

さくらだより

第13号

2010年3月10日

社会福祉法人京都老人福祉協会 京都市伏見区深草大亀谷東古御香町59番地・60番地 TEL.075-641-6622 FAX.075-641-6746
<http://kyoro.or.jp/>



ことば

うづら保育園の実践に触れて

副理事長 三代 修

ご縁があって保育事業に関わることになりました。時代は少子化と高齢化が同時に進行しています。高齢化について言えば、いよいよ団塊の世代が高齢者となる2015年を目前にして、地域密着をキーワードとして在宅介護が再編されてきています。小規模多機能型居宅介護と夜間対応型訪問介護は、地域で暮らし続けるための切り札なのかもしれません。

一方で、少子化に対する対応も急がれます。保育所待機者は2万から3万人と発表されていますが、保育園がもっとできればそれが呼び水となって更に申込者が出るという状態です。1月の閣議決定で政府は26万人分の保育園定員の増加をこの5年間で行うと目標を掲げました。現在の第一子出産を前後しての継続就業率は38%です。おおよそ3人に2人が退職している計算になります。これを55%まで高める目標だそうです。介護人材の不足対策もやはり本命は子育て支援政策の充実なのではないかと考えています。

先日、うづら保育園の5歳児35名が京都老人ホームでの演芸会に応援に駆けつけてくれました。元気な歌声に大変勇気づけられた、と利用者様からのお礼の言葉をお聞きしています。高齢分野事業と児童分野事業とともに地域のために育てていくことが、私たちに課された使命であると心に重く受け止める昨今です。



ハートで
ぬくもりと安心を
お届けします
京都老人福祉協会

変化した日常

京都老人ホーム医務室 堀田 政美

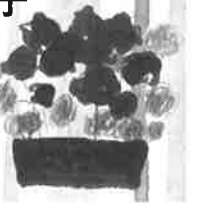


昨年8月に京老へ転職。私の生活は一変しました。それまでは介護認定の為に訪問調査員として働いていたため介護保険施設に入所されている方や在宅で介護サービスを利用されている方との関わりはあったものの、一度きりでほんの少しの時間しか関わることがありませんでした。そのような仕事を重ねるにつれ継続的に人と関わる仕事をした、それは医療が主の職場ではなく生活の場での仕事をしたという気持ちが大きくなり、縁あって京老の医務室で働くこととなりました。

最初の頃は医療現場や以前の仕事との違いから戸惑うことも多く、仕事を覚えることにも追われ精神的に余裕が殆どなかったのですが、少しずつ仕事にも慣れ入所者の方との関わりに楽しみを感じる事が出来るようになってきました。又、人生最後

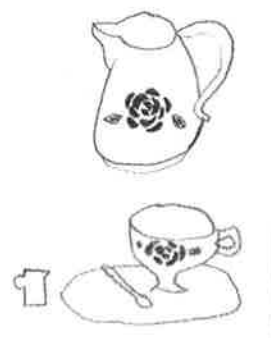
日常生活

板橋の町家ほっこり 土居 麻衣子



私がほっこりで働きたしてから、もうすぐ3年がとうとしていますが、利用者さまの日常生活を支援する中で難しいと思うことがたくさんあります。ご自宅でゆっくりするのと同じように、ほっこりでもゆっくり、のんびりと過ごしていただくと思っていて、職員が業務に追われバタバタしてしまったり、他の利用者さまが大声を出して歩き回られたりと、落ち着いて過ごしていただけないこともあります。

今まで自分自身の一日を、じっくりと考えたことはありませんでしたが、何もせず、ただ何となく過ぎてしまった一日は退屈で、とても長く感じます。家でポーツとしているより外に出たり、誰かと話をするだけでも違ってきます。でも、一人でゆっくりすることが好きな人がいたり、人それぞれ日々の過ごし



方は違って当たり前前だと思えます。ほっこりには、日々の生活のほとんどをほっこりで過ごされる方や、週に2回しか来られない方、訪問のみでほっこりには来られない方など様々な利用者さまがおられます。

入浴を楽しみにされていたり、誰かとお話をするのを楽しみにされている方、ゆっくりと休まれる方と、過ごし方はそれぞれですが、皆さまに進んで行きたいと思ったり、ほっこりに行って良かったと思っていただけに、私たちが一緒に楽しくゆっくり過ごせる空間を、これからも作っていけるように努力していきたいと思えます。



