

【特集】医療と介護の“連携”で安心！大阪〈ゆうゆうの里〉診療所

大阪〈ゆうゆうの里〉には、同一建物内に、運営母体が同じ「大阪〈ゆうゆうの里〉診療所」があります。介護スタッフは、この「入居者のいちばん身近な医療機関」と連携をとりながらご入居者の健康や日々の暮らしを支えています。具体的にどのようなにご入居者の「安心」を支えているのか、まとめました。



大阪〈ゆうゆうの里〉
診療所
所長 美甘 医師

医療と介護の連携とは

ゆうゆうの里では、診療所の医師・看護師と介護スタッフが緊密な連携のもとに、病気や怪我からご入居者をお守りしています。以下の状況下でその真価を発揮します。

【緊急時に的確な対応をする】急な体調不良や怪我などの緊急時には、夜間や休日でも対応します。たとえば

夜遅く居室で体調が悪くなった時、緊急用コール等ですぐ介護スタッフがかけつけ、診療所に連絡して受診していただけるようにします。

【早期快復をめざす】居室で療養中には、早く快復していただけるよう、医療面からのアドバイスを受けながらサポートにあたります。たとえばご入居者の特徴に合わせて留意すべき食事介助時の姿勢や留意点のレクチャーを受けるなど、どうサポートすればご入居者が楽に、快復できるのか、相談して一緒に考えます。

【日常生活へのスムーズな復帰】退院して普段の生活に戻ろうとする時には、日常生活のリズムをできるだけ早く取り戻せるよう、看護スタッフ・機能訓練指導員・介護スタッフで身体状況に合わせたケアプランを作成します。また退院前に居室で過ごしてみる、一晩泊まってみるなどの工夫をし、不安を取り除いてから居室に戻ることができます。

「不安や苦痛を早く和らげたい」

生活サービス課

主任 藤井 美紀



ご入居者の様子が普段と違うなど感じたなら、すぐ「どうしましたか」とお声をかけています。血圧・体温を測り、ご入居者の

様子とともに診療所に連絡します。診療所ではその情報をもとに、ご入居者をお連れしたらずくに症状にあった対応ができるよう、準備を整えています。体調不良によるご入居者の不安や苦痛を、少しでも早く和らげることができるよう、心がけています。



ご入居者

妹尾 露子様

「土曜の晩でも素早い対応で助かりました」

その日は朝から体調がよくなかったのですが、体操の年に一度の発表会でしたので、重い足を引きずるように出かけました。会場では友人達の助けを受け無事終了、それぞれ帰途につきました。部屋の前に着いた時に鍵を開けようとして、うまくできなくて（その時私は普通でなかったと思います）、スタッフの方が声をかけてくださり、診療所に連れて行ってもらいました。その日は土曜日の晩でしたが、先生の早い処置を受けました。看護スタッフ・介護スタッフの方が付添って下さって、部屋に戻ったことなど、夢の中での出来事に記憶しております。夜中も氷枕の入れ替え等、何度も様子を見てくださいました。本当にありがとうございました。

幸せはすべてに感謝することから。 前を向いて生きていきたい



今回お話を伺った
大塩 和子さん

今回は「人生楽しまないと損」と仰る、ご入居2年目の大塩和子様（83歳）にお話を伺いました。

昔気質の主人との生活

主人とはお見合い結婚です。昔気質の人で、「女性には家において家を守るもの」と、私が外で働くことは絶対反対の人でした。ちよつとは出てみたかったけどこれが当たり前と思い反発もせずずっと専業主婦でした。子育ても私の仕事。子供の学校のPTAの副会長を任されました。大変だったけどたくさんの友人にも出会えました。家の事は私にお任せだったので、何でも自分で決めていかなければいけなかった。自分で決めて行動できるになったのは主人のおかげかなと思います。

主人は外で働くこと以外は私の好きなようにさせてくれました。「いつも勉強しなあかん」という考えの人だったので、講座を聞きに行っても、趣味の手芸やコーラスに出かけても文句は言いません。『ボランティアのための朗読講座』を受け、目が不自由な方や身体

