

# ケアタウン小平 だより ~第1号~



2006.12.21

発行 NPO 法人コミュニティケアリンク東京  
〒187-0012 東京都小平市御幸町 131-5  
TEL 042-321-5985・FAX 042-321-5982

## 巻頭言 ~ 東奔西走 ~ 願いは叶う

NPO 法人コミュニティケアリンク東京 理事長  
やまざき ふみお  
ケアタウン小平クリニック 院長 山崎 章郎

ケアタウン小平が始動してから1年が過ぎました。「願いは叶うものだ。同じ思いを持つ人が多ければ多いほど願いは叶うものだ」ということを実感してきた1年余りでした。

この間「ホスピスケアを地域で誰にでも」と願い、「医療と福祉が融合したチームケアを」と願い、「病气や障害を抱えながらも1人で生きている人々が住みやすい環境を」と願い、「地域の子育てのお役にも立ちたい」と願った、その我々の願いの実現を目指し、実践し、叶えてきました。

またこの地域に住む人々の「出来ることなら人生の最期まで住み慣れた家にいたい」という願いを、「病气や障害を持った1人暮らしでも安心して暮らしたい」という願いを、「がんになっても苦痛なく家に居たい」という願いを、叶えてきました。

ケアタウン小平を構成するNPO法人コミュニティケアリンク東京を中心に、ケアタウン小平クリニック、株式会社ダスキンゼロケア、有限会社暁記念交流基金が力を合わせ、チームを組み、それらの願いを叶えてきたのです。

叶わぬ願いもありました。ケアタウン小平にあるアパート「いつぶく荘」の住人の皆さんや、NPO法人が運営する「ケアタウン小平デイサービスセンター」のご利用者の皆さん、そしてNPO法人やダスキンゼロケアのスタッフの皆さんに、食事を提供していた当

NPO法人配食サービス事業の中断です。それには人員配置、経営上の問題など、幾つかの要因があり、現状のまま配食サービスを継続することは、デイサービス事業や当NPO法人のもう一つの主たる事業である訪問看護ステーションの存続に影響を及ぼしかねませんでした。残念ではありましたが、配食サービスはジャパンコントラクトフード株式会社に委ね、当NPO法人としては当分の間休眠することになりました。

以上のごとく、あれやこれやあった1年でした。そして、ようやく、「ケアタウン小平だより」1号を皆様にお届けすることが出来るようになりました。各事業からの、この間の報告も収載されています。是非ご一読をお願いいたします。

それにしましても、この構想に共鳴し、参加し、協力して下さった皆さんに心から感謝したいと切に思います。ありがとうございました。

さて、ケアタウン小平はいつでも現在進行形です。これからも皆様の有形、無形のお力をお借りしながら共に前進していくことが出来ればと願っています。この願いもきっと叶うと信じて歩んでいきます。今後ともよろしく願いいたします。

## ～ 看護日誌 ～

チームケアは在宅ケアを可能にします

ケアタウン小平訪問看護ステーション 所長

看護師 <sup>ひるた</sup> 蛭田 みどり

ケアタウン小平訪問看護ステーションも満1歳になりました。よちよち歩きがやっと少し地に足が着いて歩けるようになったところです。(もちろんケアの内容は保障します)

ただただ毎日一生懸命仕事をしてきたら、1年経ったというのが実感です。訪問看護は初めてのスタッフばかりだったので訪問看護の仕組みも分からず、保険請求は初めてと戸惑うことばかりでした。事前に他のステーションに研修に行きましたが、「今、研修に行きたいね」と、時々スタッフと話をしています。

嬉しいことにオープンしてすぐに訪問の依頼があり、あっという間に常勤スタッフ3人では仕事が回らなくなり、今年の5月にスタッフを一人増やしました。今後も更に増員を考えています。

ケアタウン小平自体がホスピスケアの経験者で始めたので、訪問看護も「在宅ホスピスケア」を積極的に行っていきたいという思いがありました。病院で働いていたときには、この状況では在宅は無理じゃないかと思う方でも、ご家族の介護力や医療・看護・介護のサポート体制などが整えば可能になることを経験してきた1年でした。

