

ご自由にお持ち帰り下さい

# 若松苑

wakamatsu  
dayori



## 生きる喜び ..... 1

北中城村短期集中予防サービスと若松苑の社会貢献活動としての取り組み	2
人生最後の場所としてのグループホームという選択	3
こころのサプリメント・節目	4
Medical Healthy Recipe・かぼちゃ	4
重度認知症デイケア あしゃぎの現況	5
第1病棟（一般病棟）について	6
「北中城若松病院療養者の権利」について	6

2021  
**120**  
号





Wakunami's Voice

# 生きる喜び

アガペ会理事長  
涌波 淳子

新年あけましておめでとうございます。2020年は、新型コロナウイルス感染症との戦いに明け暮れましたが、それでも、日々、神様に守られ、皆様に支えられて、アガペ会としての働きを全うすることができ、心より感謝いたします。

先日、Aさんという方の個展に伺いました。プロの個展と見まごうばかりの素晴らしい作品が凛として並んでいました。お話を伺うと60歳定年後に習い始めた事、トーカチ（88歳）のお祝いに娘さんが個展を提案された事、いざ準備に取り掛かったら多くの作品からどれを選んでいいのか分からず、友人が来て選んでくれた事などを語られ、何度も「皆さんのおかげです」とにっこりされていました。

「生きるために食べよ。食べるため生きるな」とは哲学者ソクラテスの言葉に由來した英國のことわざで、「目的（生きる）」と「手段（食べる）」を取り違えてはいけないという意味だそうです。医療や介護が進化し、「人生100年時代」となり、健康寿命と平均寿命の差からは約10年程度はなんらかの体の不自由さを抱え、介護を必要として生きる期間となった今、このことわざのように「何のために生きるのか」が問われているように感じます。Aさんも何度も腰椎圧迫骨折を繰り返し、歩けなくなってそのたびに内服やリハビリを受け、現在は杖をつきながらデイサービスに通っておられます。「デイの皆さんのご要望に応えたらこんな作品になりました」と周囲の皆さんに元気を与えた作品も見せていただきましたが、この方はきちんと「生きる」事を楽しんでおられると感じました。

現在、アガペ会の介護事業所では、介護を必要とされても「生きる喜び」を感じていただけるように一人一人の「生きがい探し」をしております。「生きがい」という言葉は大げさですが、認知症や寝たきりになられて自ら「こうしてほしい」と言うことができなくなっても神様によって生かされている人生の瞬間をほんの少しでも幸せだと感じていただける「何か」をケアの中に入れたいと思っているのです。Aさんの娘さんが個展を提案されたり、友人が作品を選んでくださったように、本人の力では考え付かない事でも周囲がみつけ、周囲の力によってできるものもあると思います。

今年のアガペ会のみことばを「いつも喜んでいなさい。絶えず祈りなさい。すべてのことに感謝しなさい」という聖書の言葉選びました。このコロナ禍においては、喜べない事もたくさんあるでしょう。でも小さな幸せを見つけ喜び、私たち一人一人を愛してくださっている神様に祈り、神様と周囲の方々に感謝する事は、私たちの心も体も健やかにする事だと思います。今年もアガペ会は療養者・利用者とそのご家族の幸せ、職員とその家族の幸せ、地域社会への貢献をめざして皆様とともに頑張っていきます。どうぞよろしくお願ひいたします。

北中城村短期集中予防サービスと  
若松苑の社会貢献活動としての  
取り組み

若松苑 リハビリ課 課長 宮里 朝康



介護保険制度の地域支援事業の一つに『介護予防・日常生活支援総合事業』があります。北中城村では通所型短期集中予防サービスとして専門職を配置し、積極的な介入を行い生活行為の改善を目的とした介護予防プログラムを実施しています。

●対象者

要支援1・2、  
事業対象者の方

●頻度は週2回水曜日・金曜日14:00～16:00の2時間

原則3ヶ月最大6ヶ月・送迎付きで実施しております。  
1回の参加者は4～6名程度となっています。

●若松苑からは、理学療法士が週一回のペースで事業参加しており、

- ① 要支援状態に至った要因の分析
- ② 効果的な介護予防プログラムの計画
- ③ 介護予防プログラムの実施

} 北中城村の2名のリハビリ専門職と協働で実施しています。

短期間で自宅での自立した生活の獲得と地域の通いの場に繋げることを目標にしているため、一回ごとの関わりで、改善を体感させることができます。内容は専門職の治療的手技ではなく、体操や運動という形で自主訓練に移行できる内容に変換して伝える必要があります、対象者の身体能力や理解度をその場で判断し伝える必要があるため、かなりの集中力を持って臨む必要があります。

