

[潤生園ニュースレター]

vol.1

2019

うるる

特集

日々の「おいしい」を
支える人たち



対談

ひらかれたケアをデザインする

山崎亮 (コミュニティデザイナー) × 時田佳代子 (潤生園理事長)

潤生園には「食はいのち」という理念があります。
「いのちをつなぐ糧」である
毎日の食事を支える人たちに
会いにきました。

耳をすまして 寄り添うこと

正午、お昼ご飯を積んだカートが並び、特別養護老人ホームの廊下はいい匂いでいっぱいになると、日差しがたっぷり入る明るい食堂へ、それぞれの居室からご利用者が移動してくる。

「お待たせしました、Sさん」。食介護を待つSさんのそばに、杉山さんが腰を下ろした。「お茶ですよ」。柔らかに静かに声をかけながら口元にカップを運ぶ。ごつくと飲み込んだら、続けてもう一度、お茶。

「次はおかゆです」「今日はお魚ですね」。スプーンがゆつくりと持ち上がり、Sさんが口をひらいて、もぐもぐ、ごつくん。飲み込んだのを確認してから、次のスプーンが動く。おかず、おかゆ、お茶、おかず、Sさんの動きに合わせてゆったりとしたリズムはずっと変わらない。

「食事の前には必ずうがいね。食介護といっても食事だけじゃない。口腔ケア、食事、排泄、全部つながっているんです」。

杉山さんは、寝たきりのKさんのお口をスポンジ

しても大丈夫、今日はお風呂に入れたから少しお疲れかな、そんなふうに全体から判断することが大事、と杉山さんは言う。「ご入所なさった直後はわからないから慎重に。お一人おひとり、その人の生活を見ながら、あしたのほうがいい、こうしたほうがいいとかね、試行錯誤しながら見つけ出していくんです」。

杉山さんの食事介助には、その瞬間、場面だけを切り出さずに、介護施設で暮らすご利用者お一人おひとりの生活をまるごと見つめる眼差しがあるようだ。

「私たちがしているのは、特別なことではなく、今



ブラシできれいにすると、飲み込みやすいように、少しとろみのある「お茶ゼリー」をKさんの口に運んだ。

高齢者の方は水分不足に気づかないことも多いから、食事の最初にたっぷり水分を補給するのだそう。

杉山さんはKさんの口元に、やはり静かに声を掛けながらゆつくりとスプーンを運んでいく。

「タイミングなんですよ。ご自分で飲むことができればむせないんです。誤嚥を防ぐためにも声がけ



までその方が生活の中でできていたことをフォローすることなんだと思うんですよ。だからこそ、ご利用者の一言一言を聞き逃さないように心がけています」。

介助をしていると、本当はこうだったらいいなという隠れた想いが聞こえてくるという。

「たとえば、机の上が汚れているとき『拭いてくれよ』って言うてるみたい、とかね。うがいをしたいけど、自分では言えないから、声で感じてほしいとかね。耳をすまして。そんな仕事の仕方がいいんじゃないかなって」。

しばらくして杉山さんはこんなエピソードを話された。「あのね、最近のことなんですけど、あるご利用者がベッドで「ラッシー、ラッシー」って呼んでいらっしやるのね。それで、私、名犬ラッシーのことかなと思って、調べてプリントアウトしてお見せしたんです。そうしたら、そうだよ、名犬ラッシーだよ、かわいいなって涙を流して喜んでくださって。その

は大事」。

Kさんは杉山さんの介助のリズムに呼応するように、スプーンが届く前から口を開けて待っていたり、ときにはすこし微笑んでいらしたりする。

この日、Kさんは全量召し上がる前にごちそうさま、ということになった。なんとかぜんぶ食べてほしいって思ってしまったがただけれど、朝ごはんをしっかりと召し上がっていらっしやるから、昼ごはんは残

方、亡くなられたんですけど、聞き逃さないでよかったなって」。

認知症最重度の方は何もわからないと思われがちだ。杉山さんにもそんなふうに思っていた頃があったのだそう。

「何もわかってないのはこちらのほうでしたよね。みなさん、心を見抜いているんです。いい加減な気持ちではできません。ご利用者からいろいろなことを教わって、いっぱい感動をいただいたっていうのが長年の実感。だから続いているっていうことなんですよね」。