また、癌の患者さん以外のいろいろな病気の方の訪問にうかがう事もでき、疾患やケア、リハビリなど新たに勉強しなければいけないことがたく

さんありました。ご利用者さんやご家族から学ばせていただくことが実に多くあり、毎日が貴重な日々でした。

今、厚生労働省も病院から在宅へ、病院から地域へという流れに力を入れています。しかしまだ病院から在宅への移行がスムーズに行われていないのが現状です。実際私が病院で働いていた時のことを考えると反省すべき点がたくさんありますが、地域のほうからも積極的に病院に働きかけていく努力をしていかなければいけないと思います。ご利用者さんがその時その時を過ごしたい場所でその人らしく生きることができるよう、地域と病院という垣根がなく、一緒に考えていけるシステムを小平にも作っていきたくて考えています。

ケアタウン小平は、医療と介護が一緒の敷地内にあり連携がとりやすい関係にあります。これは小さな核であり、地域と密着したケアを展開しています。ボランティアさんたち、地域の子もたち、ご利用者さんやご家族、ご遺族の方たち、NPOに協力して下さっている方たちなど多くの人たちと協力し合い、支えられながらここまでできました。訪問看護はそこでどのような展開をしていけるか今後の課題です。常に、出会いに感謝し、人と人とのつながりを大切にしていきたいと思っています。今後ともよろしく願いいたします。



## ～ 一笑懸命 ～

子どもも大人も笑顔がいっぱいです

ケアタウン小平デイサービスセンター 所長

看護師 にしきおり 錦織 かある 薫

デイサービスを担当して1年。やっと1年、もう1年という思いです。

開所当時の私達スタッフは、在宅介護や福祉についてほとんど経験がなく知識もありませんでした。まずは勉強からスタート！介護保険についてあれこれ話し合ったのを思い出します。また地域医療をするために集まったはずのスタッフが、ほとんど小平周辺に在住していなかったのです。土地感もなく住宅地図を片手にデイサービス送迎範囲内を探検したものでした。

そして、ご利用者さんをお受けするための契約書の製作・業務手順の作成・日用品の買出しなど毎日があっという間に過ぎていきました。いよいよ10月の2週目に初のご利用者さんをお迎えした時は、感動で涙がこぼれました。

ボランティアさんの活動も同時にスタート。私達だけではとても気づけなかったことに手を加えてくださり、室内に彩りが加えられ、マンパワーも充実してあっという間に12月。忘れられないイベント-クリスマス会！！手編みのモチーフを雪の結晶に見立てて、クリスマスツリーを飾り、スタッフが出し物を提案（実は私の独断と偏見で決定）、「白鳥の湖」を、真っ白なフリル付スカートと衣装を着て真剣に踊るといふ演技披露と手品。前日まで就業後は足がつるほど練習して、お腹がよじれるほど笑って過ごしました。当日は練習の甲斐あって皆さんの笑顔がたくさん拝見できました。今後は、クリスマス会はケアタウン小平の一大行事となりそうです。

年明けて2月には、待ち望んでいた大型送迎車が届きました。職員の誰もが車の大きさにびっくり！運転の練習もして、今では愛車と言って毎日車を走らせています。夏には夏祭りを企画、本格流しそうめんは大好評！これも毎年行っていきたいと思います。

何もかも初めてでしたが、何でも経験が大事ということを実感した1年でした。

今では月に延べ270～290人の利用者さんをお迎えしています。当センターの特徴でもある医療ニーズの高い方、介護度の高い方の受け入れは、体力勝負！在宅で見ておられるご家族の労をねぎらわずにはられません。センターにお預かりしている間だけでも安心して休息の時間をもって頂けたらと、心から思います。

最近では近所の子どもたちもデイサービスに遊びに来るようになりました。お掃除の手伝い、献立表の看板書き、イベントの飾りつけなどを手伝ってくれています。10月のハロウィーンには近所の親子が子ども中心に変装して来てくれました。もちろん私たちも変装して、利用者さんから子どもたちにお菓子をプレゼントしました。とてもにぎやかに笑顔の絶えない1日でした。ケアタウン小平が老若男女どんな方でも集える「まちのデイサービス」になっていけたらと願っています。まずは私たち職員が、生き生きと楽しく仕事をして行くことが大切です。いつでも明るい笑顔で皆様をお迎えしたいです。