このような取り組みにより、北中城村の介護保険認定率は減少しており、その要因の一つとしてこの事業が評価されています。

要支援者のこれまでの流れとしては、病院から退院すると同時に介護保険の通所系サービスに繋がるため、地元の公民館での通いの場から離れ、地域との繋がりが薄くなる方も見られましたが、最近の取り組みは、ミニデイサービスの立ち上げも同時に行われているため、地域の方が運営する地域の人のための通いの場に繋がり、自助・互助の取り組みで生活が営まれるケースが見られてきています。

今後も地域で、その方らしい生活が送れるように、地域の社会貢献活動として関わりを持ち続けたいです。



## 人生最後の場所としての グループホームという選択

グループホーム若松ぎのわん 主任 泉川 徹

「グループホーム若松ぎのわん」は平成20年3月に宜野湾市の新城に開所し12年が経ちました。

グループホームの役割としては、認知症の人が「その人らしく」馴れ親しんだ地域で生活を送れるように、家庭生活に近い環境を整え、利用者9名という少人数で職員と一緒に共同生活を送り、生活上でのつまづきがあったとしても一緒に支えあいながら地域に溶け込んだ生活を支援する目的があります。家庭に近い環境と専門職が関わる施設の特徴を生かし、人生最後の場所として病院や自宅では無く、グループホームという選択が可能な事を今回お話しさせて頂きます。

### 初めての「看取り」

今年の5月にグループホーム開所以来、初めて2名の方の看取りをグループホーム内で対応しました。2名の方はそれぞれ、3年から5年の間をグループホームで生活しており、それぞれ病気の影響や高齢という事で最後の時間をどこで過ごすかを、ご家族、主治医、当施設職員と話し合いを持ちました。ご本人にとって最後の場所にどこがふさわしいのかを、ご家族は悩みながらも、これまで生活してきたグループホームを選択されました。

グループホームでの看取りは、ご本人が苦しむ事が無く穏やかに最後の時が迎えられる

グループホームではアガペ会の理念に沿って、本人、その家族に寄り添えるように、これからも日々の生活を大切に過ごせるよう、そして最後の時を迎える時も、その人らしく生活ができるよう貢献できればと思います。

よう、主治医の指示により症状をやわらげる最大限の対応を行います。基本的には日常生活を他の利用者と共に過ごし、『自然なカタチ』で最後の時を迎える支援をグループホーム職員、そして看取りのサポートでかけない専門職としての訪問看護、主治医の往診（訪問診療）の支えがあり、ご本人とご家族の不安が強くならないようサポートしていく事でグループホームでの看取りが形作られています。

人生最後の時・場所をどこで過ごすのか、もちろん自宅という選択肢もあり、本人の意思を尊重する事が大切です。

## 節目

2021年、新年の幕が開けました。この節目を皆さんには、どのような心持でお迎えになりましたか。節目とは、「物事の区切り目、転機」という意味でよく使われています。

新型コロナウィルスの発生によって、新しい生活様式への変化を、私たちは求められています。さらに、生活苦や失業などの苦境に立たされ、人生の転換とも言える大きな決断を迫られている方々も少なくありません。

「節目」の「節」は竹の節から来ています。中が空洞になっている竹は、節があることに

チャプレン室 長濱 カンナ

よって嵐や台風にも負けず、強く高く伸びることができます。

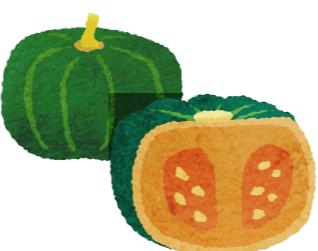
聖書に「患難が忍耐を生み出し、忍耐が鍛られた品性を生み出し、鍛られた品性が希望を生み出す」(ローマ5:3～4)とあります。そして、神様は、耐えられるように試練とともに脱出の道も備えて下さる方です。

新しい年に希望が芽吹き、神様からの祝福と恵みが豊かに満ちる年となりますように、お祈りしています。

Medical  
Healthy  
Recipe

### 冬にピッタリ！！ 免疫力UP食材“かぼちゃ”について

北中城若松病院 栄養課  
喜友名 幸 (管理栄養士)



かぼちゃは栄養価が非常に高く、免疫力や抵抗力をUPし、風邪を予防するにはピッタリの食材です。冬至にかぼちゃを食べる習慣がありますが、これは“風邪をひかない”等健康祈願の意味が込められています。

