

よりよいこれからの生き方をお考えの方に

ゆかり通信

5th ANNIVERSARY
エデンの園

Vol.119

秋麗号

2023年10月15日 この冊子はエデンの園ゆかり会会員の方に年4回お届けしています。

社会福祉法人 聖隷福祉事業団 高齢者公益事業部 **エデンの園** 「ゆかり会」情報誌



特集



油壺エデンの園

interview

終の住処に移り住む準備と不安のない老後

- ご入居者へ聞く「引っ越し」「荷物の整理」「不動産売却」
 - ケアマネジャーへ聞く「介護支援」のあり方
- ①「一般居室」担当 ②「介護居室」担当

終の住処に移り住む準備と不安のない老後

油壺エデンの園で入居者に聞く 「引っ越し」「荷物の整理」「不動産売却」

エデンの園へ入居する際のアンケートの中で

「入居を決めるまでの困りごと」第1位は「引っ越しに向けた荷物の整理や片付け」。
本誌をご覧いただいている「エデンの園ゆかり会」の皆さまに行ったアンケートの中でも、
読みたい記事としてリクエストの多かった「引っ越し」「荷物の整理」「自宅の売却」など
入居前の準備について、実際に油壺エデンの園に入居された3組の方に、その体験を伺いました。

2022年3月入居(前住居・東京都豊島区)

須田 哲郎さん(66歳)

裕子さん(66歳)ご夫妻

2023年6月入居(前住居・厚木市)

小磯 康さん (72歳)

節子さん(72歳)ご夫妻

2022年8月入居(前住居・横浜市)

沼田 学さん(67歳)



「大変だった多くの手続き。 72歳でもギリギリでした。」

娘たちに世話を掛けない老後を
終の住処は海が見える所へ

2人の娘は結婚して孫が5人。2人とも厚木市の自宅近くに住んでいましたが、老後は子どもたちの世話にはならないと、以前から夫婦で話していました。夫は大の海好きで、終の住処は海の近くと決めていたのです。そんな時に出会ったのが油壺エデンの園。オーシャンビューの部屋は180度広がる海、目の前には富士山が見え、一度で「ここしかない」と思いました。

苦勞した二戸建ての売却
何とか売ろうと破格の値段に

空きが出るまで2年程待つ予定でしたが、1年と待たずに100%満足の部屋に空きが出たと聞き「ここを逃したら」と即決断しました。2月に二戸建ての自宅売却を複数の不動産業者に依頼しました。最初は強気でしたが、なかなか決まらず徐々に値段を下げ、買い手が見つかったのは5月中旬。結局「その値段なら私たちが買う」と娘家族が住むことになりましたが、地方の一戸建て売却は苦勞することを初めて知りました。

フリーマーケットを有効活用
お友達を呼んでの処分市も開催

新しい部屋は自宅に比べ1/3程度のスペース。

小磯さん
ご夫妻



持っていくものは最低限にし、必要になったときに買えばいいと思い、一生懸命処分しました。生まれて初めてフリーマーケットに参加したり、お友達を何度か自宅に呼んで服などを譲ったりしました。思い出の品を捨てるのは辛いので、ほかの方に利用してもらおうのほうがいいと思います。持ってきた大きなものはテレビと冷蔵庫くらい、小さな家具やベッドは部屋に合わせて購入しました。引っ越しの時はトランクルームを借りないと厳しいかと思いましたが、予想以上に収納が充実していたので全部収まり、思い切り処分して本当によかったです。

銀行変更、保険、車庫証明など
引っ越しに伴う様々な手続きも

こちらに来て海に癒される毎日に大満足ですが、引っ越しからの1カ月は様々な変更手続きが大変でした。銀行変更に伴う口座振替の変更、健康保険や介護保険、車の車庫証明やナンバー変更など盛りだくさん。書類の手配も多く、私たちは72歳でしたが、2人でも75歳くらいまでが限界かと感じました。個人差はありますが、単身であれば尚更若ければ若い方がよいと思います。娘たちからは「まだ早くない?」と言われましたが、決断して正解でした。



