ひろんた村通信　第２号（通巻8号）

https://www.facebook.com/hirontamura/?modal=admin_todo_tour
http://www.hironta.com/

発行　特定非営利活動法人村づくり会議
853-3321　長崎県新上五島町鯛ノ浦郷87-658
tel&fax　０９５９－４２－０３６３
Eメール　utano @ lime.ocn.ne.jp
２０１９年５月２０日発行

開業半年。村づくりの”いま”

あまりに軽薄な騒々しさに、ニュースのスイッチを入れることも止めていた改元直前の２９日、母屋は開業半年を迎えました。Ｈさん親子を迎えてのスタートから３～４カ月間は、創刊号でもお伝えしたように、試行錯誤、惑乱、激動の日々。運営方針や諸システムも定まらない中、スタッフも苦労してきたと痛感しています。

その混乱期を経て、態勢と気分を入れ替え再スタートした年明け以降、ゆっくりとした歩みながら”母屋の日常”が形作られてきたように思います。早出、遅出、日勤、夜勤のシフトと仕事分担、利用者記録から業務日誌、食事表とか掃除記録などの内部管理様式を何度も改訂しながら母屋らしいものに仕上げていきました。スタッフ間のコミュニケーションツールとしての「何でも日誌」の採用で、業務や見守りの改善策が提案され、日々改良の役割を果たしています。

一方、思いつきでやってきた感があるデイサービスも、農的作業を中心としながらも、レクレーションや体操なども取り入れ、形がついてきました。介護スキルの向上のため、ちょっとした研修も数回開催。外部研修への派遣も試み始めています。

利用者にとっての一番の楽しみである食事は、農園部門の活躍で新鮮かつ安全・美味しい野菜が供給され、また鮮魚も知り合いからたびたび届け物があり、中でも昨年に続き今年も大挙して回遊してきた本マグロ(国際保護上出荷できない）を５～６本貰ったでしょうか。捌くのは大変ですが、直後の冷凍庫は豊かな気分にさせてくれ、刺身に、山トロに、照り焼きに、いろいろ重宝しています。こうした新鮮野菜や豊富な大豆など畑の恵み、魚介類と放牧豚肉・加工品、それに鶏卵などを使った料理は、スタッフの努力も実って「新鮮、安全で美味しい」という母屋の謳い文句に恥じない中身になっていると思います。フェイスブックでたびたびその一端を紹介していますので、ぜひ覗いてみて下さい。

■入居者第2号

Ｈさん親子以降、いくつか問い合わせや候補者があったものの入居に結びつかず、やきもきする日々が続きました。そんなもやもやを吹き飛ばしてくれたのは３月中旬。その少し前から話が来ていたのですが、１８日でしたか本人がケアマネと一緒に車椅子で見学に来られ、その場で「ここに決めた」。何ともあっけなく決まって、拍子抜けした気分でした。新規施設は「半年我慢」が通説になっていることを最近知り、納得した次第。

多芸多才なそのＫさんについては別項に紹介されているので参照いただくとして、この方もＨさん親子同様ほとんど手がかからない自立型。要介護１の認定は入院中の悪化した状態のときゆえだったようで、８月の次期認定では要支援になるのではと危惧しています。状態の好転はもちろん望ましいこととはいえ、要支援者対象のデイサービスをやっていない母屋としては、Ｋさんの介護報酬が無くなるわけで、複雑な気分にもなります。

とはいえ、ともあれ２室が埋まりました。ゆっくりしたペースではあるものの、スタッフの力量からすればこれで十分。少しずつ増えていって欲しいところです。

■営業活動

少しずつ増えて欲しいといっても、待ちの姿勢だけでは不安。ということでずっと懸案だった営業活動を試みました。長崎・佐世保・福岡の大きな病院向けの営業です。大病院には医療ケースワーカー（ＭＳＷ）をスタッフにした「地域連携室」を設置しているところが多く、その業務の多くは退院支援。中で独居老人や家族が引き取れない方などに対し、施設を紹介したりするケースが多いと聞いていたからです。そうした方を確保するにはともかくＭＳＷに母屋のことを知っておいてもらわねばならない。

という訳で４月、３都市を回り、３０余の病院を訪ね紹介に勤しみました。反応はとてもよく、多くの病院で農と介護の融合という母屋の姿勢に大いに関心を持ってくれ、じっと待てば必ず話が来ると確信しました。もともと都会からの入居者を念頭に置いていたので、その意味でも有意義な営業でした。

その後、以前村づくり構想段階で取り上げてくれた読売新聞が、続報的な取り上げ方をしてくれ、横浜や東京から問い合わせがあり、何とかうまく流れが作れないかと期待しているところ。今後にご注視下さい。（歌野敬）