そして私にとって京老での仕事、日常へと変化しました。

「こんな日常、あんな日常」

京都老人ホーム 介護介護職員 谷口 真由美



ここ養護には、約80名のおじいちゃん・おばあちゃんがそれぞれの日常を送られている。今回はその中の一人のおばあちゃんの日日常な出来事にスポットを当ててみました。



今年で100歳のおめでたい区切りを迎えられたおばあちゃんは一日のほとんどを座ついたりベッドで横になりながらウツウツと眠っておられるのが日常だ。心臓にはペースメーカーが入っているが、ユックリペースの生活に比例して電池の減りもユックリなんだそうだ。お医者さんも驚くくらいに…。だからお腹も減りにくいのか、ご飯もあまり食べてくれない。「年が行くと食欲も無くなってくるのかな…」心配になったりする。でもカップ麺(ミニ)はペロリと食べられる。普段お粥と軟菜を食べている100歳のおばあちゃんとは思えないくらいに上手にすすられる。バナナも上手に皮を剥き1本ムシヤムシヤと食べられる。「ああ、これがおばあちゃんの生活ペースなんだ」と気づく。しかしそんなおばあちゃんにも年に数回、別人ではないか!?と思ってしまうくらいにおしゃべりになり、職員でも追いつけないかと思うくらいに足早で活発になられることがある。

る。昨年10月にも一度、何かのスイッチが入ったかのようによくしゃべり、よく食べ、よく動かれた日があった。

昼ご飯が済み、食堂からの帰りにしきりに出口を探しておられる。どうしたのか尋ねると「帰らなアカン、じいさん一人では大変や」、「店番がじいさんだけでは便所にも行けへん、帰ったらなアカン」少し困った表情。話を聞いていううちにわかったことは、どうやらたばこ屋さんのお手伝いのような。少し話の流れを変えてみようとかんな質問をしてみた。「何のタバコが良く売れてる？」おばあちゃん少し考え一言「バット」今度はキラキラした目で答えてくれる。(今でも販売しているのかな? ゴールデンバット)

「バットはおいくらですか?」さつきよりもっと考えて「…:…忘れてしまったわ」今度は苦笑い。5分ほどして「バットは160円」と突然思い出される。さすがに100歳、タバコも160円の時代でしたか!

そんなこんな会話で「帰らなアカン」の気持ちは紛れた様



子。おばあちゃんの若かりし頃の日常に、ほんの少しだけ触れることができた気がする貴重な会話でした。そして翌日から、またいつものようにユックリとした日常に戻られ、今日も養護のリビングでウツラウツラと居眠っておられます。(書類の中ではおばあちゃんの経歴に「たばこ屋さん」だった記録はありませんでした。でも他の人が知らないおばあちゃんの過去なのかも知れません。何気ない日常生活の中からも、もともとは皆さんの色んなことを知って行きたい職員であります。)

うづら保育園のご紹介

うづら保育園 辻 益美



この度、平成21年10月1日より京都老人福祉協会にお仲間入りさせて頂きました、うづら保育園でございます。
どうぞよろしくお願い申し上げます。



千載和歌集の中に「夕されば

野辺の秋風身にしみて 鶉鳴く
なり深草の里」と歌われておりますように、クローバーの地、うづらの里として知られる深草の地に、地域に根ざした保育園となる様にと念願して設立されたうづら保育園も、地域の方々を支えられながら一歩一歩のあゆみを重ねて参り、今年で57年目を迎えるに至っております。

昭和28年の開園当初は、60名定員の幼児園として出発いたしました。その後、昭和56年4月より30名増の90名定員の乳幼児併設園として、更に平成13年度4月より30名増の120名定員の園として今日まで地域のご要望に応じて参りました。

当園では、「いきいきした子ども」又「豊かな心」を育てることを保育目標とし、各領域を通して乳児部から幼児部まで一貫性のある保育を推進しております。



また、日々の保育においてより緻密な保育づくりを目指すべく、家庭と園との相互交流を充分にはかりながら、家庭的な雰囲気の中で健康な心身の基礎となる基本的な生活習慣及び快適な人間らしい生活をする為に欠くことのない社会的な生活習慣を養っております。

子ども達の育ちには、太陽、水、土といった自然環境の下で「原体験」の大切さを日常保育を

で子ども達は足腰が鍛えられ、少し辛くても頑張り通す力、又頂上まで登り続ける持久力が生まれ、そしてお友だちへの思いやりや自然への興味や関心が深まり新しい発見も見られます。

