



人ひとりひとりの心地良さ

特別養護老人ホームみちのく荘

# まるめる通信

【まるめる通信/第82号】

発行日/2011年 6月26日  
発行/青森社会福祉振興団  
みちのく荘 0175(23)1600  
みちのく金谷デイ 0175(24)0771  
城ヶ沢みちのく荘 0175(24)3163  
脇野沢みちのく里 0175(31)5611  
Eメール/marumelo@michinokuso.or.jp

私の小径  
こみち

ケアハウス「グリーンリブ」は街に近くて住みやすい、  
これからも仲間たちとダンスを楽しみたい

三浦 喜恵さん 大正10年生まれ 89歳/旧南津軽郡尾上町出身



デイサービスの行事の仮装写真を見ながら、思い出話が止まらない…。

「80歳を過ぎてから、ひとりで暮らすのが不安になって。転んで肩の骨を折るやら、腰は痛むやら…。そんな時、甥の妻がここを探してくれてね」

弘前から法人のケアハウス「グリーンリブ」へ引っ越しを決めました。日常生活の不安から解放された心境を振り返り、家族へ感謝の念を述べます。「甥達から『住めるところがある』って言われたときは嬉しくて。津軽から下北にくる不安は全然なかった」

平成19年8月に初めて訪れたむつは、穏やかで良いところだと思いました。

「グリーンリブ」の魅力は「スーパーや街に近くて、住みやすい点だと思えます。それから、このバイキング料理や誕生日の食事が美味しくて、いつも楽しみ」と顔をほころばせます。

三浦さんは、18歳の頃から看護助手として働いてきました。弘前で就職していた父親が亡くなり、母と2人の日々が始まりました。

「母と暮らすために、一生懸命働いたんだ。弘前の千年に家を買って…」

昭和の初めに女性が家計を支えるのは大変な苦労があったはずで、涙で言葉が詰まります。弘前の病院に35年間勤務し、母が病床に就いてからは仕事を辞め、亡くなるまでの2年間を自宅で看病しました。

戦時中を過ごした青春時代。唯一の楽しみは、当時流行していた社交ダンス。こう見えて踊りは好きでね。仕事帰りに、看護師仲間を誘って毎晩踊りました。最高のストレス発散でした」

ダンスホールでは出逢いもあり、好意を抱いた男性に会うため、おしゃべりをして出掛けました。

「ただけで当時は出兵があつてね。召集がかかって見送りに行ったときは、日の丸の旗を振りながら、心の中でずっと『無事に帰ってきて』と祈っていたね。でも、その人は戦死し、二度と会えなかった。私は家庭に縁がなかったんでしようね」

静かに微笑み、当時の思いを穏やかに語ってくれました。

今の楽しみは「グリーンリブ」の仲間と一緒にデイサービスに行くことです。三浦さんは、金谷総合デイサービスセンターに通っています。エステティシャンによる部分エステや、体を心地よく刺激するウォーターマッサージ機の愛用者で、全身のこりや痛みが和らいで体が軽くなるそうです。「体が軽くなるよ、やっぱり踊りたくなるじゃない。仲間と一緒に踊れるデイサービスの行事がとて楽し。踊りを間違っても、関係ないくらい楽しい。デイサービスは、若い頃のダンスホールを思い出す。若い男性職員を冷やかしているよ、時間を忘れるよ」