スタッフが描く ひろんた村母屋の日常

前項「村づくりの”いま”」でも触れたように、開業半年でようやく母屋の安定した日常が形成されてきています。利用者３名、スタッフは月・火・金のデイサービスの日に３名、他の日は２名、夜は１人の、まだ”小家族”。スタッフとともにテーブルを囲む昼食や、農的作業を取り入れたデイサービスの日などは和気あいあいとした雰囲気に包まれます。３月から新たに入居されたＫさんも併せ、聞き飽きない個人史やいろんな知恵が披露されて楽しい会話が続き、スタッフにとって介護をやっているという意識は薄いよう。そんな母屋の様子をスタッフが報告します。

利用者の一日

入所されている方の１日は、一番の早起きＫさんが動き出す午前３時から始まります。

ひろんた村母屋では、可能な限り各個人に合った日常を過ごしていただきたいため、起床時間等の生活リズムに関して特に規則を設けていません。朝食までデイルームでスタッフと会話をされたり、自室でゆっくりされたり、廊下で軽い運動をされたりと、皆さんに合った時間を過ごされています。

午前７時頃になると居間のテーブルを皆さんで囲み、自家用鶏卵や手作りベーコンをメインとした朝食を頂きます。その後、デイサービスに参加したりデイ以外の日は畑作業や散歩、楽器を弾かれたりと、各個人の希望に添った時間を過ごされます。

午前１０時と午後３時のおやつの時間には、スタッフの手作りおやつと淹れ立てコーヒーでひろんたカフェを開くこともあります。

昼食は一番豪華なメニューを準備します。ときにうどんや皿うどんなど麺類の日もありますが、多くはご飯メニュー。かなり凝った惣菜を４～５品。ご飯がすすむおかずでも、糖尿病や肥満などでお二人は糖質制限しているため、よく噛みしめるようにご飯を食べられる姿があります。

午後６時には夕食を済ませ、夕方に出勤してくる夜勤スタッフとその日に起きた出来事やハプニングについて談笑されたり、明日の予定について相談されたり…デイルームで一通りスタッフとコミュニケーションを取った後、各部屋へ戻り午後９時頃になると自然と就寝され１日を終えられます。

母屋の「主」と呼ばれても過言ではないＳさんは、よく笑い、よく働き、そしてよく眠られる方です。Ｓさんの一番の楽しみは、自家栽培の「大豆の選別」。昨年収穫した大豆１５０キロ分の選別完了を目標に、時間の隙があれば大豆選別を黙々と行ってこられ、とても終わるはずがないと思っていたのに、約４か月かけて完了。いまは第２ラウンドで、「１級品」と「納豆用」に分別した２級品納豆用をさらに選別してもらっています。その他、ツワの皮むきやエンドウ豆のスジ取りなど手慣れた作業を自ら希望し、毎日のように料理を手伝ってくださいます。また夕方に取り込む洗濯物についても、衣服の傷みや氏名の記入漏れなどチェックしながら畳んでくださり母屋の家事を支えてくれています。

そして日々を楽しく集中して過ごされるからこそ、休まれるときはグッと眠られます。しっかりと休まれながらも、毎回の食事と二度のおやつの際は「お腹が空いたー！」と自ら目を覚まし、「ひろんたの料理は本当においしい。幸せ！」とよく食べてくださいます。

健康志向が強く、家庭でも畑仕事や自然派療法を行ってきた長年の生活リズムが、笑顔で明るいＳさんの元気の秘訣だと感じています。

そのＳさんのご子息・Ｔさんは、現在ダイエット中。軽い糖質制限とエアロバイクでの運動で汗を流し頑張られています。二日に一度の入浴時に行う体重測定（本人希望）では毎回の数字に一喜一憂されながらも、スタッフと相談しながら励まれています。

決めたことには一直線なＴさんは、毎朝のお祈りも欠かしません。謙虚な心・感謝する心をとても大切にされていて、スタッフにも「ありがとう」「お願い」等の声掛けをよくしてくださいます。

自分の中にしっかり時間の過ごし方を持ってらっしゃる方なので、毎朝のお祈りの時間、午前・午後の二度行うエアロバイクの時間、就寝前の体調管理等、Ｔさんにとって納得のいくルーティーンを母屋で過ごしていただいています。

ムードメーカーであるＫさんは、母屋一の芸達者な方です。歌や太鼓、デッサンの腕は私の小学生の息子が弟子入りする程力強いものです。

Ｋさんの自室にはカラオケがセットされているので、毎日数時間、リハビリの発声練習も兼ねて演歌

を歌って過ごされています。他にも、朝食の後デイルームに設置されているピアノで作曲をなさったり、デイサービスメニューになっている弁財天では太鼓と唄の先生になり指導をしてくださります。

長らくフェリー船長の仕事をやってきたＫさんは、毎朝のニュースの天気図から海の様子を予測して、釣りやサーフィンを趣味にしているスタッフに情報を教えてくれます。「持ってる知識は、人のために使わんと」と照れ笑いするＫさんは話題の引き出しが多く、デイルームではもちろん入浴時までも色々な知識を提供してくださいます。