「心の底から『あなたが大切なのよ』と思う、そういう関わり方が大事なんじゃないかな」。そう言って微笑み、午後のお仕事に向けて、杉山さんは足早に席を立たった。



杉山のり子（特養1課）

特別養護老人ホームの介護士として35年以上、潤生園で働く。現在、要介護度の高いエリアを担当、また新入社員研修の講師なども務める。

今日の献立

魚の煮付け、煮物、味噌汁、白米（おかゆ）、ほうじ茶。飲み下したり消化できる状態に合わせ、常食・刻み食・粗刻み食・超刻み食・介護食の5段階になっている。Sさんは刻み食、Kさんは超刻み食を召し上がっている。



潤生園で、「いただきます！」

食べるという営みを支える
スタッフたちの日誌、のぞかせてください！

2019年1月4日 - 1月30日



1月4日【金】
今年、初めての出勤。スタッフ、ご利用者とも互いにお正月の挨拶の繰り返し。各課のスタッフに口腔ケアの今月のテーマ（口腔ケアは、インフルエンザ感染予防の一つなので頑張りましょう）を伝える。食事を美味しく食べていただくために、ご利用者のお口をきれいにし、元気にするためのトレーニングをし続ける歯磨きおぼさんの年始め。「加藤」

1月11日【金】
今日は、鏡開き。おやつに手づくりでやわらか餅のぜんざいをつくりまします。食べやすいお餅だけど、特養でお餅を食べられるなんてすごい！ご利用者も楽しみましょう。自宅で暮らしていた頃はお餅つきをしておられたのでしょうか。ぜんざいを食べて、今年も元気にお過ごしください。「原澤」

1月13日【日】
一時は胃瘻の選択を勧められたーさん。普段はスプーンを使って数口、自力摂取すると、あとは介助で召し上がっていたが、今日は「一人で食べられます」と箸を使って、麻婆丼を夢中で召し上がられた。入院前の訪問で「朝ごはんはいらないうちから寝かせておいてほしい」といつも布団に丸まっていらしたのを思い出す。家に帰れるといいな...。「笹田」

1月15日【火】
今日は「小正月」と言うらしい。忙しく働いた主

らひととおりのことはできますよ」とはりきる男性のご利用者や、「息子が好きで、昔はよくつくったのよ」とふだんはレクに参加されないご利用者も笑顔で話しながら手際よく皮を包む私も一緒に美味しくいただきました。「笹田」

1月25日【金】
月1回の経口維持会議へ。施設長、ケアマネ、相談員、看護、栄養士が集まり、ご利用者の日常の様子などの意見交換を行なった。施設長からは最近体調が悪い方が多く、食形態を変更することが多いが、調理がすぐに対応してくれるので助かると言ってもらえる。私たちの対応が、ご利用者の状態に合った食事の提供につながっているのだと改めて。「徳納」

1月28日【月】
今日は真空調理を行なった。真空調理で肉に味をつけるとバサつきがなく、豚の角煮など豚のブロック肉もオーバークックで加熱をすることで肉がとても柔らかくなる。肉だけではなく、たたきごぼうなどの固い物も同じ調理方法で柔らかくなるので、高齢者も食べやすい。私はまだまだ厨房作業で未熟な面があるが、ご利用者が美味しく食事が食べられるようにこれからも頑張っていきたい。「徳納」

1月29日【火】
以前は一滴の汁も残さず完食されていたRさん。今日は、中皿に6種類のおかずが一口サイズで綺麗に並べられ残っていた。

婦をねぎらう意味で「女正月」とも言うらしい。「小正月には、小豆を食べるんだよ」と、Kさんから。季節の食事をとおして、お年寄りからいろいろなことを教えていただくことが多い。私もおばあちゃんになったら若い人に教えてあげたいな。「原澤」

おせち料理に始まり、七草粥、鏡開き、今日の小正月と行事食が続く一ヶ月。それ以外に、デイサービスのスタート日にお正月の雰囲気を感じても感じていただけ、かまぼこや黒豆などの盛り合わせをお出しした。季節を感じられるような献立は、栄養士さんが考えてくれたもの。ご利用者の好き嫌いに対応するのが大変なときもあるが、潤生園の食事は美味しいと感じてもらえるように。「尾上」

1月17日【木】
れんげの里の厨房では、デイサービスの「鴨宮ケアセンター」や「みんなの家ほりのうち」に食事を提供している。温かい食事には発泡スチロールに保温材を、冷たい食事は保冷剤を入れ、形が崩れないように準備をしている。今日、夕食を取りに来られた「ほりのうち」の方が、「いつも美味しい食事をありがとう」と言ってくださり、とても嬉しかった。「尾上」

