SETAGAYA
パートナー せたがや
PARTNER

2020/11
事業団だより
No.79
令和２年11月13日発行

発行/世田谷区社会福祉事業団
編集/経営企画課経営企画係
〒154-0017
世田谷区世田谷1-23-2
☎ 03-5450-8223㈹
FAX 03-5450-8294

事業団のホームページ ▶ https://www.setagayaj.or.jp/

地域密着型特別養護老人ホーム
寿満ホームかみきたざわ
世田谷区上北沢1-32-11
撮影：9月中旬　2階フロアにて

目次

１ページ　目次等
２ページ　特集　在宅での看取りを支援する事業団の取り組み
３ページ　特集　在宅での看取りを支援する事業団の取り組み、お役立ち情報
４ページ　ご利用者紹介、お知らせ（ご寄附・採用情報）

事業団
マスコットキャラクター
シャジー

パートナーは、世田谷区の各区民センター、出張所、まちづくりセンター、図書館、あんしんすこやかセンター等、スーパーマーケット オオゼキ（上町店、松原店、下北沢店、八幡山店、千歳烏山店、祖師谷大蔵店）及びスーパーマーケット サミット（梅ヶ丘店、砧店、砧環八通り店、下馬店、松陰神社前店、成城店、代沢十字路店、深沢不動前店、芦花公園駅前店）、ユニクロ（世田谷千歳台店）で配布しています。

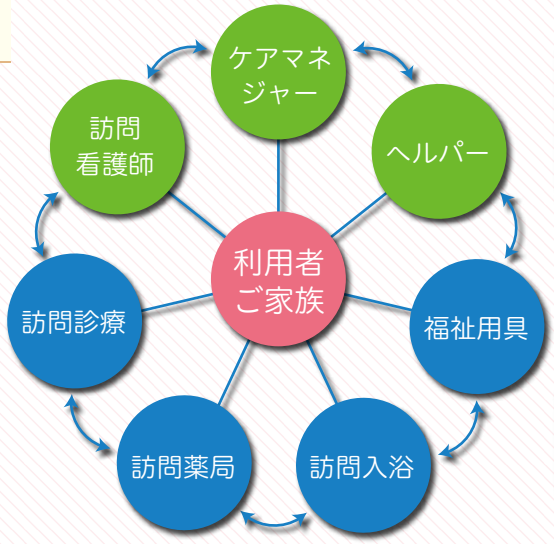
特集 在宅での看取りを支援する事業団の取り組み

事業団では多職種連携による在宅での看取りに向けたサービスを提供しています。癌やさまざまな疾患・高齢による終末期の方が、住み慣れたご自宅で最期を迎えたいという思いに寄り添い、ご本人、ご家族の支援をしています。

ケアマネジャーをはじめとする多職種が連携して安心して最期まで過ごせる環境を整えます。日々変化する体調や介護状況に合わせて、福祉用具やヘルパー、訪問入浴などを利用します。また、在宅主治医や訪問看護師はご本人の苦痛を緩和し、ご家族の精神的サポートをしながら24時間いつでも連絡が取れる体制で支援します。

事業団の多職種連携による看取り支援体制の例

- 事業団サービス
- 外部サービス



訪問看護師による支援

- 介護方法の助言
- 精神的サポート
- 24 時間体制の相談訪問
- 苦痛の緩和
- お看取りの経過の説明
- 在宅主治医との連携

ケアマネジャーによる支援

- 福祉用具の導入
- 各サービスの導入
- サービス間の調整や連絡

ヘルパーによる支援

- 口腔ケア・清拭・排泄ケア等
- 訪問看護師への報告

惟住(これずみ)康三　様の支援の例

世田谷一丁目介護保険サービスと訪問看護ステーションけやきによる看取り

惟住様は80代の食道癌の方で、余命3か月と言われました。同居しているのは奥様お一人でした。当初は不安が大きく、いざとなれば入院させたいと希望されていました。

退院時からお看取りまでの経過

3月～5月
- 3月　余命宣告 3 か月と言われる　ご家族のみで介護
- 4月　ケアマネジャー 入る　電動ベット 導入

6月 1週間
- 歩行が困難　ポータブルトイレ・シャワーチェアー などの導入
- 訪問看護 導入　毎日（朝・夕）床ずれや誤嚥予防・介護指導
- ベットサイドで立ち上がれなくなり緊急訪問

6月 2週間
- 寝たきりになり、訪問入浴 導入
- ヘルパー 導入　週 3 回訪問（口腔ケア・清拭・排泄ケア等）
- 奥様・ご家族がご自宅でお看取りする事を決める
- 在宅主治医 が入り、ご自宅看取りの準備

お看取り時期
- ご家族にお看取りについて説明
- ご自宅でお看取り　ご家族様と一緒に逝去後の処置

※図のように短期間で必要なサービスが入ったことで、ご本人ご家族の安心につながりました。

惟住様は毎日奥様の手作りのスープを飲まれ、近くに住むご長男様、ご長女様やお孫様との大切な時間を過ごされました。最期の日、ご家族全員と記念撮影・ウイスキーを一口飲まれた数時間後、ご家族に見守られて静かに息をひきとりました。

「小さく細くなった父の背中にありがとう」　惟住様のご家族より

昨年の3月、余命3か月と告げられた父と、残された時間をどこでどう過ごせばいいのか悩んでいました。父は「できれば最期まで家に居たい」。一方、同居する母は「病院でないと無理」の一点張りだったからです。

この時期に聞いた緩和ケア医の言葉が胸に突き刺さりました。「今まで生きてきた人生のシナリオを自分自身で書いてきたように、最終章も自分で書くべき。家族はその思いを徹底的に支えてほしい」。私の心は決まりました。