玄海五島灘

一
親父の残した釣り仕掛け
今じゃ自慢の宝もの
時化も過ぎ　海も久しく穏やかに
ここは玄海五島灘
明日は月夜だ　有川みなと
取り舵いっぱい　ヨーソーロー

二
親父ゆずりの中古船
今じゃおいらの片腕さ
カッパ片手に舳先　舵オールライン
レッゴ
ここは玄海五島灘
明日は月夜だ　有川みなと
取り舵いっぱいヨーソーロ

三
帰りの羅針路は大漁旗だ
男度胸の勇み肌
舳先釣り場に向け全速前進
ここは玄海五島灘
明日は月夜だ有川みなと
取り舵いっぱいヨーソーロ

令和元年五月一日作　Ｅ・Ｋ

歌詠みが趣味のＨさん親子。町広報誌に取り上げられたＴさんの一首

しん君がうみたて卵をもってきたまだあたたかいので
びっくりした

長らく有川短歌会に属すも詠歌から遠ざかっていたＳさんも最近復活

広谷で大豆の選別ありがたき
仕事も大豆食べるも大豆

母屋では、各個人に合った時間が流れています。Ｓさんは、よく働き、よく寝られます。Ｔさんは、エアロバイクでの運動を楽しんでいられます。Ｋさんは、作詞作曲に励まれ芸術的に過ごされます。そして食事の際は、皆さんでテーブルを囲み団欒して過ごします。そこにスタッフも加わり、また会話の輪が広がっています。

入所されている方とスタッフは、三世代～四世代の大家族のように母屋で過ごしています。違う時間を持った人が集まるからこそ、その場所に深みが出てくるのだと思います。共通の時間をもちながら個人の時間を大切に出来るこの母屋で、これからも色々な方と出会えることを私自身楽しみに過ごしています。（高橋亜也美）

スタッフの一日

スタッフのシフトは早出、日勤、遅出、夜勤に分かれています。ざっとその仕事を紹介しておきます。

- 早出…7:00～16:00　掃除、洗濯、ゴミ捨て、施設犬ペロタの散歩、豚鶏の餌やり
- 日勤…8:00～17:00　デイサービス利用者の送迎、昼食準備と援助、入浴後の整容、おやつ援助
- 遅出…9:00～18:00　昼食準備と援助、片付け、入浴介助、洗濯物の整理、夕食準備と援助
- 夜勤…17:00～9:00　施設犬ペロタの散歩、夕食準備と援助、片付け、掃除、巡回、朝食準備と援助、片付け

以上が各勤務での主な仕事分担になっています。他、スタッフみんなで入居者さんの見守り援助を行いながら、担当業務を行い、施設長の啓子さんを中心に食事の準備を行います。

現在、入居者さんは自力で食事、排泄ができ、歩行も見守りまたは歩行器使用で行える方々なので、長年介護に携わって来たスタッフからは、「介護をしていない」という言葉が聞かれる程、食事づくりがメインの仕事内容になっています。母屋では、農園で採れた作物を調理して入居者さんに提供することができます。そのため火曜と金曜、時々土曜日もたと思います。

新規スタッフ紹介

質問項目;①プロフィール（生れ　生年月日（必須ではない）　趣味　好きな食べ物　嫌いな食べ物　自分を動物にたとえると？　人生のモットー）　②キャリア　③母屋で働くことになった経緯・志望理由　④母屋で働いてきての率直な感想（楽しいこと、嫌いなこと、望むこと　⑤4Kと言われる介護の仕事について思うこと感想　⑤介護の仕事について　⑥「自給の村」の取り組みについての感想

●江浜敏弘さん（介護士）

①**出身：**地元産（奈良尾）。**趣味：**アラ釣。**好物：**卵サンド。**動物にたとえると：**分からない

②**キャリア：**本職は歯科技工士３２年間（歯を入れた人から喜びの声）。その後新上五島社協の介護職６年半。

③**母屋で働くことになった理由：**歌野さん夫婦と初任者研修で知り合ったことがきっかけ。出会う運命だった

④**母屋の感想：**他の介護施設との環境の違いを実感。朝食の用意、夕食の片付け、洗物、農業など初体験ばかり。　**良いところ：**利用者さんに対する、家庭的で一日の流れが自由かつ穏やかなところ。野菜が自家製で美味しい。　**嫌なこと：**今のところなし。豚を屠殺することが哀しい。　**望むこと：**他の施設にない良さを感じるので、利用者さん確保のためアピールをしなければならないと思う。