1月21日【月】
月に一度のOさんの食事づくりの日。今月は趣向を変えて、ご利用者の皆さんと一〇〇個の餃子をつくりました。「二人暮らしが長かったか

ワーカー「素敵なオードブル、盛り付けのセンスありますね」
R「おいしかったから、彼氏に」

ワーカー「（えっ？ 彼氏って誰？）彼氏のぶんですね。それならちゃんと別にとってありますから安心して食べて下さいね」
R「そうか？じゃあ食べちゃうよ」と完食。

このオードブルにはそんな素敵な思いが込められていたのか。なぜ声掛けしないと完食されないのか、未熟な私には理解できないことがたくさんだけど、ご利用者のその時々気持ちを大切にしたいと思う。「笹田」

1月30日【水】
穴部特養の医務室で診療をしているとナースから「3課のSさんの呼吸がつかそう」と言われた。Sさんは、元気なときに私がケアすると気持ちがいいと仰った方なので、看取り前の口腔ケアで口内を潤わせ痰を除去すると、ありがとうと言われた。きれいなお口で、天国でも美味しい物をたくさん召し上がれますように。「加藤」

1月31日【木】
雨が降っていてとても寒い。12時に出勤すると、ユニットからとてもいい匂いがする。
お昼ご飯はなんだろう？「今日は、味噌ラーメンですよ」と、調理のSさん。
寒い日に味噌ラーメンなんて最高です。ずっと、「ラーメンが食べたーい」と言っておられたAさん。嬉しいかな。よかったですね。「原澤」

記入者

加藤明美さん

歯科衛生士

牡羊座、O型。二軒の歯科医院、特養潤生園、足柄上地域行政の歯科事業に関わるフリーランス歯科衛生士です。



原澤美雪さん

介護福祉士

入職8年目の36才。可愛いものや目立つものが好きです。誰かを応援したり、誰かのために頑張るのがいちばん好きです。



徳納愛菜さん

管理栄養士

入社5年目。通勤に車で1時間かけています。車の運転が得意なので毎日がドライブです。



笹田永子さん

介護福祉士

入職4年目。たまに飲む生ビールが最高のご褒美。今が人生でいちばん楽しいです。



尾上知幸さん

調理員

入社16年。甘いものを食べるのが大好きです。若い子に負けずに毎日動いています！！



ひらかれたケアをデザインする【前編】

ケアを誰にとっても身近なものにするために、

潤生園理事長の時田佳代子さんが各分野で活躍している方とお話をし、そのヒントを読者のみなさまと考えていく本コーナー。

記念すべき創刊号では、「コミュニティデザインの真髄は福祉」として

全国各地で豊かな地域づくりに取り組む山崎亮さんに「地域とケアのこれからの関係」について伺います。

時田 山崎さんは、この春『ケアするまちのデザイン』という新著を出されましたね。私は山崎さんのレクチャーやご著書から、仕事をしていくヒントや励みを頂いているのですが、そのご活動の根底にある「いま、地域が本当に必要としていることのデザイン」は、介護の世界においてもますます必要になるだろうと思っています。

潤生園は私の父が創立した法人で、今年で41年目になるのですが、在宅サービスがまだなかった時代から地域が必要としていることを見据えて、デイサービスやショートステイといったサービスの礎をつくり、今にいたるまで展開してきたのですが、反省もあるのです。それは、

2000年に介護保険制度が実施されて以降、それまでは地域の中で自然に互助が機能していたところに、至れり尽くせりのサービスが提供されるようになり、その結果、人と人が支え合う関係性を希薄にし、お年寄りから自立を奪ってきた面もあったのではないかという反省です。

山崎 社会福祉法人である潤生園さんは、自分たちが誠心誠意介護に携わることによって、地域で困っている人たちを一人でも少なくしたいと思われてきたのでしょうね。いまもそれを実践なさっていることは尊く誠実なことだと思います。ただコミュニティデザインなんてことをやっている人間からすると、こんなふう

にも思うんです。いま潤生園さんがやっている仕事の一部を地域の人たちがやってしまおうという状況をつくりだしていくことも、広い意味での自立支援ではないかと。

地域の中には、支援さえあれば自立して生活できるお年寄りがいらつしやる。今はその支援に点数をつけ、これをやってくれたら介護保険からお金が出るからということで、事業者が引き受けているわけです。それを地域の人たち同士がやりたくなってしまうような状況をつくれないでしようか。たとえば美味しいものを囲むといったきっかけで集まり、嚥下についてとか、地産地消について学びながら、地域の方が介護の目線を日常の中

