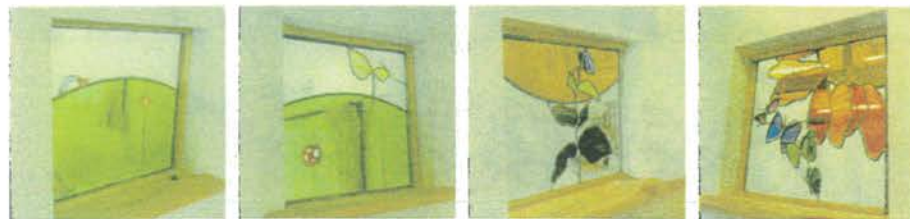


たね通信

No. 36 2016年

発行 地域生活ケアセンター
小さなたね

【医療法人にのさかクリニック】



小さなたねの物語が描かれたステンドグラス (ガラスアート TAKAMI 製作・寄贈)

なすび最善のこと

「大丈夫。いざとなったら何とかあります。でも、そのために、できるだけたくさんの人々とつながっておきましょう。それが『親なきあと』の子どもへの最大のプレゼントです」

行政書士の渡部伸氏は、『障害のある子が「親なきあと」にお金で困らない本』（主婦の友社）でそう語ります。ご自身が障がいのある子を持つ親として、障がいのある我が子が一生安心して暮らしていくために、どのくらいのお金が必要なのか、その参考になればと本の出版を決定したといいます。

そんな渡部氏の所には、多くの親たちから「自分が亡くなった後の生活には、どのくらいお金がかかるのか?」「障がいのある子どもに、どう残して渡せばいいのか?」「誰が管理してくれるのか?」等々、お金にまつわる問い合わせが尽きないそうです。



笑顔でいられますように……

「いざとなったら何とかあります」と樂觀的な考えだけでも良くありません。やはり、現状をしっかりと認識するとともに、どうあるべきかを見据えておくことが大切です。そこに向かうために、何があっても必要なものをきちんと把握し、必要な物を備えていくことが、私たちが今なすべき最善のことなのではないでしょうか。

たねスタッフのつぶやき

介護に腰痛はつきものであり、私も長年、整体院に通っていますが、その先生に「とにかく『腰痛』をしなさい」と言われます。腰痛の作り方は簡単。ラップの芯や100円シヨップの麺棒に、バスタオルを3つか4つ折りにして、固く巻き付け、ひもで縛るだけ。

それを、痛気持ちいいくらいの厚さに調整して、布団の上でなく畳や床の上で、仰向けに寝た腰の下に入れ込み、全身の力を抜いて、じわーっと……1回5〜10分腰に当てます（入浴後がベスト! 1日何回でも可。※そのまま寝てしまわないよう注意）。何も感じなくなったら、上下にすらし、腿がほぐされ動きが楽になり、専門家の治療に近い効果も期待できます。



膝や足首が悪くなるのも、まず腰が固くなることから始まるそうです。介護や仕事で忙しく、治療に通えないという方は、気軽にできる腰痛を習慣にされてはいかがでしょうか。（看護師 羽原美佐代）



医療法人にのさかクリニック
地域生活ケアセンター 小さなたね

〒814-0172
福岡市早良区梅林6-23-3
電話 092-874-3051
FAX 092-874-3052
E-mail : chisanatane@tune.ocn.ne.jp



所長 水野 英尚

生き抜くという旗印

白地のシンプルな装丁に「点滴ボール 生き抜くという旗印」と小さな題字。3歳のときに筋ジストロフィーを発症し、現在は37歳の岩崎航氏による詩集です。常に人工呼吸器を使用し、生活の全てに介助が必要な状況から、自らの人生と向き合い、言葉を紡ぎ出していきます。

「かつての僕は、自分で自分の命を絶とうと思ったことがある。十七歳のときだった。前途には希望もないように思えた。家人のいない、ある午後、目の前にナイフがあった。これですべてが楽になるのかなあと、ふと考えた。涙が止めどなく溢れた。けれども、僕は『生きる』ことにした。それは、嵐にこぎ出す、航海の始まりのようでもあった。まもなく、座れなくなった。おいしいご飯も食べられなくなった。一年間に家の外に出たのが二回だけという年もあった。人が怖くなったときもあった。いったい自分が本当は、何を考えているのかわからなくなった。青春時代を、決りとられた。母親を号泣させた。父親と衝突した。若者らしく友達とバカ騒ぎをして過すということもでき



岩崎航・著、齋藤陽道・写真
ナナロク社、2013年
1400円＋税

なかった。吐き気地獄で、気が狂いそうになった。自分の若い人生を、余生だとして考えられなくなった。今まで恋愛とも無縁だった。これらを『生きる』ことで味わってきた。あれからさらに二十年の歳月が経ち、僕は今、三十七歳になった。病状は、一層進んだ。あまりにも多くのことを失った。思うことはたくさんある。僕は立って歩きたい。風を切って走りたい。箸で、自分の口から、ご飯を食べたい。呼吸器なしで、思いきり心地よく息を吸いたい。でも、それができていた子ども頃の頃に戻りたいとは思わない。多く失ったこともあるけれど、今のほうが断然いい。大人になった今、悩みは増えたと深くもなった。生きることが辛くときも多い。でも『今』を人間らしく生きていく自分が好きだ。絶望のなかで見いだした希望、苦悶の先につかみ取