⑤**介護の仕事について思うこと：**女性は女性らしい仕事ができるが、男性は難しい面が多い。利用さんと介護する側が持ちつ持たれつの関係を作ることが肝心。

⑥**自給の村の取り組みについて：**自給の村の取り組みの一端を経験し、食べ物（野菜、米、醤油など）について初めて考えさせられました。今から勉強になるでしょう。

農園の作業日になっており、農園部の川崎さん、落道さんが畑を守って下さっています。季節が変わり、これからは母屋スタッフも畑での作業が増えていくと思われます。

入浴介助の際は、ウッドボイラーに薪をくべて高温にし、お湯を出す準備から始まります。複数人の入浴介助の際は、途中でお湯がぬるくならないよう途中で薪を追加したり、お風呂に使用する水は、山水を使用している為、渇水の時は町水との調節をする必要があります。エコシステムを保つにはそれなりに面倒です

ある日の昼食。こんなに頑張らなくとも、と独り呟く日々。

当施設らしい仕事内容に、施設犬ペロタの散歩があります。ペロタのペースで散歩をするので、スタートはハイテンションの猛ダッシュです。スタッフＡさんのこどもＳくんは、度々引きづられて擦過傷をつくっていますが、スタッフ付き添いの元、喜んで散歩に行ってくれます。入居者さんにも人気者のペロタで、Ｓさん、Ｋさんは内心自分も散歩に連れて行きたいようで、ペロタの体調もスタッフと一緒に心配してくれます。

●各スタッフの担当業務

・施設長　啓子さん…昼食、夕食の献立決め、調理、ハム加工
・川端さん（介護福祉士）…デイサービスでの体操やレクリエーション、デイ利用者さん送迎
・吉田愛さん（ヘルパー）…レクリエーション、ハム加工
・高橋亜也美さん（ヘルパー）…啓子さんが母屋不在の時に、献立決め、調理を任される
・永田みなみちゃん…早出勤務が多く豚鶏の餌やりをすることが多い、ハム加工
・江浜さん（ヘルパー）…夜勤メイン、農園
・吉田さん、坂口さん（介護福祉士）…デイサービス応援　レクリエーション、調理
・高橋ひかる（看護師）…入居者さん、デイ利用者さんの健康管理、温熱療法テルミー施術

■夜勤の時間

現在、入居者さん３人で、自力で食事、排泄ができ、歩行も見守りまたは歩行器使用で行える方々なので、見守り援助を行いつつ家事をして過ごします。

当施設はウッドボイラーを使用していますが、そのため冬の間、夜勤帯で一番気を遣ったのが暖房管理でした。夜勤帯はスタッフ１人で対応しますが、入居者さんの様子を伺いつつ、寒い中外に出て薪をくべる作業は、他の施設ではないことだと思います。薪をくべる作業など慣れていないスタッフがほとんどで、髪の毛が一部燃えてしまったり、擦り傷、刺し傷ができたり、火傷したりすることもありました。夜勤帯を過ごす環境としても、今までの職場にはない寒さがあり、入居者さんの部屋以外の光熱費を節約しつつ、いかに居心地よく夜勤帯を過ごすかを考えた結果、寝袋持参で夜勤に来るスタッフもいます。春になりだいぶ暖かくなり、夜間ボイラー管理の作業が減ったことは嬉しく思います。

■豚の餌やりという仕事

もうひとつ、当施設ならではの仕事に豚の餌やりがあります。ある日の餌やりの際、豚が柵を超えてしまったことがありました。普段穏やかに過ごしている豚も、餌やりの時は、大きな声で啼いて、柵に手をかけ立ち上がり餌を欲しがります。その日はスタッフＡさんのこどもＳ君と２人で餌やりに行っていたのですが、餌箱に準備していたら１頭の豚が柵を乗り越えて準備している餌を食べだしました。豚小屋に電話等はなく、携帯電話も持っておらず、Ｓ君に施設に走ってもらい理事長に応援を依頼しました。豚の目的は餌なので、それ以外の場所に走って逃げることもなく、誘導して柵の中に戻りましたが、一人で餌やりに行っていたら対応に困っただろうなと思うケースでした。次の日も柵を乗り越える危険があるということで、３人体制で餌やりに向かい、案の定１頭の豚が柵を乗り越え、同じように誘導して柵の中に戻し、乗り越えないように仕切りを高くして対応しました。（高橋ひかる）

デイサービスの一日

いま、月・火・金曜日の週３日がデイの日です。

月曜日は、編みものや楽器演奏など、手先を使う作業。「洋裁学校に行ったとよ～」とよく話してくださるＡさんの手さばきは本当に見事。母屋で使う椅子カバーやペーパーカバーをあっという間に作りあげてくれました。近頃は、Ｓさんのヘアバンドやミニポーチ、Ｔさんの小物入れ等々、ひろんた住人さんたちの要望にも応え、作ってくださいます 。お二人とも喜んでおられＡさんも嬉しそう♪