話す間も身振り手振りが止まりません。三浦さんにとって踊ることは、輝いた青春時代そのものなのでしょう。

これからは若い頃に断念したお茶の稽古に再挑戦したい」

三浦さんの瞳は、今も茶目つ気たつぷりに輝いています。 記/村林優里

みちのく金谷  
総合デイサー  
ビスセンターにも  
ひば風呂が  
あります

〈一般・予防型デイサービスセンター〉

大浴槽と「ひば風呂」。お好きなスタイルで入浴できます。

〈認知症対応型デイサービスセンター〉

ストレスで混乱しないように職員と1対1で利用者のペースに合わせた入浴介護を提供しています。

私たちが提供しているサービスには、「え？ こんなことできるの？」と思うようなことがたくさんあります。「シリーズ」でさまざまなサービスを紹介しています。

①イチオシ！  
シリーズ④

特別養護老人ホーム  
みちのく荘

## ひば風呂

ひとりで入浴したい人のために  
みちのく荘には、大浴場の他にも  
個室のお風呂があります。

こちらは青森ひばを使用した「ひば風呂」。  
森の香りに包まれた  
おひとりだけの時間を過ごせます。

みちのく荘のお風呂自慢はもうひとつ。  
お風呂の内に季節があること。  
観葉植物やゆず湯、  
歳時に合わせた演出も人気です。

平成23年2月9日、青森県立むつ工業高校の設備システム科3年生よりフラワーボックスが寄贈されました。現在、みちのく荘の中庭で使用しています。

むつ市主催  
平成22年度  
「陸奥の国みらい文化賞」受賞

「まるめる通信第77号」の平成22年度全国老人福祉施設協議会広報コンテスト広報紙部門における最優秀賞受賞が認められ「陸奥の国みらい文化賞」を受賞しました。

寄贈ありがとうございました。

やさしい街づくりを応援しています。

下北文化会館

文化芸術はもちろんのこと、様々なシーンでのご利用に対応しております。お気軽にお問合せください。

TEL 0175-22-8411  
FAX 0175-22-8414  
http://shimobun.com

セリナに乗ってどこでも行こう！

株式会社 むつ日産

むつ市大字田名部字赤川/内並木110-4 TEL 0175-22-2284

水産物・青果物・食肉・冷凍食品等の卸売

有限会社  
ニツシヨク  
NISSYOKU

青森県むつ市大曲二丁目13-35  
電話 (0175) 22-7222  
FAX (0175) 22-7081

名前 **エルナ イリアンティ**

行きたいところは？

ドイツ・ニーランドへ行きたい。そしてミッシーマスに会いたいのでお札をためます。



名前 **アハマト クニマツレ**

行きたいところは？

たくさん友だちがいるので私はぜひへ行きたい。もし友だちが会ったらいっしょに遊びたいからお札をためます。

名前 **アグスティヌス ウィティ スグロホ**

行きたいところは？

東京タワーへ行きたい、高い所に行きたい



昨年12月、EPA(経済連携協定)第3期生の介護福祉士候補生3名がインドネシアからみちのく荘へやってきました。

第1期生2名、第2期生2名に新メンバーが加わり、現在みちのく荘には7名の候補生が介護福祉士の資格取得を目指し日々奮闘中です。

第1期生の試験は平成24年1月29日にあります。試験が刻一刻と迫る中、法人全体で彼らを支えていきたいと思ひます。

### 介護福祉士候補生 新メンバー紹介



みちのく荘のマスコット「めろめろちゃん」です。

### しもきた彩

四季の彩りの中に隠れている小さな生命、それぞれの個性。違いや名前を知るだけで、なぜか新しい友人を見つけた気持ちになります。

片栗の種子  
イラスト原図/Newton special issue 植物の世界第1号/開成教育社



付属体  
カタクリの種子

カタクリの種子が成熟するのは、県内では6月中旬、3mm程度の種子だが、果皮がさけるとすぐにアリの群が。種子の先端にある淡黄色の付属体(アリ)の好物で、巣に種子ごと運んで付属体を切り取って貯蔵し、種子本体は巣の外へ捨てる。アリを利用した、カタクリの生活圏の拡大である。しかし、翌年、芽を出すのは1割にも満たない。さらに、開花までも長い。実生は1本の細い茎に似ている。これが子葉で、2年目に長さ1センチ幅6ミリ前後の楕円形の葉を1枚だけ出し、毎年、1枚の葉が大きくなるにつれて地下茎も伸び、栄養を蓄える先端も肥大する。やがて、8年から10年目に2枚の葉が展開し、その年に開花する。「カタクリ物語」と呼べるほどの時間だ。