「全部一人で対応。もつと園に頼ればよかった。」

沼田さん

**このままずっと一人暮らしできるのか
病気を機に膨らんだ将来への不安**

横浜で一人暮らしをしていた私は、仕事をしながら施設にいる母の面倒を見ていました。母が97歳で他界後しばらくして、61歳のとき脳梗塞に。1年間の入院とリハビリで何とか回復しましたが、体の不自由さが少し残りました。東京に兄夫婦がいましたが、「このまま一人で大丈夫だろうか」と不安になり、以前から知っていたエデンの園に問い合わせたのです。

**新しく建てた家、住み慣れた土地
離れる勇気と気持ちの整理**

病に倒れる3年前に新築した家には思い入れがあり、住み慣れた横浜の地を離れるのは寂しかったですが、思い切って入居を決めました。苦労したのは自宅の売却です。新築だからすぐに売れると思いましたが、決まるまで半年掛かりました。「売れなかつたらどうしよう」と心配しましたが、今は住所変更も終え、「ずっとここで世話になろう」と、気持ちの整理ができてきたところです。

**片付けから手配、全て自分で
事前に相談すればと入居後に後悔**

入居前から面倒なことを言うのは申し訳ない

「いざとなると捨てられない私物。」

後は自然に任せよう。」

須田さん
ご夫妻

**子どもがいない夫婦だから
老後はこんなところがいいね**

老人ホームの検討を始めたのは、主人が定年退職したときです。ちょうどその頃、NHKの番組でエデンの園の存在を知りました。子どもがいないので「老後はこんなところがいいね」と言う主人は、「きつと高額だから無理だよ」と。母が老人ホームに入っており、私も主人も多くの施設を見てきたので、老人ホームについて詳しく知っていましたが、調べてみたらマンションを売れば何とかなると入居を決めました。

**購入時より高く売れたマンション
ポイントは売れる営業マン探し**

マンションの売却は4回経験し、押さえどころは心得ていました。それは、確実に売ってくれる営業マンを見つけることです。広告のチェックや内覧会の偵察で情報を収集し、販売実績の高い営業マンに「あなたに売ってもらいたい」と直接頼みました。複数社に声を掛けず、一点買いです。マンション価格が上昇していた時期でもあり、入居を決めた1週間後に、10年住んだマンションが購入時より高い値で売れました。運もよかったと思います。

思い、引っ越しに伴う片付け、手配などを全て自分でやりましたが、業者に依頼した高額な廃棄処分は失敗でした。園に紹介いただいた引っ越し業者でも対応していると聞き、事前に相談すればよかったと後悔しています。最近、園の紹介で暮じまいをしたのですが、手配や段取りをサポートいただき、手続きは自分が行いましたが、とてもスムーズでした。職員の皆さんは親切ですし、多種多様な情報とネットワークを持っているので、入居前でも頼った方がいいと思います。

**老後の不安を解消し
新たな生活を自分らしく**

私は今67歳ですが、もし働いていたらまだ入居していなかったでしょう。元気なうちは働いた方がいいと思いますが、一人暮らしは寂しく、体が完全に不自由になった時の不安は大きいです。恥ずかしながら最初の1カ月はホームシックになりましたが、入居して1年が経ち、将来への不安は消え、今は園での生活を自分らしく楽しみたいと思っています。まだ同世代は少ないですが、最近クラブに入り仲間も増えてきました。まだまだ先は長いので、これから油壺での暮らしを満喫していきたいと思っています。

**思った以上に難しかった断捨離
互いの私物の存在に触れない暗黙の了解**

引っ越しは、55平米から45平米と一部屋減ったくらいですが、大きなタンスを5本処分しました。いざとなると処分できないのが、洋服や趣味のものなど2人の私物。トランクルームは開かずの扉になるから借りないと決め、入居1年半経った今も、まだ荷物の山です。お互いに「なぜ捨てないの?」と思いますが、そこはアンタッチャブルゾーン。それが夫婦円満の秘訣という暗黙の了解が、2人の中にあります。