## ～ 受付の場所から ～

人の想いを感じる場所です

ケアタウン小平クリニック

みしま ことみ  
三編 琴美

平成14年9月、私は桜町病院を退職し、ボランティアとして病院の玄関案内と受付周辺のお手伝いを始めて、一般社会人の第一歩を楽しく出発しました。

平成17年夏、病院の玄関も新築され患者さん方も新しい環境にも慣れて来られた頃、病院への行き帰りに眺めていたケアタウン小平の完成となり、思いがけず山崎先生から、クリニックの受付けをしてもらいたいと声を掛けられました。思えば次の春は古希の歳で新しい仕事を始められる年齢でないことから、半年ぐらいなら出来るかしら、とお引き受けして1年が経ちました。

医療制度がどんどん変化する中、病気は続いても病院での治療が無くなれば退院を余儀なくされるため、施設が一足飛びに自宅に帰りご家族の手と周辺の看護や、介護の手を借りるしかありません。健康で過ごしてこられた方は、そんな現場のことをあまり詳しくご存じ無いのが当たり前です。その中でも、癌は発症場所により自覚症状が無いのに治療がないといわれると、どうして良いのか分からなくなり苦しんでしまわれるのは当然のことです。病院ではその深刻さを考えるゆとりもなく、次の患者さんの入院を考えてケースワーカーにお願いしてしまう状態でした。



在宅医療専門のケアタウン小平クリニックでの私の仕事は、留守番とお電話を受けて新しい患者様を往診計画に組み込むことです。病状の深刻な患者様が往診圏内の半径3～4キロ内に余りにも多いことには驚きました。患者様の深刻さに動かされて少し遠くでもお受けして困ってしまうこともありました。でも先生は「まあね！」と往診にでて行かれるのを思うと、まるで私が先生をこき使ってしまったのでは？と思うこともありました。今年の5月に石巻先生が来て下さった時

は、ほっとしました。でもそれはそれなりに量も質も重くなりました。10月には在宅と急遽の入院での看取りは、10人にもなりました。先生方が、ある方の最期に際し、「最期の時間に立ち会ってあげられなかった」とため息をつかれたとき、また、ゆるむことのない表情で往診のため、出たり入ったりされる時など、ただ祈る気持ちでした。

でも在宅でご家族を見送られた方々が、笑顔と涙いっぱいでご挨拶に見えてお話しされている姿を見ると、「満足感が明日を生きる力になっていけるのだろう。」と自分も胸が熱くなる想いです。

患者様について、先生や看護師さんの会話やカルテからは分かるけれど、お顔が見えなくて話が繋がらないこともあります。お支払いに来ていただいたとき、ご挨拶に見えたときに初めてさんとはこの方だったのだと振り返り思うことも度々あります。

でも、クリニック、訪問看護、デイサービス、ケアマネージャーとヘルパーステーションが互いに近くにいることで患者さんの情報が密になり、より良い判断がなされ、ケアが進めていけるすばらしさは感動です。



時にナースの独り言「今までは雨の日も嵐の日も患者さんが病院に来て下さっていたのね」と、悪天候の中訪問にでていく姿を見、またデイサービススタッフも「1日中大勢の人に見られているの。静かにしていきたい日もあるのに……」と、うつむいて笑うつぶやきも見ます。私も、窓口での会計などやれないと思っていたのですが、一部の方の分とはいえ1年経ち少し落ち着いて出来るようになりました。

人が生きていく、寄り添いながら励ましながら、そばに居る。その人たちの呼吸を感じながら。楽しくも悲しくも元気にもしぼんでも一日一日を送っていると感じた1年でした。有り難うございました。

## ～ 集まれ！子ども達 ～

支え合いのこころを育てたい

NPO法人コミュニティケアリンク東京  
子育て支援事業 理事 かわべたかこ 河邊貴子

11月26日、日曜日の朝、あいにくの曇天の下、冬空をけとばすような勢いで子ども達が中庭を突っ切って、次々と駆けてきます。子ども達を迎えるのは事務局の中川さん、アフタフバーバン注1の須貝さんと金子さん、そして河邊です。

