



第3号

IPPO

はじめの一歩の会

平成24年3月25日発行

この号の内容 (敬称略)

- はじめの一歩の会 設立趣旨1P
- 東日本大震災から一年半が経過して
ボランティア活動の視点から 篠原良子
地域看護の視点から 麻原きよみ 山田雅子
ケアマネジャーの視点から 木村紀子2P
地域住民の視点から 渡辺圭子
- 実働活動実績 五十嵐正恵 箱守由記 鈴木芳子
- お問い合わせ 田仲娜雅子
- 研修会実績 (1) 成年後見人制度 勝田高之3P
研修会実績 (2) エンディングノート 山路ふみ子
- 協働活動実績 子どもとためす環境まつり 山本悦子
- 活動報告・語り合う会特集予告4P
- お知らせ ピアサロン in 十思
- 会員からの寄稿 最期の会話 勝田高之
- 広報部会から

はじめの一歩の会・設立趣旨

伝統とダイナミズムが共存する豊かな水の街・中央区。この町の魅力をフルに活用し、住みなれた地域で死ねるまちづくりを目指して区民の力が結集し、「はじめの一歩の会」が誕生しました。「はじめの一歩の会」は2007年4月に発足し、区民と聖路加看護大学との協働プログラムとして運営されています。町は人を育む大切な場所。それは安全で健全、そして何よりも住む人が愛着を持つ特別な場所です。そこに住む人々の交流を通して人間関係が生まれます。この人間関係を育むために私たちは活動を行っています

東日本大震災から1年半が経過して

東日本大震災をきっかけに今後発生する可能性が高い大規模地震による被害想定が見直されました。結果は従来の想定をはるかに超えるものでした。私たちが住む中央区では“首都圏直下型地震”発生への対応が課題です。私たちボランティア活動も“その時にいかに対応するか”は重要な検討課題です。今回の記事掲載を機に最優先で取り組んでいきます。

ボランティア活動の視点から

会長 篠原 良子

大震災が発生した時、私は在宅で介護をしているベッドの上の母を支えることだけで精一杯でした。余震が来ると思い、母を階下に降ろし、次にどのように行動すれば良いか判断に迷っていました。そんな中、地域のホームドクターからの伝言で「おばあちゃんを避難させてください」との指示をいただき、とても心強く感じました。車椅子の母と避難所に向かうと、高齢者、乳児を抱えた親子、転動したての親子、体調の悪い方、退院後の方など大勢の人々が集まっていました。周囲に気を遣いながら乳児を一晚中あやしていたママの涙、慣れないスチール椅子に座ったままで一晚を過ごした高齢者の方など、そこには様々なドラマがありました。私はわずか一晚の体験でしたが、今でも長期の避難生活を余儀なくされている被災者の皆さんのことを思うと、地域の絆を深めながら地域のネットワークで支える“地域力”が大切なのだと改めて痛感しました。「はじめの一歩の会」のボランティア活動が“その時”にどのように機能すべきかが新たな課題です。

地域看護の視点から

会員 聖路加看護大学 麻原 きよみ 山田 雅子

「はじめの一歩の会」は聖路加看護大学との協働プロジェクトです。同大学は市民とパートナーシップを取り、市民に学びながら、人々の健康のための看護を開発・研究することを目指しています。一歩の会には同大学の地域看護学と在宅看護学を専門とする教員も会員になっています。同大学では東北大震災の被災地福島県に出向き、継続した支援活動を行っています。その活動を通して、まずは地域に知り合いがあること、そして手助けの必要な人を知り、緊急事態が発生した時に助け合うことの出来るネットワークの必要性を感じています。このような人と人が日頃からつながり合うネットワークは、震災に限らず今の高齢社会を乗り切るために必要なことだと思います。「はじめの一歩の会」が、このような人と人、人と専門職をつなぐきっかけづくりが出来ると期待しています。