### 第6回 デンマーク医療・福祉研修

法人では、昨年9月末から7日間の日程で2班編成でデンマーク研修を実施しました。今回の研修は平成24年度以降の新規事業を見据え、医療・福祉・生活を包括した新しい21世紀型事業をむつ市に構築することが目的です。

3日目 いこいの里/濱田 郁子

「森のデイサービスセンター」ヒレロド市郊外(コペンハーゲンから車で約1時間)の森で、軽度認知症の方を対象にデイサービスが行われていました。森の小屋は予約制で、高齢者から子供までさまざまな団体が利用できます。

歩く・話す・観る・食べるといった、人間本来の能力を、自然のなかに身を置くことで呼び戻すことを目的としています。ここに思い始めたことで、自宅で暴力を振るっていた人は優しく会話ができるようになり、トイレがわからなくなる人も、ここでは一人でできるようになったそうです。

小屋の造りはとてもシンプルで、ひとつの部屋に簡単なキッチンと暖炉があるだけ。認知症の方にわかりやすい、脳の混乱を少なくできる生活しやすい環境でした。



幼稚園の生徒が木の棒につけたパンを焚き火で焼いている場面に遭遇。遊ぶことから学ぶという考えがデンマークの根底にはあります。

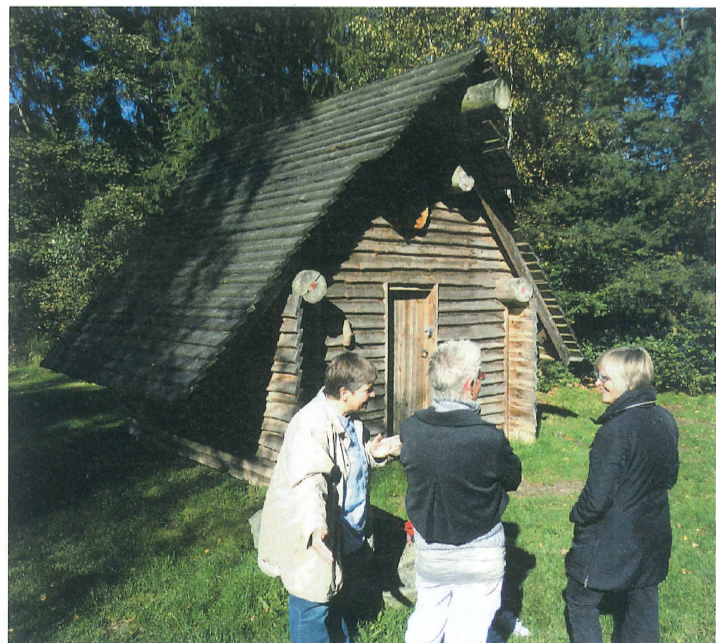
自宅からバスに乗ってやってきたデイサービス利用者も職員も、特に決まった日課は作りません。

おしゃべりをし、コーヒーをいれ、持ってきたサンドウィッチを食べ、外へ出て森の中を散歩し、途中タバコをくゆらす。寒くなったから焚き火を囲み、またおしゃべりをしながら、かわらで遊んでいる幼稚園の子供達にほほえみを向ける。

職員は何かをしてあげるのではなく、その人が何をしたいのかを観察し、その人の時間(ペース)に合わせて、行動に繋がるまで待つ。利用者との会話を楽しみ、できることはしてもいい、時には利用者から教わる。お互いの人生の一部をともに過ごす「同士」といった感じでした。

私が外でデイサービス利用者の男性と話をしていると、彼がふと「君、トイレは大丈夫かい？」と私を気遣い、トイレへ案内してくれました。しかし、着いた所は別の小屋。「あれ、違う」と自分で間違いに気づき、「あそこかなあ」と別の建物へ。

