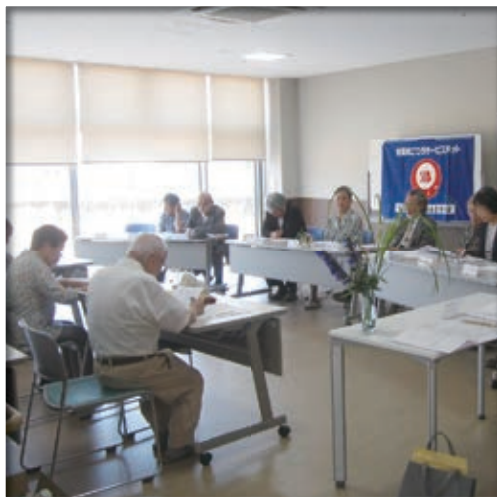


まごころだより 高松

発行所 まごころケアサービス 高松センター

〒761-8052 高松市松並町802番地1 TEL 087-865-8001 FAX 087-865-8039 E-mail magokoro@hyper.ocn.ne.jp URL http://cho-jyu.info/

印刷所 株式会社成光社 〒760-0065 香川県高松市朝日町5-14-2 TEL/087-823-0222



令和元年度
NPO 法人 長寿社会支援協会の総会



事務所にある梅の木より
かわいいプレゼント



まごころハウスですてきな
ハスの花が出来ました



令和への思い

NPO 法人長寿社会支援協会

理事 森 ちさ子

平成から令和へ： 令和の元号にもな
んとなく馴染んできた昨今、毎日のよう
にいろいろな事件が報道されている。

高齢者による交通事故、私も古希を迎
え心中穏やかではないが、まだまだ運転
したい。自慢ではないが自分の運転
技術は決して誇れるものではない……と
常々おもっている、いや言い聞かせてい
る。バックでの車庫入れは、夫と息子が
見て首を傾げて笑う。気をつけよう！を
心にとめて運転している。

ある一部の人による児童への殺傷事
件、又父親が自分の手で息子の命を絶つ
事件等々、コミュニケーションの不足か
社会に適応できない心の問題か、考えさ
せられる事件ばかり。

親もいつか老いていく。頼む、世話
になる〴〵と素直に言える心。そして自然
に寄り添ってくれる子供との親子関係を
築いていきたいものである。

令和の時代が安堵できる世の中であっ
てほしい。

目次

● 令和への思い	1	● 会員の唄	3
● 各部会だより	2	● 平成 30 年度 特定非営利活動法人長寿社会支援協会	3
居宅支援事業所	2	● 会員だより	4
まごころサービス	2	● 新任のご挨拶	4
訪問介護	2	● 新入会員	4
まごころ長尾	2	● 編集後記	4
まごころ寒川	2		

各都会だより

居宅支援事業所

「援助を必要とする」とは本当にいろいろな形があり、御一人ひとりが全て異なった支援を必要とされていると聞いていいでしょう。

娘夫婦が同居している高齢者が家族の都合優先でデイやショートを利用させられ、日中自宅で過せない。

一人暮らしで家事等は何とかできるが、足の痛みですぐ近くのATMや役場にでかけられない。

90歳を超えて50代の子供の世話をし、金銭と身体的負担が重い。

それぞれが自分の思いや生き様を受け入れつつ、目の前の事に援助を求められています。

「独り」でなく「互い」の手が何本も差し伸べられたらと思います。



まいつるサービス

令和、新元号が発表されました。飛鳥時代から276の元号があると聞きびっくりしました。

ご利用者様は、大正、昭和、平成、令和とまたいでいることが本当にすごいです。

平成もいろいろとありました。災害の多い時代でもありました。

新しい時代の幕開け、平和にと願うばかりです。



訪問介護

熱中症予防のために

暑さを避ける

室内では：

- ・扇風機やエアコンで温度を調節
- ・遮光カーテン、すだれ、打ち水を利用
- ・室温をこまめに確認

・WBG T値※も参考に

外出時には：

- ・日傘や帽子の着用
- ・日陰の利用、こまめな休憩
- ・天気の良い日は、日中の外出をできるだけ控える

からだの蓄熱を避けるために

- ・通気性のよい、吸湿性・速乾性のある衣服を着用する

- ・保冷剤、氷、冷たいタオルなどで、からだを冷やす

※WBG T値…気温、湿度、輻射（放射）熱から算出される

暑さの指数

運動や作業の度合いに応じた基準値が定められています。

環境省のホームページ（熱中症予防サイト）に、観測値と

予測値が掲載されています。
こまめに水分を補給する

室内でも、外出時でも、のどの渴きを感じなくても、こまめに水分・塩分・経口補水液※などを補給する。

※水に食塩とブドウ糖を溶かしたもの

「熱中症」は、高温多湿な環境に長くいることで、徐々に体内の水分や塩分のバランスが崩れ体温調節機能がうまく働かなくなり、体内に熱がこもった状態を指します。屋外だけでなく室内で何もしない時でも発症し、救急搬送されたり、場合によっては死亡することもあります。

熱中症について正しい知識を身につけ、体調の変化に気を付けるとともに、周囲にも気を配り、熱中症による健康被害を防ぎましょう。

熱中症の症状

○めまい、立ちくらみ、手足のしびれ、筋肉のこむら返り、気分が悪い

○頭痛、吐き気、嘔吐、倦怠感、
虚脱感、いつもと様子が違う

重症になると

○返事がおかしい、意識消失、け
いれん、からだが熱い

まじろ長尾（長寿閣）

長寿閣は古きよき豪邸。静かな日
本家屋の趣を保っています。日本庭
園を眺めながらその中の部屋々々を
ご利用頂き、御自分の生活をおくっ
て頂けるよう支援させていただいて
います。