東日本大震災から1年半が経過して

ケアマネジャーの視点から

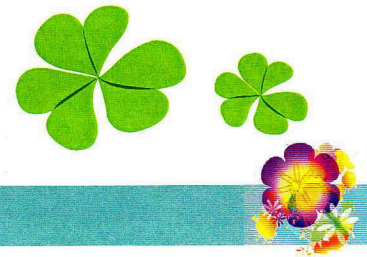
会員 木村 紀子

中央区は昨年8月の「東日本大震災を踏まえた課題」というアンケートを実施しました。居宅介護支援事業所（ケアマネジャー）、訪問介護、訪問看護、デイサービス等の事業所が対象です。その結果から、地震当日か翌日までに訪問（一人暮らしの人を優先）と電話で全員の安否確認が行われたことが判りました。又、デイサービスに行き、帰れなくなりそのまま宿泊した人は31名（約30%）でした。課題はいくつかありますが、各事業所で同じ人の安否確認を行っている場合が多くあり、電話回線が一杯の中、貴重な時間と資源が重複したことです。更に、医療処置の必要がある人は訪問看護で安否確認をすることになりましたが、個別の取り決めは未だなく、役割分担が明確化されているとは言い難い現状があります。更に、職員の通勤確保も課題となっています。少しでも課題を解決するためには地域を巻き込んだ「はじめの一歩の会」のようなインフォーマルなサービスが必要だと思います。

地域住民の視点から

会員 渡辺 桂子

東京は、災害の少ない街というイメージをこれまで抱いて来ました。しかし今回、東日本大震災に見舞われ、多くの尊い命、家族、家、思い出の品々などを無くし、住み慣れた土地を離れて避難生活を余儀なくされている被災者の方々に現実に触れ、私たちは普段何気なく感じている地域での“あたたかい絆”のありがたさや大切さに気づき、改めて自分たちの故郷、町を守りたいという思いを強く感じています。安心して暮らしていける地域づくりのため、個人ではなく地域で支えあい、見守り、見守られる町会、老人会、ふれあい会など、住民同士が支えあい、住民同士による組織を整備することが必要だと思います。“沢山の人の声が聞こえる”ご近所のつながりは町の財産です。



実働活動実績

在宅の高齢者の方々をお訪ねし、様々なお手伝いをしている会員の五十嵐正恵さん、箱守由記さん、鈴木芳子さんに日頃の活動から感じたことや課題等についてお話を聞きました

会員 五十嵐 正恵 箱守 由記 鈴木 芳子

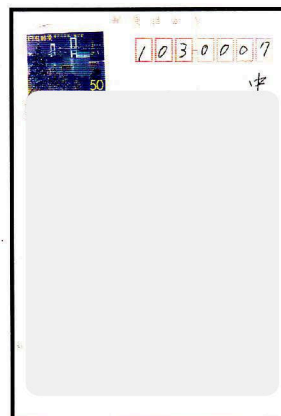
私たちがこの会のボランティア活動に参加するようになったのは聖路加看護大学で行われた“終末期の人々を支える”をテーマとしたシンポジウムに参加してからです。その時は「自分では何も出来ないのではないか」と思いましたが、「それでも何か一つだけでも自分で出来ることがあるのではないか」と考え、在宅の高齢者への活動をするようになりました。確かに家族が世話をすることは必要なことだと思いますが、逆に家族だけに感情的になってしまうこともあると思います。私たちはそのストレスを少しでも和らげるための存在でもあるのです。今、この会には私たちよりも年齢の若い方々が関心をもって参加するようになってきました。私たちは身内を介護した経験がありますが、決して経験がなければ出来ないことではありません。

例えば、同じマンションの住人の高齢者の方とお茶を飲んだりして、その間にご家族の用事が出来るようにしてあげるといったことでも十分に意義があります。中央区は各地域別にそれぞれ独自の生活環境があります。この会の実働メンバーも各地域に現在

の2倍程度に増やすと良いと考えています。町の様子を良く知っているメンバーが居るボランティア活動のネットワークが構築出来ればと日頃感じています。

お便りをいただきました

私たちがお訪ねしている日本橋堀留町にお住まいの田仲 娜雅子さん自作の可愛いお手紙です。





❁ 研修会実績 (1)