言葉が通じないため、お互い身振りや表情、ようやくトイレを見つけたことが嬉しかったです。彼は私にトイレを案内したはずが、自分で先に用を済ませたあと、私をみて「君も入るかい？」と優しく一



小屋の中は小さな居室やちょっとした休憩に使用する空間であったり、トイレの場合も。女性3人で今日の過ごし方を相談中。散歩しながらこの小屋でどう過ごす予定なのでしょうか。

### オンブズマンの「目」から ~利用者とのかかわりを通して~

みちのく荘オンブズマンは、「利用者の尊厳を守り、施設・職員のサービスを向上させる」ことを目的に活動しています。

昨年、訪問当初から特養に入居されているある利用者が亡くなりました。94歳という年齢は十分に人生を全うしたと言えるかもしれません。

この方は、毎日園内を歩いてプルタブを集めることを生き甲斐とし、それは自力の歩行が困難になり車椅子になってからも続けていました。私は次の訪問の時、プルタブを孫と集めて届けると約束していたので、約束を果たせなかった後悔が残ります。

「元気なうちに車椅子と交換したいね」と、職員とこの方と3人で話したばかりでした。プルタブに限らずこの方の「生きる力」には頭が下がります。少し身体が不自由になっているのに、腕の筋力のトレーニングも日課でした。

みちのく荘は「眠る・食べる・排泄」など、環境が整っている施設ですが、「生きる力」だけは自分で持たなければいけません。訪問の度に「どのようにしたらこの力をつけてもらえるのか」と考えます。

「こうだとい」という答えは見つからないのですが、この方を見ていて「こうだとい」という答えの一つが見えてきます。終の住みかだった施設を本当に有効に心地よく生きて来られた方だったと思います。

今後も利用者とのかかわりを大切に、いかに心地よく過ごせるかのお手伝いをして行きたいと思ひます。

ミエール委員長 中川 孝子

### 要望と回答の状況(平成22年10月から平成23年2月)

#### ①「ミエール」の要望

「居室ののれんが落ちやすくなっている。」

#### 施設の回答

「留め金を購入し取り付け、解決しました」

#### ②「ミエール」の要望

「勤務時間内にパソコンに向かって職員について、利用者中心のサービス提供に集中すべきではないか。」

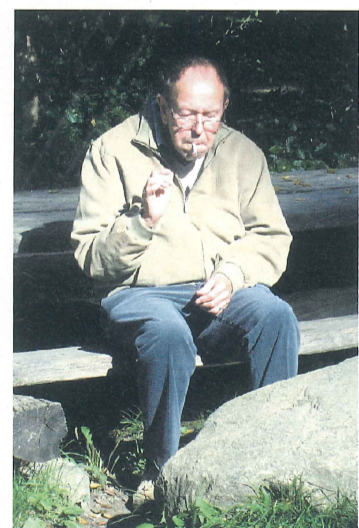
#### 施設の回答

「担当職員も配置し、必要時にはすぐ対応できるようにしました。パソコン上でケアプランの作成や利用者の様子を日誌で確認することも必要不可欠です。」

※詳しい報告は家族へ発送しております。



オンブズマンのキャラクター「みえ〜る」



森のデイサービスセンター内どこに置かれている木のベンチに腰掛け、タバコに火をともし老人。その後、トイレまでのレディファーストが繰り広げられます。

やさしい街づくりを応援しています。

暮らしの水と安全に。下北環境保全株式会社 0120-221834

海・山なくして、下北半島は語れない。総合食品卸問屋 大市 株式会社 0175-33-8138

快適な環境づくりのお手伝い シルバーサービス 0175-22-9511

家族介護者のためのリフレクシユ講座 7月22日(金) 8月26日(金) 9月16日(金)