

# あきつ

2022年7月15日発行

第634号

発行 / 社会福祉法人 天童会 飯野 順子

## あなたの声が聞きたい 〜ヘルツに心魅かれて〜

理事長 飯野 順子

本園第2病棟の日中活動「音楽の取組み」に参加し、詩を読みました。「音・声」の「光・映像」「言葉・詩」を組み込んだ五感に働きかける取組みです。音楽には528ヘルツの音叉を演奏に仕込んでいます。

528ヘルツの音楽は、心と身体を整え、リラクゼーション効果があり、「愛の周波数」と言われているそうです。取組み後には、ぐっすり眠りこんだ園生が、お一人。他の方は、最初は身じろぎもしていましたが、だんだんと手や足に微かな動きがみられるようになりしました。その動きをどう評価するかは、今後の課題です。

この528ヘルツの音楽を、ある生活介護事業所では、昼食後聞いているそうです。入眠効果とともに、午後の活動に向けた安寧のひとときの効果もあつたようです。

528ヘルツの音楽に心魅かれて、「ヘルツ」についている時に、「52ヘルツのへびたち」(野田まさよ) 2021年本屋大賞)を読みました。528ヘルツのへびとは、他のへびらが聞き取れない高い周波数で鳴くため、たくさん仲間には、声が届かない、届けられない、世界で一頭だけの、世界一孤独なへびらだそうです。本を読み進めながら、誰か「コミュニケーションがとれない」という生き物へびのへびか、その深淵を思いました。

ヘルツ数が異なると、声が届かないことは、人間にはあり得ないことと思えますが、表出が困難な方たちが「声にならない声」で「言葉にならない言葉」で、伝えようとしている場面に出会うことがあります。そんな時、「あなたの声が聞きたい」と叫びたくなります。内面の動きは、心拍数の変化で察知できることも言われていますが、関わる人のイメージ力、感性・感性、柔軟性による気づきに頼りがちな現状です。

先ほどの「音楽取組み」の評価に関しては、早稲田大学の巖濤守教授の「IoT-Internet of Things」を利用した重度・重複障害児の新たな「コミュニケーション支援システムの開発」の研究に期待しています。

次は、「最近Aさんは、あんなに話好きだったのに、話さなくなっちゃった」等々、他の入所施設からも、その変化に心配の声が上がっていることについてです。その一例として、本園第一病棟からの研究の一端を紹介します。

M氏は日中プレイルームで過ごしていたが、2020(令和2)年3月に「コロナウイルス感染症予防策」として居室中心の生活となった。静かな環境で大好きなDVDを集中して見ることができ、M氏にとって良い環境の変化だと考えていた。しかし、約1年後、言語聴覚士より「M氏について発声するために必要な反り返る力が低下した」との評価があり、この様子が

な生活は、発声・食事・姿勢などM氏のQOL低下に繋がるとリスクがあることに気づいたとのこと。そのため、①挨拶活動、②セッティングマット上での腹臥位、③舌の動きを促す食事介助方法について、本人が意欲的に取り組めるよう工夫し、スタッフ全員が統一した見解で支援し、その結果、声量が大きくなり、発声までの時間が短縮されたそうです。

広いプレイルームで大きな声で、スタッフを呼んでいた環境から、居室の狭い空間では、声を出して人を呼ぶ必要がないことによる影響もあるようです。Mさんは、活動を重ねた結果、自分の声が届くようになったことに、喜びを感じ、より一層意欲も高まったかもしれません。2年間の「コロナウイルス感染症が、入所生に及ぼした影響は、思った以上に多様だった」と思いが及びました。

最後に440ヘルツのお話です。NHKラジオの時報「プッ・プッ・プッ」の「プ」の音程は440ヘルツ、「ピーン」は1オクターブ上の880ヘルツだそうです。この耳慣れた時報を思い起こすと、ヘルツも身近な感覚で捉えられます。