かぼちゃには、風邪予防の為の様々なビタミン類が含まれています。  
①β-カロテンには免疫力を高める作用 ②ビタミンEには血管を広げて血行を改善し、冷え性改善する作用 ③ビタミンB1は疲労回復作用があります。今回はレンジで簡単に調理出来るかぼちゃの煮つけをご紹介します。

### かぼちゃの煮つけ

- かぼちゃ … 1/4
- 水 …… 200cc
- 醤油・みりん・砂糖…………各大さじ2

#### 【作り方】

- ① かぼちゃを一口大へカットし耐熱皿へ並べる。
- ② 水と調味料を合わせ、かぼちゃが浸るよう注ぐ。  
※皿はかぼちゃに水と調味料が浸るよう、大き過ぎず深さのある皿を選ぶと良いです。
- ③ ぴったりとラップをし、電子レンジ600Wで7分間加熱して完成！  
※硬さを確認しながら加熱時間を調整して下さい。



## 第1病棟(一般病棟)について

看護課長 親富祖 一人

日々、季節も冬?めいて寒くなってきたこの頃です……

2020年4月から若松病院で働き始めた親富祖が第1病棟の紹介をさせて頂きます。

第1病棟は、法人内急性期病棟(内科治療病棟)として、

- ① 急性期病院からの治療継続目的の入院、
- ② 在宅や地域施設等からの入院治療が必要な方の入院、
- ③ リハビリを行いながらの在宅復帰を目指す方への支援入院、
- ④ ターミナルケア目的の方の入院、
- ⑤ 重度(医療ニーズの高い)在宅療養者の短期入院(レスパイト)

など様々な目的の療養者を受け入れている25床の病棟です。そのため、医師、看護師はもちろんですがコメディカルも含め日々療養者に適した疾患治療、寄り添ったケアが提供できているスタッフカンファレンスを重ねながらチーム全体でお世話させて頂いております。

最近はコロナウイルスの影響で面会が制限され、療養者やご家族にとって安心できるお時間を提供できず大変申し訳ありません。しかし、そのような中でも少しでも笑顔になって頂ければと毎月「誕生日会」も継続開催しております。

これからもチーム一丸となり療養者、ご家族が安心して過ごせるような病棟作りに努めてまいりたいと思います。

新型コロナウイルス感染対策の為、面会制限を行っております。

詳細はホームページでご確認下さい。

## 「北中城若松病院療養者の権利」について

①個人の人格を尊重した医療やケアが受けられます。

個人の人格、価値観などが尊重され、医療従事者との信頼と協力関係のもとで医療やケアを受けることができます。また、終末期ケアを受ける際もできる限り個人の尊厳が保たれ、あらゆる可能な助力を受けることができます。

②必要な医療やケアを平等に受けられます。

社会的身分・人権・宗教などの差異、または障がいの有無に関わらず、必要な医療やケアを平等に受けることができます。

③充分な情報を得ることができます。

ご自分が受けている医療やケアについて、理解できるまで説明を求めることができます。またご自分の診療録の開示を求めるすることができます。

④自己決定が尊重されます。

充分な説明と情報提供を受けた上で、自由な意思にもとづいた治療方法の選択、決定が尊重されます。また自己決定の際に、主治医以外の意見(セカンドオピニオン)を求めるすることができます。

⑤個人の情報は守られます。

診療に関する個人の情報は守られます。ご本人の承諾なくして、直接関わる医療従事者以外の第三者に対し開示されることはありません。

ただし法的義務のある場合や生命の危機に瀕する場合は、その限りではありません。

※なお療養者ご本人が、明確な意思表示をできない場合でお困りの際は、医療福祉相談課または病棟課長に遠慮なくご相談ください。

## 重度認知症デイケア あしゃぎの現況

北中城若松病院 重度認知症デイケアあしゃぎ 鈴木 大介(精神保健福祉士)

沖縄方言で「あしゃぎ」の意味はご存じでしょうか?インターネットで検索すると「離れ座敷」と出てきます。すなわち「母屋と離れ」の「離れ」を表しています。自宅を母屋と考え、自宅や施設ではない空間を表すことが「あしゃぎ」の名前の由来です。

2020年春から新型コロナウィルスが流行しましたが、あしゃぎでは、コロナ対策として感染防止の観点から、手指衛生の徹底やアクリル板の設置、レク等活動内容の見直しを行いました。

ところで、デイサービスとデイケアの違いはご存じでしょうか。デイサービスは通所して食事や排泄等、日常生活動作の介護を受けることが目的であることに對し、医療デイケアは治療(リハビリ)が主な目的です。あしゃぎは認知症デイケアであり、その治療の一環として回想法を行なっています。回想法とは、高齢者の思い出に対して専門のスタッフが共感することで、高齢者自身が人生に対する振り返りや自信があった頃を思い出し、不安な気持ちが落ち着いたり、記憶力を長く保つための療法のことです。