山崎 亮（やまざき・りょう）

studio-L 代表。コミュニティデザイナー。社会福祉士。1973年、愛知県生まれ。2005年にstudio-Lを設立。地域の課題を地域に住む人たちが解決するためのコミュニティデザインに携わる。著書に『コミュニティデザインの源流』（太田出版、2016）、『縮充する日本』（PHP 新研究所、2016）、『地域ごはん日記』（パイインターナショナル、2017）などがある。

に取り入れていく。その中心的な役割を福祉施設が担う、という方法も可能性があるのではないだろうか。

時田 介護は専門職の人だけがするものではなく、地域社会の中でケアする関係性が日常的にひらかれている、そんな地域が実現したとき、専門職の役割は今と

違ったものになるでしょうね。

山崎さんのご著書にありましたが、明石市（兵庫県）の病院では、日常の中で地域の人たちが健康づくりをするきっかけとなるような場を構想されていましたよね。これからの福祉施設を考えると、とてもヒントになると思いました。

山崎 「ふくやま病院コミュニティデザイナープロジェクト」ですね。あのプロジェクトは、病院のスタッフの方が「また来てねって言えるような場所にしたい」と仰ったんですよ。その言葉がとても本質的だなと思ってみんなで話し合ったんです。病院を病気になる時にだけ行く場所ではなくて、健康になるために行く場所、つまり「健院」みたいな場所にもできないだろうか。それでコミュニティスペースとか、オーガニックカフェ

とか、地域の人が知識や活気を得ながら交流できる場所を構想しました。医療保険を使わなくても、歌ったり、演劇をしたりしながら交流し、参加している間に健康が維持できました、ということになればいいなと考えました。介護もそれとすごく近いと思うんですね。

時田 介護保険は制度が生まれた当初、世の中に根づかせようと、軽度の方から重度の方まで門を開きすぎて財源が膨らみました。走りながら考えようと始まった制度ですから仕方ないことではあります。介護保険があるから安心とそれに頼るよりも、むしろ地域の中で健康を維持したほうが楽しいねっていう方向に地域の人たちの考え方をシフトしていく、そんなことに福祉施設が関わっていったらいいなと、お話を伺っていて思います。

山崎 デイサービスの施設が地域の仕事を請け負うことで、身体のリハビリテーションのみならず本人の生きがいや活力につながるというといった事例もあります。ケアの概念を広くとらえて、うまく地域につなげていくことが重要でしょうね。そのとき、地域の事業所や住民の方々が「そうか、デイサービスの利用者に仕事をしてもらうことも私たちにできる地域貢献なのか」と理解してもらうことが必要

になるわけです。では、そんな世論は誰がつくっていかればいいのか。大学の教授とか行政が主体になっていいのかもしれないですが、介護サービスを提供している社会福祉法人の方たちが実践的に世論をつくるのができればいいですね。社会福祉法人への社会の眼差しも変わるだろうと思います。

そういうことに対して今のところ介護保険は報酬という算定をしていますが、必要だと思うことについては制度に先駆けてサービスを生み出してきた潤生園さんであればこそ、取り組んでくれるのではないかと期待しています。

時田 なるほど。潤生園は、創立者である父の「人は人として存在するだけで尊い」という理念をどのように具体化するか、そこに事業の展開があったのですが、その根幹には40年前の疑問があると聞いています。というのは施設をつつたとき、毎朝、玄関で家族の迎えを待っているおばあちゃんがいらないそうなんです。その姿を父や職員は悲しい気持ちで見た。そして本当の意味での老人福祉とはなんだろうか、という問いが生まれたそうです。

そんな切ない思いもあって、できる限り最後まで住み慣れた地域で、その人が望むような形で暮らしてもらえるように

時田 佳代子（ときた・かよこ）

神奈川県小田原市生まれ。地元小田原でイタリアンレストランの開業・経営を経て、2002年、社会福祉法人小田原福祉会に入職。2018年より、社会福祉法人小田原福祉会理事長。誰もが安心して暮らし続けられる地域づくりに従事する。認知症ケア事業協同組合理事長、全国地域包括ケアシステム連絡会理事。