また、自園の農園活動では、畝作りから子ども達が関わり、四季折々に野菜や果物の収穫を楽しんだり、日々の水やりの際に土の中から出てくるミミズやまる虫を見つけ、手のひらに載せながら満足そうに顔を輝かせております。

この様な取り組みの中で、平成22年度4月から新規事業として「学童クラブ」をスタートさせることとなっております、これまでの一時保育事業や地域子育て支援事業共々、これまで以上に充実・強化を図って参り、同時に、近年核家族化が進み、お年寄りとのふれ合いが少ない子どもたちにとって、京都老人福祉協会とのつながりが出来た事によって、おじいちゃん、おばあちゃん

あちゃんのやさしさを多く感じ



とらせてあげたいと思っております。今後、地域社会にともされた

「小さな灯火」をもちつづけるから地域にしっかりと根差して参りたいと存じます。

うづら保育園

電話/075-641-5815

住所/〒612-0889 京都市伏見区深草直達橋2丁目452番地4



通して感じております。その一環として、私共の保育園では、自然を求めて市内の山を中心に3歳から5歳児までの子ども達が、各年齢に応じて月1回の山登りを行っております。山道は平坦な道とは異なり登り下りがあり自然の変化が著しく、時には小鳥の声や山から流れる水を楽しみながら、険しい石コロ道や急な斜面を最後まで登りきった子ども達の顔は、自然に満ち溢れています。

山の中では木登りや崖すべりを思い切り楽しんだり、又、探検活動を通して山を駆け巡りながら、草や木の感触や葉の色の変化に気づいたり雑草の中の昆虫の営みも子どもらしく捉え、自然と語り合いながら共に生きるという動植物とのつながりも実感します。山登りを行うこと

「日常」を取り戻す

京都老人ホーム 特養介護職員 勝山 瞳



特養での「日常」と考えた時、「?????」と疑問符がたくさん出てきて、利用者さんにとって日常が何なのかな?という事なのか?と考えさせられました。

老人ホームという所に縁が無い方からすると利用者さんがホームでどんな生活を送っているか想像できないと思います。良くも悪くもパターン化されていると思います。

月曜日は○○○。火曜日は□□□。水曜日は△△△。木曜日は◎◎◎。と1週間の流れが、だいたい決まっています。利用者さんがこの1週間の流れを自ら決めているのではなく、少なからずとも職員の都合が組み込まれています。

これを利用者さんの「日常」と呼んでしまっても良いのか?個人的には、非日常が日常となってしまうのではと感じ

ました。

特養での住まいは、自宅の様に近づける事はできても、やはり、自宅ではない。他の利用者さん、同室の方(京老の特養は4人部屋がほとんど)がいて、入浴日が決まっている。食事時間が決まっている。辛い事、過ごしにくい事ばかりではないですが、何かしらの制限や、がまんを強いられる事があります。

大きな法人だからこそできる大規模な夏祭り、演芸会、祝賀式、フロア単位での行事、等々。大勢だからこそ楽しい事も、もちろんあります。

非日常が日常となっている利用者さんの生活を少しでも本日の日常に取り戻すことが出来たら、その日常の中で、自然に楽しみ、生きがいを感じられ、過ごして頂くことが出来ると思います。

特養に、京都老人ホームに来



「私は一人暮らしで、足が悪いからなかなか外に出られず人に会えないけど、デイに来ればお友達にも会えて、いっぱいしゃべって充実した一日が過ごせる」と言ってくださる方もおられます。

そんな「ハレの日」を演出し、利用者様に満足して帰って頂くことが、私たちデイサービスの

として、日々努力していきたいと思っています。

「ハレとケ」とは、柳田國男によって見出された、時間論をともなう日本人の伝統的な世界観のひとつ。民俗学や文化人類学において「ハレとケ」という場合、ハレ(晴れ)は儀礼や祭、年中行事などの「非日常」、ケ(曇)はふだんの生活である「日常」を表している。

て「良かった。安心する。楽しい」と、利用者さん、その家族さんが感じられる、思える日常を送って頂きたい。

それを叶える為に気を引き締め、利用者さん、ご家族の方に改めて接していきたいと思いましたが。



「ハレとケ」

京都老人ホームデイサービスセンター 川崎 龍馬



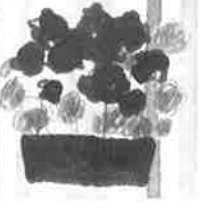
私はデイサービスで働いている介護職員です。デイサービスの一日は送迎で始まり、利用者様はだいたい6時間ぐらいデイサービスで過ごされます。デイサービスを利用される方は、当然の事ながら、普段は自宅やご親族の家で暮らしておられます。

