの在宅看取りに関わってきました。その中でも、ご家族との関わりが多かったご一家を紹介します。

Mさん一家との“会うは別れのはじめ”～奥様の訪問看護からご両親の見送りまで～ 文責: 筒井

Mさんは、介護の必要な妻(ALS)・義母との3人暮らしでした。難病の妻に訪問看護が開始され、Mさんと義母の献身的な介護の末、妻を自宅で看取ることができました。

その後、Mさんは義母と二人暮らしでしたが、義母の体調が不安定な状態になり訪問看護で支援することになりました。

そんな中、今まで元気だったMさんの父親も高齢化と病弱で介護が必要な状態になりました。そんな時、父親の介護をしていた母親にガンが見つかり、Mさんは両親の介護をすることになりました。そのため、義母は施設に入所し、訪問看護は終了しました。Mさんの両親は共に状態が悪く、訪問看護が支援に入ることになりました。献身的な介護の甲斐なく、母親が自宅で永眠、続くように父親も自宅で永眠されました。そして、施設に入った義母も、間もなく施設で永眠されました。



Mさんご一家4名の看取りは、ここ数年に起こった出来事ですが、いつも笑顔で私たち訪問看護師を迎えて下さっていました。数年間で家族4人をなくしたMさんの心中を思うと、私たちも胸の痛くなる想いです。

私たちは、一家4名を訪問し、3名の看取りに関わらせていただきました。“会うは別れの始め”の言葉のように、出会いの数だけつらい別れはありますが、それ以上に、このMさん一家と出会えたこと、いつも笑顔で迎えて下さったことに感謝したいと思います。

和気あいあいとがんばる〜ん

ももいなべのデイサービスでは、毎日、日替わりレクリエーションを実施しています。その日の利用者様の人数、好み、体調、気分に合わせてレクリエーションを行っています。



この日はバレーボール経験者2名を交え、椅子に座り机を囲んで、風船を使ってバレーボール(風船バレー)を行いました。風船バレーを行うと、普段は腕の動きが固い利用者様も、いつも以上に手を伸ばし、難しい所に飛んで行った風船を笑顔で打ち返されます。「風船バレー」はリハビリの要素を併せ持ち、みんなで力を合わせ、喜びを分かち合うこともできるレクリエーションです。

風船バレーの効果・メリット

風船バレーはどなたでも参加が出来るリハビリ要素がたくさん詰まった全身運動です。

1. 座った状態でも足を踏ん張って風船を打つので、体幹の安定に繋がります。
2. 風船が軽く、利き手でなくても打てるので、上半身全体の運動になります。
3. 風船の行方を目で追いかける為、動体視力や、物体の位置・方向などを把握する空間認知能力の訓練になります。
4. 風船の行き先を考える計算力、判断力のトレーニングになります。
5. 何回続いたか、皆で数を数えることで、協調性と連帯感が高まります。
6. 目標回数を設定して、その目標を達成した時は、職員と利用者様が一緒になって喜びを分かち合う事ができます。



レクリエーションがワンパターン化していかないよう、介護職員と看護師が知恵を出し合って、新しいレクも取り入れています。これからも利用者様がリラックスして、楽しみながら、自発的に体を動かすことができるレクリエーションを提案していきたいと思ひます。

文責: 小野

関わることは関わり合うこと

今回は、もも鳥取を利用されている利用者のKさん(80歳 男性)との関わりが、思いがけない展開に発展したのでご紹介します。

Kさんはもも鳥取の有料老人ホームに入所されており、普段は酸素吸入をして過ごされています。自宅では熱心に伊勢型紙の制作に取り組まれていましたが、入所時は体力的な問題があり、制作に必要な道具は自宅に置いたままでした。

しかし、生活が慣れ体力が少し回復すると、ご本人から「伊勢型紙の制作を再開したい」と希望が出されました。そこで作業療法士は、楽な姿勢や楽しんで取り組める作業方法の指導(環境整備)を行い、看護・介護スタッフは、心身の状態、施設生活の受け入れ状況等を伺いながらケアに生かそうと考えました。

まず最初に、私たちは、Kさんに「制作の様子を見学させてください。」と申し出ました。Kさんが快適に制作に取り組める環境や方法を探るためです。ところがKさんには、私たちスタッフが「伊勢型紙を作る方法を学びたいために見学したがっている」と伝わったようでした。この展開は、スタッフの誰も想定していませんでした。



それからのKさんは、弟子に指導する先生のような使命感が芽生えた様子で、伊勢型紙作りにおいては、Kさんが先生でスタッフが弟子のような関係になっていきました。“弟子”に作り方を教えて、アドバイスしているときのKさんは、大変生き活きとされています。

Kさんの様子から、人は、与えてもらってばかりではなく、与える立場になり、社会的な役割を持つことで元気が出てくるのだということを実感しました。

この関わり合いをヒントに、これからも、一方向の関わりではなく、双方向に関わり合う場を提供していきたいと思ひます。

文責: 矢野

60数年を経ての旧友との再会

今回は、当施設の看護小規模多機能型居宅介護(看多機)の利用者様と、短期入所生活介護(ショート)の利用者様が旧友で、偶然にも当施設で再会された様子をご紹介します。

多感な青春時代を共に過ごした同級生であり、かつ音楽仲間であった看多機利用のA様とショート利用のB様は、学校を卒業して以来、会うことはありませんでした。学生時代は、A様はピアノ、B様はハーモニカを演奏していたそうです。

四日市事業所は、看多機とショートは同じ建物内ではありますが、廊下を挟んでいるためにコロナ禍では直接交流がなく、出会うチャンスがほとんどありません。ところが、偶然にも60数年の時を経て、ふたりは再会したのです。

お互い年齢を重ねて見た目もずいぶん変わっています。「俺のこと分かるか」と互いに物忘れが始まっているにも関わらず、昔を思い出して懐かしむように笑顔で語っています。いつも言葉数の少ないB様も「この歌吹こうか?」と声をかけ、昔懐かしい曲(ふるさと、富士山など)をふたりで演奏して他の利用者様やスタッフの癒しになっています。

私たちは、おふたりの演奏で他の利用者様やスタッフが合唱する等の企画をして、再びめぐり合ったおふたりのご縁を大切にしながら、楽しい交流の場を作り上げていきたいと考えています。

音楽(療法)の効果

音楽には不安や痛みの軽減、精神的な安定、運動の促進、表情や感情が豊かになる、コミュニケーションの支援、脳の活性化、リラックス等、多種多様な効果が認められています。



現在、新型コロナウイルス感染予防のため、看多機とショートの合流イベントは自粛している状況ですが、新型コロナウイルス終息後には、音楽演奏会などのイベントを計画し、他の利用者様とともに楽しんでいただける場を提供していきたいと思ひます。

文責: 小林