火曜日は、生活相談員の川端さんを中心としたレ

クリエーション。まず座ってできる体操をして、その日のレクリエーション開始！ 大きな風船を使った風船バレーはいつも大盛り上がり♪～　体が動きにくいデイ参加の皆さんも、ラリーを続けようと椅子から身をのりだして「えいっ！」「それっ！」と声を出し、風船を次の人へとつなげていきます。ほかにも、歌が好きな方が多いので、演歌や童謡、最近は町歌を歌ったりなんかもします♪ 皆さん懐かしそうな顔で楽しそうに歌われるので、聴いている私まで知らない歌なのになんだか懐かしい気持ちになり、ほっこり(*^^*)

金曜日は、ひろんたで採れた農作物の加工や調理など、ここならではのデイが開かれます。切り干し大根やかんころ、お味噌作りや、おすそ分けしていただいたヨモギでおやつのヨモギ団子作り、最近は ニラのお掃除やモミとり等々．．．　農園部があるため、こうしたお仕事は絶えません。が、女性陣ふたりは昔からしていたことばかり。「懐かしかねぇ」「こういう仕事大好き」と言いながらエプロンと三角巾を身に着け準備万端。すぐにお仕事モードへ。近頃はしていないことでもやはり身体は覚えているよう。目を輝かせながらてきぱきと手を動かしつつ、スタッフにアドバイスをくださったり、皆で会話を楽しみながら金曜日のお仕事は進んでゆくのです。．

＊

わたしが興味深く、かつ、楽しく感じたデイサービスのひとつは「味噌づくり」でした。味噌づくりと一言で表してもここひろんたでは、原料となる大豆の栽培から始まります。私は大豆の収穫から参加させてもらい、デイサービスでは収穫した大豆を莢から取り出す作業からスタート♪ これには片手がうまく使えないＴさんもスタッフと一緒に協力しながら一生懸命に作業してくださいました。

続いて大豆選別。これは前回の通信(創刊号)でもふれていましたが、今でもこれはＳさんの大好きなお仕事。大豆が見えるところにないと「私の大豆はどこ？ 早く持ってきて～(泣)」と ソワソワ。大豆を持っていくと「あ～うれしいなぁ。私 大豆大好き❤」と両手を合わせ笑顔で喜ばれます。隣で一緒に選別をしていると「こういう割れてたり、そばかすのある子は納豆。まぁるくて大きいのが一級品！間違えんごとね」と 教えてくれます。たまに「ありゃ！反対に入れてしもたー(+o+)」と間違えちゃうのはご愛嬌♪

麹ももちろんひろんた生産。麹づくりの際私はいなかったのですが、こちらも先人の知恵。うちわで麹を扇ぎながらいろいろと知恵を貸してくれていたようです。それから４，５日経ってできた麹をほぐしました。Ｓさんは手で、Ａさんは木べらも使いダマがなくなるまで丁寧にほぐしていきます。固まっていた麹が手の中でほぐれていく感覚。とても心地よいもので、幾度となく手をとおしてしまいました。両手を使いほぐしていると「こうやって麹をもろぶたに押し付けながらすると簡単にほぐれるのよ～」とＳさん。「手のツルツルスベスベになってきたね～。きもちのよか～」と Ａさん。他スタッフとも和気あいあい、会話を楽しみながらも滞ることなく動いていく手つき。さすがです。

そして味噌搗き。これはひろんたの初イベントにもなり、Ｓさん、Ｔさん親子の旧知の仲の方々も参加され大賑わいでした。いつもは真っ先にお仕事モードに入るＳさん。ですがこの日はちょっと違う様子。気になりお誘いにいくと「こんな機会滅多にないからみんなに経験してほしいの。私はこの間したから。今日はここに座って監督しとく」となんとも人想いのＳさんらしい一言。麹や塩、煮大豆を混ぜ込み、甕に詰めていく皆の様子を見守ってくれていました。そんなＳさんやＡさんに教わりながら作った味噌。

お誕生会

半年ほどで出来上がるそう。２月に仕込んだので出来上がるのは７～８月頃。どんな味噌が出来上がるのか今からとても楽しみです(*^^*) ♪

そうそう。４月はＫさん、５月はＳさんのお誕生日でした。そして偶然にもデイサービスの日とお二人のお誕生日が重なり、デイで誕生日パーティーをしました。とんがり帽子に蝶ネクタイ、お手製の花かんむり等つけてすこしだけおめかし✿ お昼のメニューは主役である住人さんの希望を聞き作ります。ステーキだったり玄米ご飯だったりと、いつもよりちょっぴり豪華に☆ おやつにはスタッフの手作りケーキまで机に並びました。お誕生日で主役である住人さんはもちろん、ほかの住人さんやＡさん、スタッフもみんないつも以上に自然で素敵な笑顔に(^^♪ こうしてひとりひとりに寄り添い、誕生日をお祝いできるのもここひろんたならでは。魅力のひとつなのでは？と感じました。