その後、世田谷一丁目介護保険サービスのケアマネジャーが、自宅の環境を整え、サービスを入れてくださいました。また、訪問看護ステーションけやきの皆様が訪問し、在宅でのケアについて丁寧に説明してくださり、母の気持ちも変わりました。

4月に父と一緒に風呂に入る機会がありました。小学校以来でした。あの頃より小さく、細くなった背中を流し「今までありがとう」を何遍も伝えました。

5月、父から朝早くメールが届きました。「新しいカーテンが朝日に照らされてキラキラ輝いているよ、ありがとう」。父の寝室のカーテンを新調した翌日のことでした。

翌月、父は自宅で家族に見守られながら旅立ちました。

皆様に支えていただき、自宅で過ごせたことで、最後に良き父との思い出を持つことができ、心から感謝の気持ちでいっぱいです。

訪問看護ステーションけやきの看護師と一緒に

お役立ち情報

サバ缶のキムチ炒め

腸内環境を整え免疫力アップを図りましょう

ヒトの免疫に関わる細胞の6割以上は腸に存在しており、免疫力を高める方法のひとつに腸の健康を保つ（腸内環境を整える）ことが挙げられます。腸の健康を保つためには、腸内細菌のバランスを整えることがポイントです。

キムチなどの発酵食品は腸内で善玉菌を活性化させ、サバなどの青魚に多く含まれるEPA（エイコサペンタエン酸）やDHA（ドコサヘキサエン酸）は腸の炎症を抑えて善玉菌が増えやすい環境にすると言われています。サバ缶は皮や骨まで食べられるため、より多くのEPAやDHAを摂取できます。

材料（2人分）

サバの水煮缶：1缶（200g程度）
キムチ：150g
長ネギ：1/2本
ニラ：20g
ごま油：大さじ1
★ 料理酒：大さじ1
★ 砂糖：小さじ1
★ 醤油：小さじ1
★ 一味唐辛子（お好みで）：小さじ1

作り方

1. 長ネギは 1cm 幅で斜め切りにし、ニラは 3cm 程度の長さに切る。
2. 中火で熱したフライパンにごま油をひき、キムチを炒める。
3. キムチに油が馴染んだら、サバの水煮缶（汁ごと全部）、長ネギ、★の調味料を入れてサバを崩しながら炒める。
4. 全体に味が馴染んだら、最後にニラを加えてサッと炒め、器に盛り付けて完成。

※一味唐辛子小さじ１はピリ辛くらいです。
辛さはお好みで調整してください。

芦花ホーム　管理栄養士　齋藤 雅子

ご利用者紹介 元気のみなもと

お問い合わせ
地域密着型特別養護老人ホーム　寿満ホームかみきたざわ
世田谷区上北沢1-32-11
☎ 03-6824-9080　FAX 03-3302-5520

寿満ホームかみきたざわ　小笠原　才子（さいこ）様

御年 89 歳の小笠原様は、平成 30 年からご利用になられています。岩手県盛岡市のご出身で、地元では洋裁学校の講師をされてきました。

「寿満ホームかみきたざわ」では、定期的に行われるイベントを楽しみにされています。取材時には、敬老会で卒寿のお祝いとして職員からもらったプレゼントを嬉しそう開けられ、これからの寒い季節に活躍するダウンベストだと分かると、洋服が大好きな小笠原様はとても喜ばれていました。表紙写真の撮影もダウンベストを着て臨んでくださいました。

施設での生活では地元の盛岡が恋しくなることもあります。職員はそんな小笠原様の気持ちを察して、食事には地元の味である白菜漬けが添えられています。「白菜漬けを食べることで盛岡を思い出せています」と職員への感謝を話してくださいました。

▲ プレゼントを嬉しそうに開けられる小笠原様

▲ 歩行訓練の様子

元気の秘訣

歩行訓練を行うこと

小笠原様の元気の秘訣は、歩行訓練を行うことです。取材時も訓練の様子を見せてくださり、積極的に訓練に取り組まれている小笠原様の生き生きとした表情がとても印象に残っています。

「自分の力で歩けるようになり、盛岡のお姉さんに会いに行きたいです」と今後の目標を語ってくださいました。

お知らせ

ご寄附

多くの皆様より、善意の寄附金、寄附物品をいただきました。心より御礼申し上げます。

令和２年８月１日～令和２年９月３０日にご寄附いただいた方
大山 靖子様、中村 キヨ様、山谷 紀子様、菊池　昭様　他
（※お名前はご了承いただいた方のみ掲載しております。）

当法人への寄附は、所得税等の税法上の優遇措置の適用がございます。
ご寄附のお申し出は下記の問い合わせ先、または各事業所までお願いいたします。

お問い合わせ　経営企画課　経理係　☎ 03－5450－8595

採用情報　登録型ホームヘルパー募集

募集職種	登録型ホームヘルパー
勤務地	世田谷ホームヘルプサービス（世田谷区世田谷 1-23-2） 烏山ホームヘルプサービス（世田谷区粕谷 2-23-1）
勤務日・勤務時間	午前７時から午後９時までの間。 週１日、１時間程度から働けます。 ※勤務時間帯・曜日等はご相談に応じます。
給与	身体介護　1,800 円 /1 時間 (処遇改善手当含む) 家事援助　1,550 円 /1 時間 (処遇改善手当含む) ※その他手当あり：休日割増手当（1 割増）、年末年始手当（1,000 円 /1 時間）、研修手当（1,050 円 /1 時間）、移動手当、資格手当等

お問い合わせ
訪問サービス課 訪問サービス統括担当
☎ 03-5450-8807