【後編につづく】



山崎さんは、2019年3月に『ケアするまちのデザイン』という新著を発刊されました。



BOOK & MOVIE



『ギフト 僕がきみに残せるもの』

ALSを発症した元アメフト選手が
生れてくる息子のために始めたこと。

老いや病によって、人は生まれてから獲得してきたものを失っていく。それは身体の機能であったり、自信、記憶など様々です。この映画は失っていくことの葛藤と孤独を、そしてそれでも懸命に生きることの強さを教えてくれました。僕の思い出の中のSさんもNさんも、きっと葛藤と孤独の中で懸命に生きていたのだらうなと思ひ返します。出会う前にこの映画を観ていたら……もっと寄り添えていたかなあ。

製作: 2016年 製作国: アメリカ 監督: クレイ・トゥイル
出演者: スティーブ・グリーンソン、エディ・ヴェダー、ミシェル・ヴァリスコ、スコット・フジタ



『LIFE!』

『虹を掴む男』(1947)のリメイク作品。

冴えない主人公が旅の中で見つけた人生の真髄とは？

この映画を観て感じることはきっと人それぞれでしょう。人生を見つめ直す人がいるかもしれないし、一歩踏み出す勇気をもたらす人もいます。僕はこの映画を観る度に、今の仕事に就いた理由を思い返します。ラストに主人公が見つけた「人生の真髄」こそ僕が潤生園で働く理由であり、日々を懸命に働き、生きる人へのまなざしが小田原福祉会の真髄に重なるのでは?と思うからです。

製作: 2013年 製作国: アメリカ 監督: ベン・スティラー
出演者: ベン・スティラー、ショーン・ベン、クリステン・ウィグ、シャーリー・マクレーン、アダム・スコット

推薦者・文: 安倍有輝

横浜市の介護施設で10年間勤務した後、小田原福祉会に来て間もなく2年。現在は人財開発部に在籍し、法人内外の人財育成に従事しながら広報(SNS、広報誌)にも携わっています。

趣味: 読書、クリアファイル集め、息子観察。好きなもの: インテルミラノ、劇団四季、ビール。

NEWS

18名の新卒者を採用！

今年度は大規模採用を行い、18名の新卒者を採用しました。

新卒者は日本全国から集まっており、ネパールからも4名が入社しています。

多様な価値観のなかで同期の絆を深め、6月の現場配属に向けて2ヶ月間の入社時研修に励みました。

次世代の小田原福祉会を担う彼らを、温かく見守っていただけると幸いです。

南足柄市で学童保育をスタート

南足柄市には、保護者が就労中の児童(小学1年～4年)を対象に放課後保育を行なう放課後児童健全育成事業があります。本年より、小田原福祉会が受託し、およそ300名の保育を担うことになりました。豊かな自然と太陽の恵みのもと、地域の方々が見守る中で、子どもたちの個性を尊重し、のびのびと育てることを目指しています。

潤生園の台所

〈材料〉(4人分量)

筍(水煮).....	160g
鶏ひき肉.....	80g
かつおだし.....	89.2g
酒.....	17.8g
砂糖.....	33.8g
醤油.....	23.1g
塩.....	0.1g
おろし生姜.....	2.6g
片栗粉.....	6.0g
水.....	3.3g
グリーンピース.....	12g
茹で塩.....	適量

（ 筍のそぼろ煮 ）



旬の食材を取り入れた、
高齢者に人気のある献
立です。筍は便秘解消
の効果がありますよ！



鳥居亜美さん

特養に勤めて、8年目になりました。ご利用者様に食事を美味しいと言ってもらえることがなにより嬉しいです。
趣味: 御朱印集め。

1. 筍は食べやすい大きさに切り、さっと洗って柔らかくなるまで茹で、茹でこぼしする。
2. Aを鍋に入れて沸騰させる。
3. 2に鶏ひき肉を入れて、そぼろ状になるようにする。
4. 3に1を入れて5分程煮たら、おろし生姜を入れる。
5. 一旦火を止めてからBを回し入れて、再度沸騰させてトロミをつける。
6. 筍のそぼろ煮の上に塩茹でしたグリーンピースを乗せてできあがり。

編集後記

介護や福祉施設の日常にある営みや輝き、試行錯誤。ふだん当たり前に行なわれていることの豊かさをもう一度見つめ直し、ケアとは何かと考え続ける機関誌を創刊いたしました。どうぞご愛読ください。

潤生園ニュースレター「うるる」創刊号

発行日	令和元年6月
デザイン	TAICHI ABE DESIGN INC.
撮影	橋本裕貴
イラスト	落合恵
編集	Studio PANDA
	本のモ・クシュラ
発行者	社会福祉法人 小田原福祉会 うるる編集部 神奈川県小田原市穴六 377 https://junseien.jp