我々デイサービスの職員は、利用者様がデイを利用される日とそうでない日を「ハレとケ」と呼ぶことがあります。「ハレ」とは「晴れの舞台」と言ったりするように「非日常」を表し、

逆に「ケ」とは「何事も無い日常」を指します。例えば、家ではベッドで生活しておられ、外との交流がない方にとっては、デイサービスは他者との交流の場になり、「人前になるからにはちゃんとオシャレしないと...」といったような社会参加の自覚も持つて頂けます。デイサービスを利用される理由は「家での入浴が危険だから」「介助者の見守りのもとで一日を安全に過ごしたいから」「家族の負担を減らしたいから」など様々ですが、

穏やかに流れる 時間の中で

おぐりすセンター 斎藤 義一



「日常」このテーマから連想することは...

何気ない、普段と変わらない生活面のひとコマ、穏やかに流れている時間等々...、そんなことを思い浮かべます。

私はケアマネジャーをしており、日常的に触れ合っている利用者さまについて、そんな何気ない日常のひとコマを考え合わせるにつけ、今までできていたことがだんだんとできなくなってきた喪失感や焦燥感は何となくわかる気がします。

わかる気がしますが、実際には自分が経験してみないと本当のところはわからないでしょう。

ただ、できるだけわかろうと努力し、その方が日常生活を送りやすいようにお手伝いをすることはできます。

自分自身も年を重ね、さまざまな喪失体験をしてきました。そしてこれからも年を重ねるこ

とで、できないことが増えることは逃れようがありませんし、自分も誰かに助けをもらうことになるでしょう。

そのような思いから、自分としてほしくないことは極力しないように(その方が嫌がる事でも、医療的に必要があること等の場合は別ですが...)し、また自分がしてほしいと思うことができるだけさせてもらいたいと考えています。

私はこれからもそのように利用者さまを支援していきたいと思っています。

穏やかに流れる時間の中で、その利用者さまがいつもと同じ日常をできるだけ快適に過ごせるように...



地産地消 元気は地元の食材から

きつちんさくら 栄養士 藪内知華



最近、よく耳にする「地産地消」。スーパーに買い物に行っても生産者の顔写真が食材の産地と一緒に貼ってあるのを見かけます。

「地産地消」とは、『その土地で取れたものをその土地で消費する』という意味で言われています。

きつちん「さくら」の毎日の食事も京都で穫れた野菜を取り入れるようにしています。

例えば：今までに献立に出てきたものは、米はもちろんの事、九条ねぎ・水菜・壬生菜・筍・伏見とうがらし・加茂なす・金時人参・紫ずきん等々。輸送時間が短くなるため新鮮で、他の野菜よりも栄養価も高いようです。



ハウス栽培により年中スーパーに出回っている野菜は、季節感が失われてしまいます

が、京野菜は旬の時にしか出てこないため、本来の「旬」の味を知る事ができません。

生産者の顔が見えるので、利用者さんにも安心して食べてもらえます。

食材を使用する時は、週間献立表に必ず紹介をするようにしています。地域の身近な食材を通して、食材の旬や産地について理解を深める事ができ、郷土食や行事食などを「昔、食べた事あるな。懐かしいなあ」と、利用者さんに思ってもらえればと思っています。

京都府の取組みで、府内産農産物の利用に意欲的な病院や福祉施設などを『たんとおあがり 京都府産』施設として認定しています。

きつちん「さくら」も前年度から認定してもらいました。

食の安全が常に問題になる今日ですが、食事は日常の中で当たり前に行われる事。体を作るベースになるので、出来るだけ地元の農産物を取り入れて、体に安心な食事の提供に努めていきたいです。

社会福祉法人 京都老人福祉協会グループ



お知らせ

●いらなくなった綿の古衣類、ポロ布 お譲り頂けませんか？

皆様からご提供いただいている綿布大変助かっています。引き続きいらなくなった綿布がありましたら、ご提供よろしくお願いたします。

☎075-641-6622

新規事業所紹介

◆うづら保育園 伏見区深草直達橋2-452-4 TEL.075-641-5815

センター名称変更のお知らせ

◆まちなか相談スポット中部 伏見区深草直達橋4-367・368 TEL.075-642-5155

旧名称 ●京都市伏見区地域介護予防推進センター

新名称 ●京都市深草・醍醐地域介護予防推進センター TEL.075-641-2543