成年後見人制度

成年後見人制度は、介護保険制度の発足に伴い、認知症、精神障害者など自らの意思で金銭や財産の管理などが出来ない状況にある人々に対していわゆる“後見人”が定められて実務代行を行うことが出来る民法に根拠を置く制度です。高齢化社会においては財産管理、金銭管理は事故を未然に防ぐことや、当事者に不利な状況を作らない意味で有意義な制度です。実父母の思いや愛情までも代行することが出来ないことは自明ですが、重要な医療行為に対する承諾など出来ることと出来ないこともあります。生活全てに対する“後見人”ではないことを前提に、遺言や相続などのことを含めた基礎知識を得るために研修会を開催しました。講師は中央区社会福祉協議会の八木英之氏でした。

❁ 研修に参加して

会員 勝田 高之

親の財産や日常の金銭管理について法律によって定められたこの成年後見人制度は公正な立場で処理してくれるので安心であり、家庭裁判所にその経緯が逐一報告・記録されているので更に安心です。後見人の役割はあくまでも金銭、財産の管理に限られています。特に親の財産について身内や親族が口を挟むことは現実には難しい側面が沢山あります。親にしても元気なうちにとっていたことがあると思います。“いずれは考えなければ”という課題はどの家庭にもあります。様々な事例を知る機会があればと思いました。



❁ 研修会実績 (2)

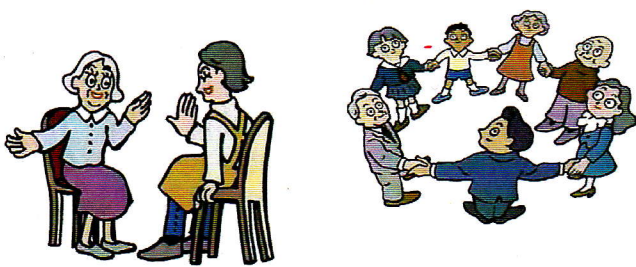
エンディングノート

今、エンディングノートに関する書籍が多く売られ、話題が新聞誌上、テレビ番組などで盛んに取り上げられています。高齢化社会の進捗に伴い、終末の世話をさせることや死後の後始末を子供に押し付けることへの疑問が生まれつつあります。これまでタブー視されていた親の死を子と共に語ることが出来る時代になり、東日本大震災の発生などいつ死が訪れるか判らない環境に社会が変化していることが、背景にあるものと思われます。当会のゴールである“住みなれた町で死ぬ環境づくり”に必要な仕組みではないでしょうか。

❁ 研修に参加して

会員 山路 ふみ子

定例会では、中央区消費生活センターの鈴木春代氏をお迎えして“エンディングノート”のお話でした。どうしても重く深刻になりがちなテーマですが、その印象に反して、明かるいムードで笑いを取り入れ、万一のことに備えて自分の希望を書き留めて、家族にメッセージ等を書き残しておく必要性を教えてくださいました。この機会に人生を振り返って、自分の死を見つめるだけのノートではなく、自分の思いや考えを文字に残して必要な物が見える自分史のようなノートにしたいと感じました。講演後にいただいた中央区作成の“エンディングノート”は、ページ数は少ないが、ファイル付で自分の情報をまとめるには十分です。一年半前の東日本大震災を機に、各人で非常持ち出しを準備されている方も多いのではないのでしょうか？このノートがもしもの時に役立つノートになればと思っています。



❁ 協働活動実績

子供とためす環境まつり

毎年継続して参加しているこの“まつり”に参加しました。当会の活動目的や実績を紹介すると共に、“語り継ぐ江戸時代のエコ生活”と題して当時のリサイクルの実態を子どもたちに判り易くお話しをしました。今年も同じテーマの第二弾を展示する予定です。

❁ まつりに参加して

2011年11月26日、好天の中、第8回子どもとためす環境まつりに参加しました。一步の会の勝田さんと小藤さんが「語り継ぐ江戸時代のエコ生活」について子どもたちにお話しをしましたがとても興味深いものでした。この中央区では、今から200年前の江戸時代から、見事なリサイクルの仕組みがあったそう

聖路加看護大学大学院2年(在宅看護学専攻) 山本 悦子

です。物を修理する、集めて再生するといった仕組みを作り、リサイクル率90%の豊かな生活があったと言います。目を輝かせながら聞いていた子どもたちが、ケアの循環にも目を向けてくれたら良いなと実感した一日でありました。