3棟M.Oさんの  
今月の一句  
イラスト・高松由有子さん

高台にあるベンチは風通しバツグンです。

季節ごとのお花が楽しめます。

ドライブ取組 コース紹介 ③ 六仙公園編

片道15分ドライブと散歩を楽しめます。今回は(2病棟)の皆さんと行ってきました。



**特集**  
はたらくひと  
**働く人**  
その10  
**通園センター**  
つうえんせんたー  
で働く職員さん

働く人シリーズその10。今回は「通園センター」のお仕事です。一日の流れに合わせて、仕事の内容を聞いてみます。  
**何人の職員さんが働いていますか？**  
施設長、医師1、作業療法士1、看護師3、支援員8、運転手4の計18名が日勤（月々金）で勤務しています。



本園に隣接する通園センター



通園センター職員

**主な仕事の内容を教えてください。**  
地域の中で在宅で生活されている重症心身障害児者の方の、通所における日常生活動作・訓練・指導などの療育を提供するのが主な仕事です。  
具体例ですと、支援員は水分補給・食事介助・入浴介助・排泄などの生活介護と日中活動を、看護師は、健康管理・経管栄養の注入・医療機器の管理・入浴介助などがそれになります。

**利用者さんの医療度によって、関わる職員さんとも替わるのね。**  
**一日はどのように流れののかな？**  
通園センターは一日で最大16名の利用者さんを受け入れています。

4台のバスでの送迎から一日が始まります。各バスには運転手のほかに職員が1名ずつ添乗します。センターに到着すると手洗い・トイレ・健康チェック・水分補給を済ませます。全員揃ったところで日中活動に入ります。個々のニーズにあつた活動を選択しています。行事などは全員で同じ活動をするときもあります。昼食は栄養管理室から提供されます。食事介助は支援員中心に行いますが、医療度の高い方や、経管栄養の利用者さんは看護師が担当します。

また、支援員も呼吸リハビリテーションの講習を受けて、利用者さんの呼吸や痰が詰まらないようお手伝いをしています。入浴は毎日2〜3人の方が利用します。各利用者さん、週1回の割合でミスト浴または湯舟に入っています。3時を過ぎたころから順番に帰りの送迎にです。送迎後は、終業時間まで記録をとったり、明日の準備をして一日が終わります。



送迎中の車内



お昼は密閉されて届きます

**利用者さんとはどんな関係ですか？**

まずは、信頼関係を築くのが第一ですね。ご家族から普段の様子を聞いたたり長く関わっている方からの情報をふまえて、ゆっくりと歩み寄ることを心が

けて、良い関係を築いていきたいなと思っています。それには送迎時のご家族との会話からヒントを得ることも多くありますね。



看護師



支援員

1日の流れ

- 8:30 ミーティング  
申し送りして情報共有します
- 8:35 送迎バス出発  
皆をお迎えに行きます
- 10:00 送迎バス帰園  
手洗い・トイレ・水分補給をします

- 10:30 活動・入浴  
それぞれ活動や入浴が始まります
- 12:00 食事介助
- 13:00 個別活動  
個別活動をします

- 15:15 送迎バス出発  
皆を送りに行きます
- 16:00 閉園  
閉園します
- 16:30 ミーティング  
記録をつけて明日の準備をします

**気を付けている点はあるですか？**

気を付けている点はたくさんあります。全体的にみるか公平な時間を過ごしてもらえらるよう、時間配分やスケ

ジュールに順じて行動するよう心がけています。イレギュラー時の対応も、利用者さんが不安にならないよう、安全・気の緩み・小さな体調変化も見逃さないよう注意を払っています  
**苦労していることはありますか？**

医療度の違いなどで、タイプの異なる2つのグループに生活の場を分けています。突発的な対応に因應するため、専門スタッフがグループ間を行ったり来たりすることもしばしばです。

また活動でも皆が同じルールで楽しむことが難しく、たとえばゲームなどでも、1人1人に合わせた参加方法を考えたりと毎回苦戦しています。  
**なるほど皆と一緒に、なかなか難しいですね。**  
それでも楽しく過ごせていますし、頑張ってます。