これからも、施設、スタッフ主体ではなく、利用者さんに寄り添い、過ごし、たくさんの先人の知恵や経験を学び、受け継いでいきたいなと思います。(永田みなみ)

移りゆく季節とともに

大型連休も終り青葉若葉の季節となってきました。寒暖を繰り返しながら緩やかに春は過ぎ容赦なく季節は移ります。

４月初め母屋のみんなで花見に出かけました。行った先はこの町の中心街にある青方公園。近くに役場や総合病院、温水プールなどがあり賑やかな場所なのですが芝生の広がる明るい公園、この島で唯一（かな？）子供の遊ぶ姿がいつも見られる公園です。当日もたまたま近くの保育園の子どもたちが遠足に来ていて賑やかでした。桜は満開の一歩手前、やや薄曇りの空模様で少し肌寒く、わざわざ冷やしたお茶を持って行ったのですが熱―いお茶が欲しくなりました。（天気予報は晴れだったのですが）

藤棚の下のテーブルで持参のお弁当を広げみんなで「いただきまーす」。稲荷寿司、卵焼き、大豆ミートの唐揚げ等と共にここでも大豆が登場。切り干し大根との煮物が好評でした。そして花見にはやはりお酒。昔は浴びる程飲んだというＡさんも（普通のビールも勧めたのですが）今はノンアルコールでいいと。ＴさんＫさんも同様ノンアルコールビールで乾杯。ちょっと寒いだろうと思われましたが美味しそう飲んでいました。桜にそよぐ風と光、お弁当を囲むみんなの笑顔、春を全身で感じることが出来る、花見はやはりいいものです。

＊

桜の次はツツジです。母屋のデイサービスをサポートしてくれている坂口さんから「おばちゃんの庭のツツジが見事に咲いて今見ごろ。見に来ませんか」というお誘いがあり、皆で出かけることになりました。私は残念ながらお留守番でしたが、「いやー、見事だったなあ」とＫさん。樹齢40年はたつというツツジで赤・白・赤紫（？）それぞれ大ぶりの花が満開で見ごたえがあったそうです。

そしてツツジの花見にはＳさんとＡさん女性陣を大喜びさせたオマケがありました。ツワブキです。坂口邸の庭にツワが沢山あったそうで二人でツワ引きしたと大喜びで帰ってきました（ツワは普通のフキと違って新芽（葉）を切らないで抜いて採るのでツワを引くといいます）。残念ながら母屋のあるひろんたには鹿と猪のせいでツワをはじめ山菜がほとんで見られなくなっています。この島で山菜のトップはツワ。しかもＳさんのように面倒な皮むきが好きという人が多いのが不思議というか面白い。母屋に帰って昼食もそこそこに二人は皮むき開始。ツワの皮むきはちょっとしたコツがあって上手な人はするすると手品のように剥きます。集中すること２時間、全てを剥き終えた二人の指先は真っ黒。これがイヤだという人が多いなかＳ子さんは「働いた勲章、すぐとれるもんね」と。いやー恐れ入ります。ツワは茹でて夕食に提供。残りは冷凍保存です。

こんなにツワ剥きをしたのに次にデイサービスにやってきたＡさん、「あー、ツワが引きたいねえ。ここにはツワはなかとね」これもまた恐れ入った次第です。カンコロ切り、切り干し大根、マーマレード…そしてツワとこのお二人の力は母屋の食材作りに欠かせないものになってます。そして最近ではニラのお掃除（汚い部分を取る）ソラマメの皮むき等々。一昨日はいただいた筍で木の芽和えをしたのですが、木の芽をすり鉢で摺るのも喜んでやってくれました。そういえばヨモギ餅のヨモギもそう。すり鉢で摺るのはとても根気がいるので私はミキサーでしようかと思ってましたが、Ｓさんはすり鉢で摺る気満々。すりこ木の使い方を若いスタッフに教えながら摺ってくれました。

Ｓ子さんのツワ引く　車椅子から落ちないようスタッ

二人を見ていると本当に長い間食べ物を拵え家族やその他大勢の人に食べさせてきたのが分かります。もちろん自分が食べる楽しさもありますが作る楽しさもまた十分知っているのです。そして食材は季節を教えてくれます。とくにツワやヨモギ、木の芽などは春そのもの。先日訪れた人が母屋の周囲を見渡して「ここはええところやねえー。回り全部山に囲まれてるわ」と改めて驚いてました。時は新緑の候、見上げる空は晴れ渡って山の緑を一層際立たせています。これから春から夏へと季節は移っていきます。私たちの暮らしもそれに合わせて続いていくことでしょう。どんなシーンに出会えるか、人も花も一期一会。皆さまもどうぞ季節を味わいにいらしてください。（歌野啓子）