障害でページをめくれない方に、好きな本を朗読するボランティアにも参加できました。私には満足な生活でした。

“るるん”と里へ

そんな昔気質で働き者の主人が73歳で突然亡くなりました。その後友人も孤独死して本当にショックでした。「最後に一人きりはいややな。でも子供たちに迷惑かけたくない」と思っていました。里に入居することを決めたのも自分の意思です。

入居すると決めてからは、不安なこととは特になかったです。これから新しい生活が始まると思つて“るるん”で来ました。何か新しいことにも挑戦したいと思つていました。こちらへ来てから何かないか探そうと思つていたら、前に習っていた童謡コーラスの教室が里の近くにもあったので、引き続き習えたんですよ。新しいことへの挑戦としてはノルディックウォーキングがあります。隣接する守口市の体育館でノルディックウォーキングの講習会があつて里のお友達と参加しました。思つた以上に楽しく早く歩けるし、姿勢



に手を両方使って歩く大塩さん
ポールと爽さん

幸せの素

がよくなるそうです。思つてた以上にスポーツやと思いました。まだ初心者なのでこれからを楽しみにしています。

今の生活は毎日退屈じゃない。寝るのがもつたいたないくらい。「前を向く、後ろを向くことはない。辛いと思つていたら辛いだけ。そこには意味があるはず。常に“うれしいな”と感謝の心を持つ。」こういう考え方は読書から学ぶことが多いです。吉川久子さん、清川妙さん、坂東眞理子さんの本をよく読みます。本から名言を拾つてきてメモしています。そしていつも何かいいことがないかと目を光らせています。楽しいことがあると頑張ろうと思えるので予定が入るとカレンダーに予定を書くんです。年を取ったら取つたで、いいこともある。すべてに感謝する。毎朝ウォーキングの途中で大枝神社によつて「今日も里の皆さんと楽しく元気に過ごせますように」とお願いしています。おかげで安心な生活を送らせていただいています。安心があるとストレス知らず。どうしようどうしようと思うことなく幸せに過ごしています。

謙虚に学び、前向きに生きていく大塩さんの姿を「いつも勉強しなあかん」が口癖だったご主人もきっと喜んでおられるように思います。



駅近の生活を楽しむ

～お付き合いの場としての

外食の楽しみ方～

近隣には喫茶や食事が楽しめるお店が多数あります。お仲間やご家族が来られた時に、お店を利用するご入居者10人に聞いたところ、どのようなお付き合いに、どんなお店を選んでいるのか、垣間みることができました。

■里のお仲間と

グループで行く時や先生を囲む時は、広くてお話しし易いお店が好まれます。友人と個別で行く時は一緒に美味しいお店を探すのも楽しみです。



サークルの仲間と行く
薬膳料理の追立

「民謡サークルが終わった後皆で近くの『追立』で薬膳料理のランチ。個室で空間が広いし落着く。定食の一品が色々選べるのもうれしい。コーラスサークルの打ち上げは先生と一緒に皆と『アゴラ（ホテル）』で会食（Y・N）」「仲良しさんとジムトレや童謡コーラスが終わった後はゆっくりくつろげる『アゴラ』でコーヒーと美味しいシュークリームを頂く（H・N）」「仲良しさんと天神橋筋商店街をウォーキングもかねて美味しそうな店を見つけて食事する（K・O）」「たまには夕食を外で食べたいと思ったら京阪百貨店の『花洛』に