**モノは生活の変化に沿った自然減で
今を大事に、リゾート感覚を満喫**

食事は自炊しているので今は調理器具もそろっていますが、70歳を過ぎたころには食堂を利用して、多くは必要なくなります。歳を重ねて、徐々に行動範囲が狭くなり、最期はベッドの上。モノは自分たちの生活に合わせて自然に減っていくべきだと思います。今は2人とも別々の新しい趣味を始め、都内に週2回程通っています。カチ子は老人ホームですが、私たちにとってはリゾートマンション感覚です。三浦の自然に癒されながら今を満喫できるのはエデンの園のおかげ。ある日突然何もできなくなる母の姿を見てきたので、そうだったときの安心感は本当に大きいです。



終の住処に移り住む準備と不安のない老後

ご入居者一人ひとりの意志を尊重し できる限り普段通りの生活を

油壺エデンの園には一般居室と介護居室があり、それぞれにケアマネジャー（介護支援専門員）がいる。入居契約時自立が条件のエデンの園において、まず生活をスタートする一般居室。自由に園内外の活動を楽しみ生活の先に、多くの方が要支援・要介護認定を受けた後の暮らしが待っている。入居したときと同じ居室で生活していただきながら、どのように職員が関わっていくのか、一般居室を担当するケアマネジャー2名に、介護支援サービスの内容、ケアに対する考え方について話を聞いた。

油壺エデンの園
ケアマネジャーに聞く
「介護支援」のあり方①
「一般居室」担当

**少しの手伝いで、できるだけ長く
自由に楽しく、生活を満喫してほしい**

油壺エデンの園は、お元気なうちに入る有料老人ホーム。一人暮らしや子どもがいない夫婦、家族に世話を掛けたくない方など、様々な方が不安のない老後を求めて、ここを終の住処と決めてやってくる。病気やケガで一時的なサービスを受けながら生活し、身体が不自由になったときは、プロの介護士が側にいるからだ。一般居室には、要介護者や要支援者が日常生活を営むために必要な支援に関する専門的知識や技術を有するケアマネジャーが3名在席している。担当9年目の末村さんは「みなさん入居するときは元気なので、普通のマンションに入ると同じ。自由に楽しく、生活を満喫されています。病気

やケガにより不自由が発生したとき、できるだけ今の生活を続けられるようにお手伝いをするのが私たちの仕事です」と様々なケースを経験してきた。**何かあれば、いつでも相談を職員とシステムが異変を察知**

ケガで多いのが圧迫骨折。高齢になると、椅子に座るときやくしゃみ、少しの衝撃で骨を折ることがあるが、園の職員に声を掛ければ即対処してもらえ、診療所も併設しているから安心だ。12時間部屋で動きがなければ緊急発報する生活リズムセンサーもある。また、職員間の情報交換により異変を察知することも多い。「フロントでちょっと体が痛い

と言っていたと聞けば、看護師が様子を見に行くようにしています」と太田さん。毎日行われる居室サービス課内のカンファレンスはもちろん、他部署からの声も大事な情報源。診療所とも頻りに情報を交わし、退院後に生活がしやすいよう自室のベッドの位置を調整するなど、スタッフは家族に近い存在だ。

**ご入居者の希望を聞きながら
自立支援が回復への一番の近道**

ご入居者が普段通りの生活ができなくなったら、まず困り事と希望を伺う。食堂に一人で行けないときは、居室に食事を配膳するのか、車いすで食堂への往復をお手伝いするのか。他にも、お風呂や掃除、洗濯など、サポート内容をケアプランにまとめていく。介護棟での経験もある2人は「一番大切なのは、ご入居者が何を望んでいるか、どんな生活を送りたいか。一般居室では自立支援が基本です」と声を揃える。手伝い過ぎず、できるだけ本人が行えるように支援するのは、それが回復への近道だからだ。全てしてあげる方が対応時間も短く支援が簡単な場合もあるが、一般居室を担当し、自立をサポートする大切さを痛感しているという。「ご入居者本人ができる部分をどう生かすのか」。職員同士で意見を交わし、ご入居者の性格や生活スタイルを考慮しながら、ベストな選択を追求する。