ケアマネから見た「ひろんた村母屋」

施設建設に当たり、いろいろ思いを込めて作ってきたものの、正直言って介護施設の一端を担う内実をどの程度実現できるか、不安が一杯でした。半年を経てそれなりに出来つつある母屋がはた目からどう見えているか。日が浅いとはいえ母屋に関わっておられるケアマネお二人に伺いました。

母屋特有の時間の流れがいい

●印象

有料老人ホーム「ひろんた村母屋」は、施設というより少し大きな民家の雰囲気で、まだ入居者が少ないせいもあるのでしょうが、それぞれ場思い思いの過ごし方をしている感じで、まずその在り方に好印象を持ちました。

一般的な介護施設というのは運営に”縛り”がるように私は感じています。起床、着替えから始まり、朝食、リハビリやリクリエーション、昼食、入浴、夕食、消灯等々に至る利用者の日常は、厳格ではないにしろ、一定の流れが決まっていて、それほど自由度があるわけではない。それはスタッフの動きをスムーズにし、介護や作業メニューを円滑に進めるためには不可欠な部分。規模が大きくなると尚更ですね。

「ひろんた村母屋」は居室も食堂も畳部屋だし、障子や土間といった内部のつくりが落ち着いていますね。そんな中で利用者がエアロバイクをやったり、編み物をしたり、料理をやったり、大豆をいじっていたり、自室でカラオケをやっていたりする。何かゆったりと時間が流れているんですね。

バス道からの入り口にこの看板が立ちました

制約なしに……。この感じはとてもいいと思います。これから入居者が増えていろいろルールも作っていかなければならなくなると思いますが、このゆったりした時間の基調は崩して欲しくないですね。

●提案を少し

「ひろんた村母屋」の基本方針は看取りまでやると聞いています。ある介護度まで来たら退去条件が付くところも少なくない中、意義ある方針だと思います。ただ懸念もあります。看取りまでとなると利用期間がどうしても長くなります。母屋の場合は６室だけですから、利用者が固定されていく可能性が高い。それはそれで悪いことではないかもしれませんが、マンネリ化が避けられず、利用者・スタッフともに何らかの対処が必要になるのではないか。

ひとつはスタッフの側で介護のスキルが向上しない条件にもなる。ですので、たとえば６室のうち１室は末期がんの方とかのホスピスルームにするとかの、短期利用の方策を検討した方がいいかもしれない。利用者にとってもその方が（語弊ある表現ですが）変化が生まれる契機にもなる。

いずれにしろ、この島では希少ともいえる有料老人ホームですから、謳い文句通りに「ちょっと変わった」特色ある施設として持続することを祈っています。（ケアマネ歴９年のＮ・Ｔさん）

暮らしを楽しむことがリハビリ

■印象

最初に訪ねたときの第一印象は、ともかく「遠い!」。看板も何もなく、迷った挙句にようやくたどり着いた感がありましたから　尚更でした。鯛の浦の港から車で１０分足らずなので、よく考えればさほどの距離でもないといまは思うようになりました。赤い矢印が目印の看板も立ちましたし。

「遠い」という印象を与えるのは、谷あいに降りていく車窓の風景が山の中に入り込んでいくような感覚を与えるからだと思います。でもそうした環境が「ひろんた村母屋」の特色でもあるわけですね。鶯の声が谷間に響き渡り、周囲を山が囲み、小川のせせらぎが心地よい。デイサービスの利用者が土いじりができるというのもこの自然環境ゆえでしょう。ひろんた村の良い部分だと思います。難を言えば、介護施設ではなく有料老人ホームとしての性格上、利用料金が高いため、自身の年金受給額が高い方や、子どもたちの支援がないと利用できない。やむを得ないとは思いますが。

■ショート利用の検討を

デイを利用している方のケアマネ担当ですが、ひろんたを訪ねたとき、台所で料理していらっしゃる風景に出合います。もともと料理が得意な方で、家ではもうほとんどやらないのに、ひろんたでは料理を作っている。たぶん、本人からすれば自然に体が動くんでしょうね。頼まれればてきぱきと料理をこなすので、スタッフの方も感心していました。いいリハビリになっていると思いました。

新規開設で介護スキルも含めまだ改善すべき点も目につきますが、希望としては、居室がまだ残っているので、ショートで利用したくとも既存事業所が満杯で受け入れ不能のとき、空き部屋を利用して受け入れることを検討してほしい。（ケアマネ歴１７年のＭ・Ｍさん）

時おり帰って母屋で考えること

わたしは今、鍼灸の勉強のために福岡に住んでおり、学校の休みになると帰ってきて、母屋に顔を出します。普段はおらず、帰ってきても他の仕事の合間に現れる程度ですが、そんな立場から見た「ひろんた村」の情景を綴ってみようと思います。