今日は月に一度の、子ども対象の遊びの会「集まれ！子ども広場」第8回目の活動日です。会を重ねるごとに馴染みの子どもも増え、「今日は何をして遊ぼうか」という期待が全身から溢れ出ています。

前回の活動は10月でした。季節柄、子ども達は運動会の話で持ちきり。その流れの中で「来月はケアタウン小平でも運動会をやるよ」ということになったわけです。私達スタッフは朝から中庭の入り口に万国旗をはって、子ども達を待ち構えていました。それからの2時間余、抱腹絶倒の「ケアタウン運動会」が行われました。どんな運動会だったかは後ほど報告することにして、どうしてこのような子ども向けの活動を展開しているのかについてお話したいと思います。



NPO法人コミュニティケアリンク東京はケアタウン小平を拠点にして8つの事業を展開しています。子育て支援事業はそのうちの一つです。なんで福祉・医療の場に子ども？と思われるかもしれませんが。

現在の日本では「子どもは学校へ」「病人は病院へ」「高齢者は福祉施設へ」とそれぞれがそれぞれの施設に「困われる」傾向が強くなっています。ほんの何十年か前には地域の中で支えあって暮らしていたのに、それが難しくなっているのです。もちろん適切な環境の充実は必要なことですが、

同時に支え合いのこころを育てることも大切です。子どもというのは本来的には支え合いをいとわな存在ですが、それを発揮できる場が暮らしの中で提供されていないのが現実です。ケアタウン小平でそれを提供していこうというのが、子育て支援事業の目指しているところです。

福祉・医療の場に子どもの声が響けば、それは地域として自然なことです。子どもの明るい声は世の中を明るくしますし、私達を元気にさせます。また、子どもにとっても温かい眼差しに囲まれて安心して遊ぶ場が必要です。子どもと子どもを育てるお母さんやお父さんたちが自分を自分らしく発揮する場を得ることで、地域の中に「存在」しているという安定感を獲得してもらいたいと思います。

具体的な活動として、平成18年3月から毎月一度（日曜日）遊びの会を行っています。ケアタウン小平の一階にあるアトリエと中庭を中心に、午前中のたった2時間の会ですが、毎回、20名近くの子供が参加しています。また、アトリエには絵本が300冊以上揃えられています。だいぶ充実してきたので、10月からは文庫活動も始めました。月に2回（第2、4水曜日の午後）の読み聞かせも行っています。うれしいのは子どもばかりではありません。子どもたちに付き添ってくるお母さんたちがのんびりとおしゃべりをしていくことで、子育ての緊張と負担からしばし解放されます。

これらの活動への参加がきっかけとなって、平日も放課後に自由に訪れ中庭で遊んだり、デイサービスを利用するお年寄りを自然に手助けしたり、スタッフの手伝いをする子どもも見られます。活動は始まったばかりですが、確実にケアタウン小平は地域の子供達のお馴染みの場所になりつつあります。

失われつつある「互恵の精神」を、地域の子どもと共に強めていきたいと思います。



さて、「ケアタウン運動会」の顛末です。

最初の競技は「もりのきのこを探せ」。きのこの形をしたチョコレート菓子をラップに包み、中庭のいたるところに、あたかもそこにきのこが生えているかのように隠します。それをみんなで探すのです。この準備をしたのは幼稚園児5名です。小学生や大人が自分達の隠したお菓子を一生懸命に探す姿を、クスクス笑いながら誇らしげに見ていました。

次は借り物競争。「ひげのおじさん」という紙をひいた小学校4年のMちゃんが探して手を引いてきたのは、なんと山崎章郎理事長！この日、山崎理事長は始めから終わりまで一緒に遊びましたが、リレーでは「フーミン頑張れー」と子ども達から声援を浴びていました。

最後は「マシュマロぱっくん競争」。ケアタウン小平の建物の二階から垂れ下がっている植物の先に100個近くのマシュマロをぶら下げて、みんなで食べるという、人がみたら呆れるような、そしてやっている自分達には楽しくて仕方がない競



技です。これを考えたのは小学校5年生のYちゃんです。この遊びの会はただ遊ばせてもらう会ではありません。ケアタウン小平という「場」のよさを十分に感じ取り、子ども自らが遊びを生み出していくことを大切にしています。