**これからの課題はなんですか？**

長期に渡るコロナ禍で、様々な制限の中を過ごしてきましたので、1番は外出活動がしたいですね。ですが、コロナ禍で新たな活動も増えました。それは、リモートによる他施設との交流です。これまで毎年参加していた「多摩地域施設交流会」にリモートで参加しました。これからも世の中の変化に柔軟に対応していけるよう、知恵を絞りたいです。また変化していく過程でも以前のような活動や繋がりを増やし、安心安全な環境を構築していくことが今後の課題です。  
**今回は通園センターを尋ねました。また次回をお楽しみに。**

## 活動



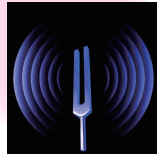
## 活動紹介③

## 「SH」サウンドヒーリング その2回目

前号ではマインドフルネスの効果について記事にしましたので、今回は音叉ヒーリングについて紹介いたします。

音叉ヒーリングとは文字通り音叉を利用します。

私たち人間の各部位や臓器には特定の周波数が存在しているのはご存じですか？すべての内臓が、それぞれリズムを持ってそのリズムであれば健康です。固有の振動数を持つ物質に対し、同じ波長を近づけた時、その2つは共鳴するという原理を応用した、バイオレゾナンス・メソッドが音叉ヒーリングの原理だといわれています。



音のもつ力や人が音や音楽によって癒されるのはなぜなのか、音は直接体に作用するだけでなく、感情レベル、思考レベル、精神的レベルに深く触れ、その人を変容させることによって、結果的に体に作用するという効果をもたらし心は体に影響するということでしょうか。実のところ、非常に難解で私達もまだ研究中です。そんなSHに興味をお持ちの方は是非、下記の本をご一読していただけたらと思います。

人は音をどのように聴くのか？それが耳だけで聴いていないということです。音は振動であり、その振動が体の内外に影響を与えています。当園では、音叉をヒーリング効果の一つとして取り入れています。音色は倍音を多く含む音は活性感があり、高いピッチの純音が最も鎮静的であると報告されています。音叉は純音に近い音を発生させることができます。そこで、音による鎮静効果という点を考慮し、音叉ヒーリングを取り入れました。音そのものは目に見える物ではなく、実際に作用しているかをしっかりと確認することはできませんが、調べれば調べるほどに奥の深いものです。

「重症心身障害児者」の  
新たな療育活動を求めて  
飯野順子・大瀧ひとみ著  
ジアーズ教育新社  
定価2700円

- I 章 重症心身障害児者の  
新たな療育活動を求めて
- II 章 療育を巡る課題として
- III 章 療育活動を高める専門的な  
知識・技能
- IV 章 療育活動の実態
- V 章 私の提案～これからの療育活動

重症心身障害児者の  
新たな療育活動を求めて

その人らしく、輝く、人生の履歴のために

編著 飯野順子・大瀧ひとみ

ジアーズ教育新社

## 病棟通信



(3棟) 育てていたジャガイモの収穫を楽しみました。ジャガイモは栄養管理室でハッシュドポテトに調理してもらい、みんなで美味しく頂きました。

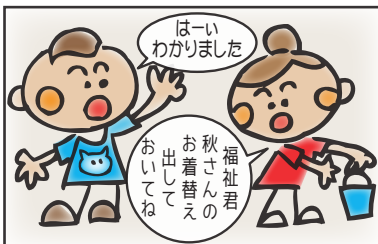


(1棟) 月に2回お楽しみ会を実施しています。写真は、サイコロを振って、大きい数を競うゲームで、居室毎で競いました。みんな楽しそうです。



(4棟) お楽しみ会でイースターのエッグハントを行いました。卵の中には様々なお題を入れ、職員と利用者さんでコミュニケーションをとることができました。

それゆけ! 福祉くん 第2話  
作: ゆうぞう



去年は利用者さんとの関係性を築くことが、大きな課題でした。それはある程度達成できてきたと思います。関係性を築きながら自分でできることとはなにか? 何を支援する必要があるのか? と思い悩むことは1年経った今も尽きません。それでも利用者さんの笑顔に癒されつつ、より良い生活を送ることもできるよう専門的な視点で考え、実践できるステップになるよう精進していきます。