4月には男性の利用者がここで最
後を迎えられました。まだまだお元
気でと思われましたが、その時は突
然来しました。長寿閣やまごころ皆で
「お別れ会」を行いお送りさせて頂
きましたが、お声が聞こえなくなり
寂しくなりました。

その気持ちを払拭するように5月
からは新しいスタッフを迎えること
が出来ました。

「早く仕事を覚えて頑張って行き
たいと思います」
という湊光二さん。皆さん宜しくお
願います。

まじろ寒川（あかりの里）

心を通わす

先人は云う「禍福は糾える縄の如
し」。とまことにこの世の中、長い
人生の歩みの中には、良いこともあ
れば、悪いこともある。うれしいこ
ともあれば、悲しいこともある。そ
して良いと思ったことが実は悪く
て、悪いと思った事が実はよくて、
つまりあれこれと思いまどうことは
何もなく、初めから素直に謙虚に
歩んでいければそれでよかったと、
人の知恵の浅はかさに、今更のよう
に胸打たれることがしばしばある。
心は閉ざし、人はへだて、心と心
とが通い合わない姿からはお互いに
協力も助け合いも生まれては来な
い。心を開かない孤独の人々ばかり
になるであろう。

有為転変のこの世の中、良い時に
も悪い時にも、いかなるときにも素
直に謙虚に、お互いに心を通わし、
思いを相通じて、施設の利用者様た
ちと協力しあってゆきたいもので
す。

会員の唄

連休川柳。幸運の長寿
大壽苑唐淑義一
九十二歳の老翁
春尊
連休と掛けて
川柳と解く
心は改元を欣ぶ
秋尊
令和と掛けて平成。桜花と解く
心は未来の令花
咲く咲く三拍子
令和元年五月五日

令和来て 過ぎゆく人生 なごりおし

中原 君子

令和元年度 特定非営利活動法人長寿社会支援協会通常総会

通常総会が41名の参加により令和元年5月25
日午前11:30から特別養護老人ホームサマリヤ
1階にて開催されました。

午後からはNPO法人移動ネットおかやま
の横山和廣先生をお迎えして、生活交通の現
状と仕組みの講演をしていただきました。

私たちの身近にある現状と課題をしつかりと
受け止めお互いに助け合える社会にしていきま
しょう。



会員だより

辻 進

最近よくトシ（年齢）を聞かれる事があります。

そんな時、真面目に答えていたのでは、面白くないので、ちよつと、イタズラ心と、茶目気をだして、こう返事します。

「西暦1935年、昭和10年7月26日生まれの、トウネントツテ（10年引いて）満74歳（実は84歳）の独身です。家にいるときは、這いはい（四つ這い）壁、食卓などにつかまつての、ツタイ歩き（ヨチヨチ歩き）。外出は、3本の足か4本の足で（1本の杖か、両手で2本の杖をつき）散歩を楽しみ、時折近所の若いお年寄りと、サイホンかドリップでコーヒーを煎れ、飲みながら、昔の若い頃の想い出を話し合い楽しんでおります。

生活は、現在チホウとニンチ（痴呆と認知症）ですが昔、県関係の仕事をしていたので、御上のほどこし（年金）を頂き、細々と食いつなぎ、ゆうゆう自適の日々を過ごしています。

このように答えていると、満75歳が今の年齢のような気持ちになり、若く、楽しい日々が過ごせます。ヘッヘッヘへへへ……。

昔の格言「気は心」まさにその通りだと思えます。

紫雲山に巣食い、お年寄りを煙に巻く ヒゲのツジ衛門 独り言

新任のご挨拶

何度目かの着任ご挨拶をさせて頂きます。

4月から居宅介護支援事業所の方を担当させて頂いたばかりになりました。福家茂雄と申します。宜しくお願ひ致します。

介護の世界に足を入れて30余年を過ぎ、私の年齢も介護スタッフよりも利用者に近くなり、家族は同世代という状態になりつつあります。

いつの間にか高齢者の仲間入り。定期預金の勧誘に來たとき10年物国債なんてとんでもない。3年物の定期に躊躇してとうとう普通預金。

夏の暑さも冷たいカキ氷より麦茶が心地よい。それでも、ガラケイからスマホに機種変し、子供達のゲームソフトと睨めっこ。LINEの仲間入りもしようと頑張っています。

どうか今後共皆様応援宜しくお願いします。

介護支援専門員

福家茂雄



新入会員

（令和元年6月現在）

11292	汐先	政子
11293	菅原	淳子
11294	大山美	千子
11295	福井	正夫
11296	松村	京子
11297	山内	俊明
11298	南	豊弘
11299	野町	紀元
11300	松本	利子
11301	木田	緑子
11303	湯浅美	智子
11304	大林	恭子

編集後記

♪今は山中 今は浜 今は鉄橋渡るぞと 思う間も無くトンネルの闇を通って広野原…とガイドさんが歌われた後、この「広野原」はこの辺り双葉郡広野町を指すんですよと説明され、高速道路の標識の「広野」の文字が後ろに流れていった。

福島県二本松市（まごころケアサービス二本松センター）での日本ケアシステム協会総会が、心を尽くされた暖かいおもてなしの中で開催された後、東京電力福島第一原子力発電所の見学に向かう途中のことでした。広い田畑の真ん中に建つ人の住まなくなった大きな住宅、シャッターの閉まった商店の傍らをバスは原子力発電所に向かって走ります。この広野町も8年前の原子炉爆発の被害が大きく及んだことが想像されます。豊かな自然の中、この歌にこめられている福島の高く青い空、緑豊かな安全なふるさとに戻りたいという強い思いを、私たちも全国に伝えていかなければと思った大会でした。