“活動報告・互いに語り合う会” 開催（特集発行予告）



平成24年3月24日、聖路加看護大学1階 ぼるかルームにおいて当会の活動報告と参加された皆さんと互いに語り合う会を開催しました。発足以来6年が経過し、活動実績も少しづつ蓄積されて来ました。一方、やって見て初めて判った問題点や未着な事項、やら

なければならないことなども明らかになって来ました。当日は区内のボランティアグループの皆さんや介護に従事している方々が大勢参加してくださいました。この会の詳細については別途“特集号”を発刊する予定です。



お知らせ



ピアサロン in 十思

在宅で高齢者の介護をなさっているご家族の方々が対象です。日頃の介護に対する悩みを分かち合い介護の疲れをリフレッシュしませんか？“まだスタートしたばかりです。皆様と一緒に進めていきたい”とのことです。

日時 月に3回 第2（水）（木）（金）13：30～15：30

場所 十思スクエア内 日本橋お年寄り相談センター
中央区小伝馬町5-1

電話 03-3665-3547

担当 品川、吉川

ホッと一息美味しいお茶を飲みながら、おしゃべりをしに行ってみてください。



会員からの寄稿

“最期の会話”



重度の認知症だった父が亡くなって一年半が過ぎた。二十数年前に母が逝った後、しばらくは“カラ元気”を出して生活をしていた父だったが病状が進行し、家族が誰だかも判らなくなった。それでも家族の協力で何とか自宅で最期を迎えさせようと決めて約十年が過ぎ去った。しかし、認知症特有の行動や症状が長期に亘って昼夜なく続く状態は体力、精神力共に家族を疲労の極限へと陥れた。”悲惨な状況になる前に”とのケアマネの勧めに従い、父を群馬県にある施設に入所させた。父への在宅介護はここで挫折した。それでもせめてもの救いは、施設での父は大勢のスタッフの世話を受けて、とてご機嫌だったことである。一方、家族は父のことが頭から離れないものの、日々の苦勞から解放された安堵感からか元の生活に少しづつ戻ることが出来た。そして秋が深まったある日、施設付属病院の医師から“救急措置のために家族の理解を得たい”と突然に電話が入った。“前夜に転倒し脊椎を損傷、翌朝の食事が嚥下出来ず窒息した”とのことである。現地に我々が着くまで到底生きているとは思えない状況である。夜遅く消灯後の集中治療室のベッドで医師

たちの必至の救命措置の凄まじさを残したまま横たわる父の遺骸に接した時、思わず“ゴメンナサイ”と手を合わせた。それからしばらくは父の死が実感できなかったが、最近になって、父は家族の誰とも別れの言葉を交わすこともなく、独り病院の治療室から旅立ってしまったのだと思うと“淋しかったらうな”と思うようになった。父との思い出になる最期の会話も無いままに幽冥界を別けることになったことがしきりに悔やまれてならない。最期までそばに居てあげられたら、仮にそれが互いに通じない会話であったとしても親子だからこそ判る会話があったかもしれない。死者を悼むのは生者の務めであるが、死者の生前の笑顔や行動などと同じように、生前の“最期の会話”は生者の悲しみを癒してくれる大きな要素だと思う。“どこで最期を迎えるか”の議論の中に“家族との最期の会話”についても配慮すべきではないだろうか。人は臨終を以って二度とお互いに会話が出来なくなる事実を今更ながらしみじみと感じている。



広報部会から

編集後記

未だに行方が判らない被災者の方々が数千人もおられることに胸が痛みます。大勢の皆さんが今でも地道な搜索活動を継続されていることに頭が下がります。東日本大震災を取り上げながら感じたことです。さて、当会では、会員を募集しています。

連絡先：聖路加看護大学内 山田 雅子 Fax：03-6226-6387

Mail：masaymd@slcm.ac.jp

会報：IPPO

編集：広報部会

発行：はじめの一步の会

住所：中央区日本橋浜町
1-6-1

電話・Fax：03-3851-7431

発行人：篠原 良子