最年少の1歳児から60歳近くの大人まで、歓声の絶えない2時間でした。来月は何をして遊ぼうかな。期待をもって子ども達が帰って行きます。

時にはこのような子どもの遊びの会に、2階3階のいつぶく荘の方が参加することもあります。また、機会をつくってそのときの様子などをお知らせしたいと思います。

注1 武蔵野市を中心に、子どもと大人、地域を遊びでつなく活動をしている方たち。  
NPO法人あそび環境 Museam アフターバーン



## ～ 限りなく楽しみなボランティアさん ～

NPO法人コミュニティケアリンク東京  
地域のボランティア育成事業 理事 <sup>たつの</sup>辰濃 せつ子

このたび、ようやく念願の「ケアタウン小平だより」第1号が発行されることになりました。NPO法人コミュニティケアリンク東京の歩みはこの小平だよりを通して、これから順次展開されていくことになるでしょう。ここに辿り着くまでの1年、各部門のスタッフの努力が如何ばかりであったか.....

てんやわんやの試行錯誤を思いながら、スタッフのご苦勞を胸の熱くなる想いで振り返っています。

山崎先生の地域に根ざしたホスピスケア構想に、いたく感動した私は、理事としてボランティアのお世話係を引き受けました。体力の限界のこともあり、

1年半の約束をしましたが、しかし、まだ何もお役に立っておりません。

年内にボランティア室が稼働します。これでボランティアの組織がようやく整い、食堂やデイサービスで活動するボランティアさん同士の交流が密接になれば、新しい可能性が生まれるでしょう。

10年余り、私は「聖ヨハネホスピス・ボランティア」として、それこそ授業料を払っても惜しくない程の学習をさせて頂きました。「正しいボランティア能力」とはどんなものなのかを理解できた時には、生きてきてよかったという満足感を覚えたくらいで

す。

素晴らしい友人たちとの出会いも感謝しきれません。この友人たちの愛は、私の死の瞬間をも癒してくれることでしょう。

これらの経験を、生きるよろこびを、ケアタウン小平のボランティアさん達にしっかり伝えることが出来たとき、この地域の一角からホスピスケアの波

がひたひたと広がっていくことでしょう。10年後の夢が芝生の上を跳ね回っているようです。

1年半のお約束は、もう少し延びることになりそうですが、これからボランティアの皆さんと協力して、スタッフを支える知恵を出し合ひましょう。

大きく成長する若いおばさま達、おじさま達をこよなく愛しみながら、且つ、期待しております。

## ～ みゆき往還 ～

一年間で30人の入居

(有)暁記念交流基金

いつぶく荘亭主 長谷 方人

NPO 法人コミュニティケアリンク東京が広報誌「ケアタウン小平だより」を発行することになりました。法人賛助会員として広報誌ができてよかったです。第一号の発行に、この新聞の編集担当の法人事務局からケアタウン小平の一年目を振り返って“大家”として一文を残す機会を頂きましたので、備忘録メモとして記してみます。

2003年、それまで東京都民銀行の研修所用地だった東京都小平市御幸町131番の地に、有限会社暁記念交流基金として土地を求め、太田ケア住宅設計の太田拓也氏と一年以上にわたって建物設計に必用な話し合いを重ねた後、施工を大成建設に発注して2005年8月に竣工したのがケアタウン小平という建物です。その作業の工程では、十分な人手と時間を掛けた丁寧なものづくりを心がけたつもりです。それは、建物としてのケアタウン小平も広い意味でのケアに力を発揮するものと考えたからです。実際、この建物は単なる箱物にとどまらず細部まで大切にされた仕事で仕上げられたと思います。

当社は、この建物を含む空間で繰り広げられる生活と仕事を抱きとめるものとして「ある」この場所に、少しずつ心を配り手を加えながら維持していく任を努めることとなります。ここでの営みが、年を追うごとに風合いのある場所に仕立てられるとすれば、それこそがやりがいであり喜びだと考えます。手を抜けば、おそらくそこからスラム化が始まります。気持ちよく生活するためにスラム化させないことが、当社の開設者としての任