心理士のスタッフが昔懐かしい歌を三味線や大正琴で弾いたり、昔の俳優さんの写真をお見せすることで、ご利用者は過去を思い出

冒頭で、「母屋と離れ」のお話をさせていただきました。あしゃぎが、ご利用者、ご家族を支えながら、頼りになる存在となり、心の中では、離れではなく、母屋になれるよう取り組んでいきたいと思います。

## 無料送迎バスのご案内



当法人では、無料送迎バスのサービスを実施しております!  
当法人の施設をご利用の際は、お気軽にご利用ください。

### ■運行日

	月	火	水	木	金	土	日
午前	○	○	○	○	○	×	×
午後	○	○	×	○	○		

※年末年始(12/31~1/3)運休

2021年1月より時刻表  
が一部変更になります。

詳細についてはホームページ  
もしくはお電話にて  
お問い合わせください

北中城若松病院 総務課  
☎(098)935-2277



### アガペ会理念

## アガペに生かされ、アガペに生きる

わたしがあなたがたを愛したように、あなたがたも互いに愛し合いなさい（聖書 ヨハネ福音書13章34節）

### 北中城若松病院

〒901-2395 沖縄県北中城村字大城 311  
☎/098-935-2277 FAX/098-935-2272

- ・一般病棟
- ・回復期リハビリ病棟
- ・認知症治療病棟
- ・特殊疾患病棟
- ・認知症デイケア あしゃぎ
- ・認知症疾患医療センター ☎/098-975-6122

### 介護老人保健施設 若松苑

〒901-2314 沖縄県北中城村字大城 327  
☎/098-935-5858 FAX/098-935-5807

- ・入所療養介護
- ・短期入所療養介護
- ・若松苑デイサービス

### 地域医療包括ケアセンター

#### 複合型高齢者施設 ふれあいの里 若松

〒901-2311 沖縄県北中城村字喜舎場 360-1

- |    |                      |   |
|----|----------------------|---|
| 3F | サービス付高齢者住宅 アガペファミリエ  | } |
|    | 住宅型有料老人ホーム ケアホーム アガペ |   |
| 2F | ファミリーデイサービス アガペ      | } |
|    |                      |   |

- 1F ファミリークリニックきたなかぐすく  
☎/098-935-5517 FAX/098-982-0708

- |     |                    |                               |
|-----|--------------------|-------------------------------|
| B1F | 通所リハビリテーションきたなかぐすく | ☎/098-982-0717                |
|     | 訪問看護ステーション若松       | ☎/098-935-5818                |
|     | 訪問リハビリテーションきたなかぐすく | ☎/098-923-3154                |
|     | ヘルパーステーション若松       | ☎/098-935-5202                |
|     | ケアプランステーション ゆい     | ☎/098-935-3066 · 098-935-5968 |
|     | 地域医療包括ケアセンター事務所    | ☎/098-935-3093                |

クリニック以外の事業所のFAXは098-935-5855（共通）

#### 看護小規模多機能ホーム若松 きたなかぐすく

〒901-2316 沖縄県北中城村字安谷屋 1346 番地1 (1F)  
☎/098-982-0181 FAX/098-982-0183

#### グループホームわかまつ

〒901-2314 沖縄県北中城村字大城 418-2  
☎/FAX/098-935-1021

#### グループホーム若松 ぎのわん デイサービス若松 ぎのわん

〒901-2201 沖縄県宜野湾市新城 1-20-6  
☎/098-892-5104 (グループホーム) FAX/098-892-5111  
☎/098-892-5105 (デイサービス) (両施設共有)

#### 小規模多機能ホーム若松ぎのわん

〒901-2206 沖縄県宜野湾市愛知 2-3-2  
☎/098-892-1673 FAX/098-943-1085

#### 宜野湾市地域包括支援センター ふてんま 新オレンジサポート室

〒901-2202 沖縄県宜野湾市普天間 1-9-3  
☎/098-943-4165 FAX/098-943-4067 (ふてんま)  
☎/098-943-4085 FAX/098-943-4702 (新オレンジサポート室)

#### 宜野湾市赤道老人福祉センター

〒901-2205 沖縄県宜野湾市赤道 1-5-17 ☎/098-893-6400

#### 宜野湾市伊利原老人福祉センター

〒901-2221 沖縄県宜野湾市伊佐 4-3-17 ☎/098-890-7131