

まごころだより

2019.3月号



地域の皆さんとの楽しいふれあい

先日、職員間で食事に関して極端に偏りのある方が話題になりました。その方は子供のころからカレーライスとあんパン等の甘いものが大好きで、それらを日に一度は必ず食べていたということです。大人になった今でも、甘いコーヒーやお汁粉を出すと嬉しそうに笑います。また最近は固いものは特に苦手になったようで、柔らかい煮豆でもスプーンでつぶして食べ、そのままの形態で食べられるのは、汁状態や茶わん蒸し状態のようなものだけだとのことでした。



私は人の嗜好を変えるのは非常に難しいと思っています。何にでも醤油をかけて食べる人の話は良く聞きます。薄味のものを出すと「こんなしょうもないもの食べられない」と醤油をいっぱいかける。「辛いのは体に良くない」と言うのと逆に怒り出す。どこにでもある光景です。醤油なら自分の体を害するだけですが、「自分にも周囲の者にとっても害になる」と分かっている禁煙はなかなかできません。理屈では分かっているても止められない。本人のためを思っているつもりなのですが、減塩や禁煙をしても

らうのは本当に難しいものです。だからといって嗜好に偏りのあるこの人を仕方ない、好みは人それぞれと諦めてしまうこともできません。私はその嗜好の偏りを認めた上で、できることなら味の豊かさ、食の豊かさを含めて「食べる」ということを楽しんでもらいたいと思っています。

食べるという行為は栄養摂取という医療の観点だけでとらえる問題ではありません。栄養だけなら、今はサプリメントや点滴で摂取できます。その最たるものが胃瘻(いろう)でしょう。しかし、そこには食べる楽しみはありません。私は介護施設での食べることの前提は「楽しみ」だと思っています。栄養摂取のための工夫をするのが病院なら、食べる楽しみを味わってもらうための工夫、試行錯誤をするのが介護施設だと思います。食に対する考え方一つとっても病院と介護施設は基本的に違っているのです。介護と看護は似ているように見えますが、基本となる考えが違っています。それを間違えると介護施設は病院の亜流になり下がってしまいます。



介護施設を利用する人の多くは、病気や怪我、あるいは老化によって体に不都合を抱えています。たとえば怪我や脳梗塞で歩けなくなったり半身が麻痺したりして、手術やリハビリをした。でも元通りの体にはならず、生活に不自由が生じたまま退院を宣告される。病院でこれ以上良くなれないと言われ退院した後にあるのが介護です。良くなるためのリハビリや治療は既に病院で終わっています。不自由になった体を抱えたまま、どうすれば快適に、生き生きと過ごしてもらえるかを考える、それが介護です。まごころはそんな思いを『あなたはあなたのままでいいのです。そんなあなたにとことん付き合います』と表現し、理念の一つに挙げています。

『体の不自由・不都合はあるかもしれないけれど、そのままでいいのです。私たちはありのままのあなたに寄り添いとことんつきあい、生き

生きと心豊かに過ごしてもらおう手伝いをします』というものです。病気であったり不自由であったりする体をどうにかしようとするのではなく、相手を変えようとするのではなく、不自由な体のまま、心豊かに、生きていて良かったと思ってもらいたい。不自由な体のまま、生き生きと心豊かに生きていく。そのためにはどうすればいいのか。それを考えるのが介護の仕事です。



みんなのはたらく場所です

最近、癌になったことを公表される方が相次いでいます。水泳選手の池江璃花子さんは白血病、そしてタレントの堀ちえみさんは口腔がんと公表されました。これほど多いと、まさに二人に1人は癌になる、決して珍しい病気ではないと実感します。そして癌によって差はあるのですが、5年生存率は平均すると60%とも言われ、決して死に直結するような病気ではないという気がします。私自身もステージ4の末期癌と宣告されながら、治療終了から1年半経ちました。まだ安心できる状況ではなく、定期的に検査を受け、そのたびに一喜一憂しています。一応病気は収まっていますが、治療によって生活の質を落とすような後遺症や不都合があちこちに現れています。癌になる前には簡単にできたことが出来なくなっています。再発や転移の不安、身体の不自由さを感じながらの生活です。でも癌になったおかげで、そんな自分の体を認めた上で「今」を大切にし、これからどう生きるかを考えるようになりました。いろいろと制限はありますが、病気だからと人生を否定的に考えることはありませんでした。そして、そんな生き方の手本になる方は沢山います。海老蔵の妻真央さんは「今、生きている」ということを大切にし、その生き方は多くの人に力を与えました。歌手のつんくさんも声が出なくなっても「生きることのメッセージを発信し」多くの人から共感を得ています。樹木希林さんは「癌になり、死を感じられる現実を生きられるというのはありがたいことだ。いつ死んでも悔いが

ないように生きたい」というようなことを述べていました。そしてその言葉通りの人生最期の時を過ごされました。池江璃花子さんも堀ちえみさんも癌を持ちながら「今を大切に生きる」と決心され、立ち向かう姿勢を公表という形で宣言されたのだと思います。

どんな状態になっても、どんな体になっても「今」を大切に心豊かに生きてもらいたい。そして人生最期の時を『生きていて良かった』と感じて過ごしてもらいたい。私たちはそのための手伝いをしたい。『あなたはあなたのままでいいのです。そんなあなたにとことん付き合います』これがまごころの理念です。

車いすでのバス利用はダメ？

先日、新聞のトピックスに或る出来事が載っていました。都心の公共バスに乗るのにバス停で待機していた車椅子使用の方が乗車拒否されたという内容の記事が載っていました。運転手は車イスの場合は乗車してもらうためには準備が必要で時間がかかり乗車中の客に迷惑が掛かるので後続のバスにして欲しいと言ったという内容のものでした。その時の乗車中の客からも会社に遅れるからと迷惑だと言われたらしく、その方は仕方なく他のバスにしたらしいです。何とも言えないモヤモヤした感情が沸き起こり、その運転手や言い放ったお客に苛立ちを覚えました。他の乗客はどう思ったのだろう、それが運転手の本意だったのだろうかとか、自分が客の一人だったらどうしたのだろうか頭を駆け巡りました。もしその車椅子の方が自分の親であったり、子供だったらそんな乱暴な事が言えるだろうか。将来自分も車椅子のお世話になるかもしれないと、ちょっと想像するだけで言えなくなるのではないだろうか。

最近は直ぐに感情をむき出しにする様な傾向になっているが、私が子供の頃親は、「人は皆迷惑を掛け合って生きている、お互いさまなんだよ」と教えられました。それにその頃は必ずと言っていいくらい近所には“怖いおじさん”がいて、いけない事をすれば叱られ、躰けられたなと懐かしく思い出します。腹が立ったら口に出す前に一呼吸おくくらい余裕が欲しいと思いました。

3月行事の予定

- | | |
|--------|----------------|
| 5日(火) | ハーモニカで歌いましょう |
| 7日(木) | かわいい小物づくり |
| 14日(木) | 三味線と民謡 |
| 15日(金) | 民謡(三味線・踊り) |
| 16日(土) | 林夫妻の歌謡ショー |
| 18日(月) | 惣菜またはお菓子づくり |
| 22日(金) | ピアノに合わせて歌いましょう |
| 28日(木) | おしゃべり・にぎやか食事会 |