です。

多機能で構成されるケアタウン小平にあって、いつぶく荘は食堂「タヴェルナ」と相俟って人の住まいと集いを大切に作る賃貸ワンルーム21戸です。2005年10月1日から入居が始まりました。初日には2名の入居でしたが、3ヶ月ほどで全戸契約していただくことができ、この一年間におよそ30名の入居がありました。竣工以来現在まで、入居相談にはビジネスパートナーでもある私の妻と二人で応接させていただいています。

入居相談でよく訊かれる質問は、入居条件です。事前に条件を明確にすると、時に排除の論理が働いてしまいますのでクリーンカットにしています。もし今、一言で申し上げるなら「ご本人の考えが、“一人暮らしを続けたい。懇切丁寧な管理をされるより自分のペースで好きに暮らしたい”ということになります。入居待ちして下さっている方が10数名ありますが、空室があるときごとに、ここでの具体的なサービスをより必要とされている方から入居していただくことになるでしょう。

入居された方々の内、4名が既に故人となりました。日々の生活を大切にしつつ人の死を拒絶したり排除せずに一年を過ごした結果だと思いません。また、ここではなく別のところで生活しようということで転居された方も6名おられます。賃貸式にしておいてよかったと思います。いつぶく荘は、一休みしてもらうことを何より大切にしたいからです。

～ 感謝 ～

(株)ダスキンゼロケア

日々成長させていただいています ケアタウン小平ゼロケアステーション 所長 志村 美由紀

こんにちは。ケアタウン小平で介護の仕事をしている、ダスキンゼロケアの志村です。気がつけば、地域の皆様のご支援を受けつつ1年という月日が流れました。昨年の10月より、「その人がその人らしく、住み慣れたところで生活できるためのお手伝い」を目指し、サービス提供を心がけて参りましたが、振り返れば、皆様からお教えいただくことの方が多く、日々成長させていただいています。

老いや死を受け入れていく方々やそのご家族に関わり、人間の強さと弱さ、人を思いやる心、見守ることの難しさや苦悩などに触れ、自分自身の未熟さを痛感している毎日です。残念ながらお亡くなりになった方のご家族より、「お世話になりました」とのお言葉をいただきますが、いつも恐縮してしまいます。最期の日まで一生懸命頑張ったご本人やご家族に対し、医療従事者の方々と共に少しでもお手伝いさせていただいたことを、こち

らが感謝したい気持ちで一杯になります。この場をかりて、お礼を申し上げます。

また、病気や老いと闘いながらも笑顔やジョークを忘れない方、出来る限り自分のことは自分で行いたいと頑張る方、認知症の方を支えているご家族、様々な問題を抱えながらも在宅で頑張っている方々は、生きることの大切さや難しさ、そして楽しさを教えて下さいます。それらは全て私たちの成長につながっております。心より感謝すると共に、微力ながらも今後もお付き合いいただけますようお願い申し上げます。

このように、まだまだ成長段階ではありますが、地域の皆様のお役に立てるよう頑張ってまいります。介護のことでご相談等ありましたら、お気軽に声を掛けてください。

コミュニティケアリンク東京の活動にご協力ください

当法人ではよりよい活動を展開していくために、皆様からのご寄付をお願いしております。ご寄付いただいた方には、今後このケアタウン小平だよりを通じて、当法人およびケアタウン小平の活動をご連絡させていただきます。ご寄付受入れ口座は以下のとおりです。ご支援の程、何卒宜しく願い申し上げます。

郵便局 口座記号番号 00100-1-279489  
加盟者名 (特)コミュニティケアリンク東京  
払込取扱票の通信欄に「寄付金として」とご明記ください。



編集後記

- ・1年経ってやっと第1号です。スタッフの1年分の想いをなんとかお届けできてホッとしています。(N)
- ・山崎先生と、長谷さんの「ケアタウン」構想に感動し、この地域と医療を結ぶシステムが各地に広がっていくことを願って、微力ながら、お手伝いをさせていただきました。動きのある顔のみえる紙面作りを目指し、ご利用者さんはじめ、ここに集う子どもたちの声も掲載していきたいと思えます。どんどんご意見をお寄せください。(O)