った『今』が、自分にとって一番の時だ。そう心から思えていることは、幸福だと感じている。授かった大切な命を、最後まで生き抜く。そのなかで間断なく起こってくる悩みと闘いながら生き続けていく。生きることは本来、うれしいことだ。たのしいことだ。こころ温かくつながっていくことだと、そう信じている。闘い続けるのは、まさに『今』を人間らしく生きるためだ。生き抜くという旗印は、一人一人が持っている。僕は、僕のこの旗をなびかせていく。

長々と引用しましたが、詩集の冒頭で彼の語る言葉がどれも重く、どの部分も切り取ることが出来ませんでした。そして私自身、大きな感銘とチャレンジを受けました。彼の歩んだその道のりは、小さなたねで過す彼(女)たちの姿、そのものではないかと思えます。そして、今まさに絶望の只中にいるとしたら、きつとこの彼の言葉は、小さなたねの一人一人の心の奥に届いて、大きな希望を見いだすきっかけになれるのだと思います。

幼年期から青年期へと年を重ねると、身体の変形が進み、嚙下や呼吸しづらくなっていくことは、重い障がいを持つ彼(女)たちの歩む道です。しかし、「多くを失ったこと

もあるけれど、今のほうが断然いい」と言い切る言葉に、今を生きる岩崎氏の「生きてる」実感が如実に表現されています。彼が自身の身体を張って示している、いのちは、彼の乗っているストレッチャーやベッドに取り付けられた「点滴ボール」に、旗印として高々と掲げられているのでしょ。

同じように、私の目の前で過している彼(女)たちもまた、その「点滴ボール」に「生き抜く」という旗印を掲げて、その声なき声を張りあげているのだと思う時、その悩みや痛みに寄り添い、希望の光を共に見だし、伴走することが出来たならと思います。あきらめないで、投げ出さないうで、自分の人生と寡黙に向かい合う、その彼(女)たちの姿に教わり続けながら、次のステージへと歩み出したいと願います。一人一人の願いや、想いを形にして、皆と共有できる空間を創り出すために、私たちが出来ることは何なのか、対話を重ねながら進めていきたいと思えます。

その「ボール」に掲げられ、向かい風になびく旗は、きつと多くの人の共感と賛同を得て、前に突き進んでいくためのシンボルとなることを信じています。

重い障がいのある人たちの グランドデザインを描こう！ ～地域連携を探る～



- ・日 時：2016年7月20日(水)19:00～20:30
- ・テーマ：「久山療育園の在宅支援～重症児者が地域で生活するとは～」
- ・講 師：金子政彦氏 (久山療育園地域教育部長 作業療法士)
- ・場 所：地域生活ケアセンター小さなたね
- ・参加費：500円

重い障がいのある人たちが、地域で暮らし続けていくために、医療・福祉・教育など、様々な制度やサービスを利用する事が必要です。あるいは、地域上のつながりやサポート体制の構築も課題です。しかし、年少期～成人期における「ライフステージ」には、各々の障がいやサポート的な支援に隔りやすく、それぞれで突進してしまっていることが多いように感じます。それでは、なかなか情報と共有すること、互いに連携することが困難です。実際は、年少から成人期、あるいは老齢期に至るまで、「グランドデザイン」を描き共有して、その「軌道」により歩を進ませるべきことを考える事が大切です。ぜひ、一緒に学び合いたいですね。

講師紹介
1999年 久山療育園入籍、作業療法士として勤務
2016年 久山療育園地域教育部長
兼任着ぐるみむせやま園長
日本パフメット愛用の普及委員

〒410-0172 福岡市早良区梅林6-23-3
TEL092-874-3051 FAX092-874-3052

ライアー演奏と詩の朗読会

たね日記



癒しの音色「ライアー」の演奏グループ「ゆうなの木」の皆さんと、元アナウンサーという経歴の橋本さんにより、音楽に合わせて詩や手紙の朗読会が行われました。最後には所長の手紙もサプライズで紹介されました。素敵な時間をありがとうございました。



小さな夏祭り

2016. 8. 20 (金)

祭 くまモン体操

祭 スイカ割り

祭 水あそびなど



※詳細はもうしばらくお待ちください。



「看護師募集」のお知らせ

地域生活ケアセンター小さなたねでは、一緒に働いて下さる看護師を募集しています。勤務形態・時間・希望曜日などをご相談に応じます。詳しいことをご存知になりたい方は、ご連絡下さい。



お気軽にお問い合わせ下さい

たねのスタコラ

ひっそり写真館



入職して1年3ヶ月、続けていることがあります。写真を撮ることです。

活動の記録を残すことが目的だったのですが、写真の整理をしていると、ベストショットがたくさんあるなど気づきました。(撮影技術というより、みなさんがいい顔されてるからです。)

小さなたねにいらっしゃる方々にも見てもらいたいという気持ちになり、ひっそり展示することにしました。

そのなかで、個人的に思い出深い1枚がこちら。→
小さなたねでの、初めての外出企画の写真です。天候に恵まれ、展望室からの眺めも最高でした。知的障がいの方とは下見のポイントや配慮点も変わってくるのだな、とたいへん勉強になりました。



話がそれましたが、そんなひっそり写真館、玄関から入ってすぐ左の廊下にあります。2~3カ月おきに新しい写真が増えたり、レイアウトが変わります。この作業が、わたしのささやかな癒しになっています。みなさんのご家族の写真もあるかも？

小さなたねにお越しの際は、ぜひご覧ください。



才津 知尋 (介護職)