仲良しさんで行く。量が少しずつで、わらびもちやあんみつのデザートがついてくる（K・N）」



ホテル・アゴラ
カフェ（ファゴット）

■入居前からの友人と

友人とは長く居ても居心地良い店や眺望の良い店を選び、目上の方にはおもてなしのお店を選びます。

「友人関係で好みの所を選ぶ。目上の人、文禄堤の『柿右衛門』の懷石料理。座敷に仲居さんが料理を運んでくれる。雰囲気があり落ち着く。若い人は『アゴラ』のバイキング。洋食も中華もデザートが付き甘い物好きはうれしい（T・A）」「体操仲間と体操が終わった後毎週ランチに行く。京阪守口市駅の高架下『マーメイド』はコーヒーで千円。ドイツ風ハンバーグが美味しい（T・S）」「急な来客でも近くに美味しい店が多いので困らない。文禄堤の『志紀』は目の前で天ぷらを揚げてくれる。お肉も焼きたてを出してくれ、塩にこだわりの3種類を食材によつてつける（M・N）」「月1回友人と京阪百貨店で食材買って居室でお話ししながら頂いたり、近くのカラオケで歌ったり、飲んだり、食べたりして楽しんでいる（H・M）」「友人と天満橋

のシティーモールの『美濃吉』で重箱のランチを頂く。昼も夜も同じメニューなので、お得感あり。眺めが素晴らしい、桜と紅葉の時期は何時も行く（Y・N）」「天満橋のシティーモールの『珈人』は友人と長居するのにぴったり。広々としていてゆっくりできる。コーヒーが特に美味しいし軽食もある（M・O）」

■家族の訪問

ご家族の好みは分かっているから気をつかわずだいたい決まったお店でみずいらずで、過ぎします。



里の近くの栄寿司

「長男夫婦が月1回来たときは、長男はお寿司が好きなので、里の近くの『栄寿司』か京阪百貨店の『とれとれ寿司』に行く。ネタが新鮮で美味しい（F・N）」「姪が来たときは京阪百貨店の『家族亭』や『551の蓬萊』に行く。家族亭の黒酢のうどんが美味しい（T・S）」「妹がしょっちゅう遊びにくる。京阪百貨店の『とれとれ寿司』は注文を聞いて握ってくれる。カルシウム不足なのでエビの頭をから揚げしてくれる（T・A）」

お付き合いのTPOに相應しい楽しみ方、私も勉強になりました。

まずは、お気軽にお越しください！

「終の棲家を考えるなんてまだ早い」、「入居するのはずーっと先のこと！」という方こそ大歓迎です！早い時期の検討だからこそ、ご自身に合った住まいの選択肢が広がります。自立入居型とはどんなところか、施設の雰囲気はどうか、周りの環境は、共用設備は充実しているか、体調が悪くなった時の対応は、毎日の食事はおいしいか等、確かめておくことはたくさんあります。

皆様にご自身に合った方法でお越し頂けるように、3つの方法をご用意致しました。「百聞は一見に如かず」です。お越しをお待ちしています。

ご入居者の声

「なんでも体験してみないとわかりません。私の場合は実際に住んでいる方の様子がわかったことが大きかったです。見学でも体験入居でも、とにかくまずは自分で体験してみることですね」(Y・Y様)

現地見学会

「ホームの見学ははじめて」という方も安心の見学会です。

- 日 程 ■ 4月10日(月)・4月16日(日)
5月17日(水)・5月22日(月)
- 集合場所 ■ 京阪守口市駅 東出口改札前集合
- 集合時間 ■ 午前10時45分(午後2時30分頃終了予定)
- 内 容 ■ 概要説明・館内見学・昼食体験 ほか
- 参 加 費 ■ お一人様 500円(昼食付・税込) ※要予約



スタッフが丁寧にご案内します

個別見学

ご都合のよい日に、ご自身のペースで見学されたい方にお奨めです。個別にご相談ください。昼食体験もおおすすめです。

- 昼食体験 ■ お一人様 709円(税込) ※要予約

体験入居

実際に泊まって暮らしぶりを確かめたい方にお奨めします。お客様の関心に合わせた滞在プランをご提案します。お気軽に、ご相談ください。

- 費 用 ■ 3,000円(お一人様1泊2日 タ・朝食付) ※要予約
- 期 間 ■ 空室がなくなり次第、終了。
(平成29年3月時点での空室 1戸)



モデルルームで生活の疑似体験！

各種お問合せ・お申込みは

 0120-0-36365 (受付時間：午前9時～午後5時)

 大阪〈ゆうゆうの里〉 募集担当まで