**一人として同じ人はいない
求めるものが違うのは当たり前**

例えば入浴介助は週3回など、介護保険と園のサービスで決められた内容がある。ご入居者との

面談では、極力「できません」と言わないという末村さん。「エデンの園に入居した時点で、ご本人もご家族もここに入れば安心と思っています。初めて経験する介護や支援ですから、その基準や決まりごとを知らないケースがほとんど。どんな方法なら対応可能かを常に考えます」と心強い。ある方は掃除だけ手伝ってほしい、お風呂の介助は要らないなど、要望は様々。「一人として同じ方はいません。必要とされるものも当然違います」と個別性を重視するのは太田さんも同じ。自立支援を基本に、「ご入居者やご家族の立場に立って、可能な限り最大限のサービスを提供する」。

**健康寿命が長くなる生活環境
よりアクティブに希望ある計画を**

居室サービス課では20年間の入居者データを分析し、油壺エデンの園での生活が神奈川県や全国の平均よりも健康寿命が長くなる研究結果を有料老人ホーム協会東日本の学会で発表し、最優秀賞を獲得した。活発なサークル活動、自炊と食堂利用を選べる生活環境などが好影響を与えているようだ。介護支援では困り事への対応が中心だが、散歩や旅行の手伝いなど、よりアクティブな要素を盛り込むという2人。「認知力や身体能力が多少落ちても、全くできなくなるまでの期間を充実させたい」というご入居者の声がある。「できないことの支援だけでなく、今できることを増やしたい」。いかに楽しく、その人らしい生活ができるかを考え、支援の質を高めていく。

「住み慣れた場所で生活を続けたい」という願い

は歳を重ねるほど強くなるもの。自分の親を見てそう感じた末村さんは、「健康な時に居を移したほうが、ご本人もご家族も介護が必要になったときの心の負担は少ないと思います」という。60代からでも決して早くはない。



油壺エデンの園 居室サービス課 係長

太田 徳夫 おおた のりお(左)

大学卒業後、2008年入職。
油壺エデンの園のケアサービス課(介護棟)、
附属診療所を経て、2021年より居室サービス課へ。
介護福祉士、ケアマネジャー、
社会福祉士の資格を持つ。

油壺エデンの園 居室サービス課

末村 名子 すえむら めいこ(右)

2009年入職。
油壺エデンの園のケアサービス課で
5年間従事した後、居室サービス課にて
ケアマネジャーを務める。介護福祉士、
ケアマネジャーの資格を持つ。

職位・職名は2023年9月1日のものです。



お問い合わせ

詳細につきましてはフリーダイヤルにお問い合わせください。
[月～金曜日9:00～17:00 土・日・祝を除く]

0120-37-4165

募集対象空室情報

[2023年10月1日現在]

4室入居可能



終の住処に移り住む準備と不安のない老後

介護から看取りまで

ご自分らしく、安らかに

油壺エデンの園では、年間15～20名のご入居者が一般居室から介護居室へと住み替える。

45部屋の介護棟には約40名の職員が従事する。

24時間見守りが必要なご入居者のケアプランを作成する

ケアサービス課のケアマネジャー2人に、

介護度の高いご入居者への介護支援や看取りに対する思いについて話を聞いた。

介護が必要になっても 本人の生き方や価値観を大切に

介護居室は、自立での生活が困難になったご入居者が24時間暮らす場所だ。介護支援の内容は、入浴や排泄、食事の介助が中心だが、「日常で一番多いのはご入居者と話をすること。何もなくても常に声を掛けるようにしています」と出口さん。ケアプランの作成では、ご入居者の個性を最も大事にしている。そのためには、ご入居者とのコミュニケーションが欠かせない。「一人ひとり歩んできた人生が違います。介護が必要になったとしても、それまでの暮らし方や価値観、生き方を大切にしたい」という。