茶揉み

朝のうちに母屋に立ち寄ると、よく懐かしい香りがします。テルミーの療術師でもある看護師さんが、住人の皆さんに代わりばんこにテルミーをかけてあげているのです。薬効のある線香を専用の金具にはめて体を素早く撫でていく療法は、治療にも病気の予防にもよく効きます。全身の気血がすーっと流れて本当に気持ちよいもので、こないだ行ったら、背中にかけてもらっていたＫさんがそのままの体勢で寝落ちしていました。まだお昼前なのにね。

お昼には、住人と手の空くスタッフが同じ食卓を囲みます。作業の日、農園チームは土間に置いたテーブルでお昼を食べますが、その様子はほんとに農家のお昼どきみたいです。農園の川崎さんと落道さんの笑顔で、土間はぱっと陽が差したよう。雑用のためにバタバタ動くせわしい気分を緩めてくれます。

農園チームが丁寧に育ててくれた野菜は、Ｓさんをはじめとする住人や、デイサービス利用者のＡさんの手で下処理がなされます。大豆選別、ネギやニラの掃除に豆剥き。収穫物を食卓に上げるための重要な仕事ですが、それ以前にこういう手作業が大好きなＳさんは、その喜びをしっかり口に出して伝えてくれてこちらも嬉しくなります。好きなこと、できること、必要とされていること。これらのピースがぴったりはまってできたパズルの絵柄は、一心不乱にツワの皮を剥くＳさんの満足顔です。

食材は彼女たちの手を経て台所へ運ばれ、その日のご飯に変身します。魚その他の貰い物も多いので、食材に合わせて体に良く美味しいものを作るという家庭的技術が、スタッフには要求されます。居間の様子を見守りながら、それぞれの得意分野に沿って役割分担することで、母屋は回っていきます。これが理想の形。いつもいつもうまく回るわけでなくとも、何とか形ができつつある半年目ではないでしょうか。

「ひろんた村」を支える柱は、介護と自給農・自給技術伝承です。畑は農園チームと応援団が、母屋の家事・介護に豚と鶏（犬のペロタも）の世話はスタッフが、ひろんた村ブランドの豚肉加工品はハム工場チームが、それぞれ助け合いながら頑張っています。味噌や豆腐、ジャム作りといった食品加工も、デイサービスのメニューに織り交ぜながら行います。それ以外の、常時では手が回りきらない炭焼きやお茶摘みなどを、たまに帰るわたしが手伝います。現時点では母屋の日常に直結しているわけではない仕事でも、暮らしを手作りする喜びや技術を伝え広める場であるために、なんとか繋いでいきたい。

土地に合った暮らしを営む中で、豊かな生と死のサイクルが紡がれていきます。その全体像は、日々の仕事や悩みに追われているとぼやけがちです。帰った時は本当に忙しく、これで大丈夫かと不安が先立つことも多々あり。でも島を離れる船の中からは、暮らす人、はたらく人、訪れる人が、お互いの物語を共有しながら「ひろんた村の暮らし」を作っている過程が見える気がします。　（歌野杏）

農園・加工便り

昨春からの農園部隊の活躍で豊作になった大豆・麦(とくに大麦）。お蔭で味噌・醤油という基礎調味料を仕込むことができました。

味噌は麦味噌・米味噌を今年の１～３月にかけて大量に仕込みました。大きな樽が５つ。早い味噌は６～７月になれば食べられるようになります。母屋の消費量からすれば優に２年分はありそう。という訳で欲しい方にはお分けします。

味噌　1kg　1100円

醤油はいつもなら冬場に仕込むところ、後回しになっていましたが、関西のあるグループが体験したいとの申し出があり、その予定に合わせてつい先日、５月１３日に実行。ドキュメンタリーを撮っているグループであることが来てから分かり、たっぷりカメラに納まりました。

醤油は仕上がりまで二夏を越すのが習わし。毎日かき混ぜる必要があるので、母屋の片隅に樽を置き管理する予定。美味しいものを追求すれば手間がかかります。

大豆はこれまでもお伝えしてきたように、圧力釜で煮ただけの「茹で大豆」がすっかり常備菜になっていて、ほぼ毎日(あるいは毎食のように）、そのまま、あるいはサラダにしたりヒジキなどと併せたり何らか手を加えておかずの１品として活躍中。この食生活なら健康にならないはずはないというところです。

田起こし準備

さらに納豆。茹でて市販の納豆を種菌に簡単手作り。スタッフもかなり手馴れてきました。或いは豆腐手間がかかるのでまだ一度だけの挑戦に止まる手作り豆腐を、美味しい冷奴のシーズンは定例化したいところ。

そのほか、マヨネーズづくりはすっかり定着。美味しいとスタッフは買っていきます。マーマレードなどジャムづくり、それらも使ったお菓子作りなども得手不得手は別にこれも定着。楽しみです。