理学療法士 片岡和人

昨年は一病棟で医療度が高い利用者さんと関わらさせて頂きました。今年は4病棟でコミュニケーションを明確にすることが出来る利用者さんに関わり、それぞれに学びや感じ取ることが多くありました。あらためて「秋津療育園」の仕事は利用者さんの一生に関わらせて頂くことなのだと感じました。今、少しずつ重症児への理解がケアに繋がるようになってきています。これからもそれらを更に深めていきたいと思っております。

看護師 真保すみえ

入職して1年「今思っている」を聞きました  
入職当時は、あれこれと覚えなくていいので精一杯でしたが、1年たった今、いじりも遣うことも気が付けるようになって、少しでも衛生を保てるよう、掃除なども積極的に出来るようになってきたと思います。利用者さんに美味しい食事を提供できるように、日々努力していきたいです。

調理師 小峯京介

栄養管理室の秋レピ  
お家で作る秋津の味 No.02  
きりこんぶ  
切昆布の炒め煮



祝うべきめでたい日に  
食卓を飾った昔ながらのお惣菜

めんつゆを使った  
簡単レシピ  
白いご飯に合う

材料4人分

刻み昆布	20g
人参	80g
油揚げ	20g
白滝	80g
さつま揚げ	60g
油	小さじ1
めんつゆ	大さじ1と1/2
水	200cc

作り方

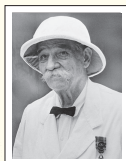
- 1 刻み昆布は水でもどしておきます
- 2 鍋に油をひいて、中火で人参を炒めます
- 3 2に水を入れて人参を煮ます
- 4 人参が5分ほど煮えたら、残りの材料とめんつゆを入れます
- 5 蓋をして、水分がなくなるくらいになったら出来上がり



①煮すぎると昆布が崩れちゃいます  
②大豆・大根・竹輪などを入れても美味しく出来ますよ

ポイント

昭和38(1963)年  
シュバイツァー博士のこと  
Encouragement from Dr. Schweitzer



左から通訳さん・エックルト夫人・草野時治・草野熊吉

秋津アーカイブ 20

古い写真や文献の中から、もう一度見ておきたい、読んでおきたいものを掲載します。

昭和38(1963)年、世界の偉人「シュバイツァー」博士(1875-1965 ドイツ)から援助を得た時のことです。シュバイツァー博士はアフリカでの地域医療に尽力したノーベル平和賞受賞者です。

日本で重症児の世話をしているが、なかなか理解されない、と言う話を人づてに聞いていただき、私は行けないからと、お金を娘のエックルト夫人に持たせて、送ってこられました。それには、直筆のメッセージも添えられていました。

シュバイツァー博士の激励は、心の大きな支えとなり、秋津療育園の今日への礎となっています。

(昭和58年発行 秋津療育園25年のあゆみ われよわくとも より)

ご寄付 山本鐵子様・目白教会日曜学校様(新宿区)・高橋真千子様(松戸市)・ひかり幼稚園 若葉会様(茨市)・阿部俊子様(大分県)・和田 真様(杉並区) 石神井教会様(練馬区)・八百忠 小山五郎様(東村山市)・女子聖学院様(北区)・大和田康子様(江東区) 従業員一同、深く感謝申し上げます。どうぞ、今後もお力添えのほどよろしくお願い申し上げます 社会福祉法人 天童会

編集後記 天候が変わりやすい季節がやってきました。この時期、雨雲が近づくと頭痛や体の不調などの症状、俗にいう「天気痛」に悩まされていませんか? 天気痛は内耳の血流が悪くなって、自律神経に影響していることが少なく無いようです。そんな時は、ぐるぐる耳マッサージが効果的。親指と人差し指で両耳を軽くつまみ、上下横にそれぞれ5秒ずつ引っ張る。耳を横に引っ張りながら後方向に回すなどマッサージします。効果あるそうです。試してみてくださいね。(池田 雄)

あきつ 第634号

E-mail: jimukyoku@tendoukai.net  
HP: http://www.tendoukai.jp  
発行人/飯野順子  
発行/年4回1・4・7・10月発行