職員主体の介護はしない ご入居者視点で最大限の努力を

エデンの園以外で介護職の経験を持つ板越さんは「介護施設では、職員が対応可能か、やりやすい方法か否かで判断しがちです。エデンの園では、ご入居者のニーズを一番に考え、どうすべきかを常に考えます」とエデンの園の職員の意識の高さに誇りを持つ。例えば旅行好きの方であれば、宿泊はできなくても、三崎港で美味しいお魚を食べて、景色を堪能し帰ってくる。そのときは、職員も私服に着替えて一緒に食事し一緒に楽しむ。「制服だと仕事感が出てしまうので、旅行感を演出するためできるだけ自然な形で楽しんでもらいたい」という徹底ぶりに驚く。

回復は難しい。それでも… 段階に合わせた介護を

介護棟に住み替えた時点で回復は難しい場合が多く、状況は一人ひとり異なるが、ご入居者の段階に合わせて介護サービスを展開していく。マグロの刺身を食べたいという要望があれば、外食から出前に、刺身からネギトロへ、医師と相談しながらできる方法を模索する。エデンの園のご入居者は、介護を受ける前提で来た人たちではない。亡くなる直前まで自分で食事をしていた方もいる。自分らしく今を楽しみたい思いに応えるのがエデン流。それは介護棟でも同じだ。「マグロの点滴があれば打ってもらいたいくらい」と笑う2人が、介護棟を明るくしている。

信頼関係を構築する ご家族とのコミュニケーション

介護棟では年間に20名程の看取りがある。これまでの最高齢は107歳。30年以上エデンの園に住み、亡くなる直前まで元気に暮らしていた。ご家族の意向で、週に一度様子を連絡し、最期はご家族に見守られて息を引き取った。本人の意思表示が困難な場合は、ご家族と頻りに連絡を取り合い、信頼関係を構築し、危篤の場合に連絡を

取るタイミングも事前に擦り合わせる。エデンの園では、看取りの状況に応じてご家族が宿泊できるスペースも用意されている。

住み慣れた場所で安らかに ご入居者にとってはエデンが自宅

「看取りが近づいた時は、ご本人とご家族の意向が一番」という2人。食べたくないという方には無理に食事させることはなく、おやつが大好きな方は窒息のリスクに最大限配慮した上で、ご家族の同意を得て食べられる工夫をする。ご家族がいらないご入居者には、職員が最期に手を握って看取することも多い。医療行為がある場合は難しいが、「住み慣れた場所で安らかに眠りたい」意向に沿えるよう、最期は居室で看取りたいと職員も願う。長く暮らすご入居者にとってはご自宅であり、いつも顔を合わせる職員は家族に限りなく近い存在なのだ。

油壺エデンの園では今年4月から、介護居室内に設置したセンサーにより、呼吸、心拍、睡眠深度などや行動を把握する「見守りシステム」を導入した。「職員の感覚や経験だけでなく客観的データで、より確かな介護ができるようになった」と板越さん。ご検討中の皆さまへ2人は、「安心してお任せください」と力強く声を揃えた。

油壺エデンの園
ケアマネジャーに聞く
「介護支援」のあり方②
「介護居室」担当

油壺エデンの園
ケアサービス課
出口 圭 出口 圭
2009年に聖隷福祉事業団入職。
同法人の特別養護老人ホーム
「横須賀愛光園」を経て、
2020年に油壺エデンの園へ。
介護福祉士、
ケアマネジャーの
資格を持つ。

油壺エデンの園
ケアサービス課 係長
板越 陵 いたごしりょう
特別養護老人ホームで
介護職を経験後、2012年入職。
油壺エデンの園ケアサービス課にて
介護を担当し11年目を迎える。
介護福祉士、
ケアマネジャーの資格を持つ。