

まごころだより 高松

発行所 NPO法人 長寿社会支援協会(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



萩



イチジク



コスモス

「コスモス」

NPO法人長寿社会支援協会

会長 兼間 道子



敬老行事で施設のお年寄りへ抹茶を振舞うのが決
め事。お祝いの宴会場でのこと、日中サービスに30
年以上前から利用しているAさんの言動について考え
込んだ。

Aさんは、サービスを利用しない日は、自宅で華道
を教えている。元気な頃は、大勢の門下生を抱えて積
極的に展示会などを開催していた。周囲から尊敬の眼
差しで頼られる存在で、さまざまな行事などでは職員
へあれこれ講釈するのが通例だった。

Aさんへ花瓶に刺した「コスモス」を指して「どう
でしょう」と尋ねると、いつもの自信に満ちた言葉は
ない。いつもなら花の由来を教えてと尋ねると得意げ
に延々、笑み満面で講釈したのに、今日の敬老行事で
のAさんは違っていた。活けた花の名前「コスモス」
が分からなくなって認知症が漸次、進行した模様だ。

老いはすべての生物に、当たり前前にやってくる。人
によって、さまざまな「老い」と「死」があり、その
都度、驚嘆する。すべての人が、絶対的に「終末」を
迎えることを突き付けられる。

わが身に問うてみる。これまでの生きざまの中で、
自分の意見を強引に通した苦い反省や、気づかないと
ころで傷付けてしまった人へ謝りたいと心底思う。こ
のまま時期を逸して、さらに認知症になったら、その
機会を失ってしまうかもしれない。

「お許しただければ幸いです」

● 目次 ●

●『コスモス』	1
●各分会だより	2
居宅介護支援	2
訪問介護	2
まごころサービス	2

有料老人ホーム あかりの里	3
●研修部	3
●脳トレクイズ	3
●会員だより	4
●編集後記	4

各都会だより

居宅介護支援

先日、地域包括介護支援センターから「男性で一人暮らしの方を『まごころ』で担当してもらえないか」との依頼があった。これから介護保険を利用するため、主治医に手続きの書類を依頼する段階だという。さっそく担当者と一緒にご自宅に訪問した。

ご自宅にお伺いすると、部屋中にゴミが散乱し、テーブルに食べ残しが散らかっている。驚くことではなく、よくあるパターンだ。本人は横になっているが、歩けるといふ。しかし、階段はすこし難しいかなと思われる状況だ。

そして、かなり難聴のようで耳元で大きな声で話さないと聞こえない状態で、認知機能も少し衰えているのか会話がうまくかみ合わない。しかし、なんとかお話し合いをするなかで、この男性のこれまでの状況などが徐々にわかってきた。

30年ほど前の阪神・淡路大震災で被災し、高松市の県営住宅西春日団地に避難してきたとのこと。当時、すでに現役の職業からは引退していたらしいが、まだ若くてお元気だった

た彼は、県営団地の役員などを引き受け、地域でボランティア活動を行う中心的な一員として活動されていたようだ。

近隣の社会福祉法人「サマリヤ」などの活動も支えてくれていたらしい。これからは、ご利用者の一人として「サマリヤ」と「まごころ」が支えていければと思う。こうしてめぐりめぐる関係が続いていくのだろう。



訪問介護

毎月1回の受診に付き添う「通院介助」をさせていただいているご利用

用者がいます。私達の目には、ご自分でなんでもできるお元気な方なので付き添いは必要なのかな、とも思いますが、ご家族の娘さんやお嫁さんから見ると95才と高齢なので、お母さまが一人で行動されることを心配され「ついて行ってもらったら安心」とのことでお世話させていただいています。

このご利用者、先月「基礎検診」で血管年齢も調べてもらったら「73才です。」とのこと。ご本人も私達も驚きでした。以前お元気の秘訣をお聞きしたことがありましたが「自分のできることは何でもする。好きなことをしたい時にする、できないことは無理にしない、でも特別なことはしない普通の人が、自慢するようなことは何もしていない」と謙遜されていました。

でも、ヘルパーさんらによると、ときどき自宅前の掃き掃除をしたり、新聞のコラムをノートに書き写したり、毎週、曜日を間違えず決められたデイケアなどの日程をよく覚えていて規則正しい日常生活を送られているらしい。

また、何事にも興味があり、特に新しいことには強い興味を示し、新聞広告などで読みたいと思う本などがあればすぐ取り寄せて読んでしま

うそうです。その人の生き方、生活スタイルが作り上げている20歳若い血管年齢に、なるほどなーと感心した次第です。どうか、いつまでもお元気で、とお祈りいたします。

まごころサービス

9月も終わりに近づき、やっと秋らしくなってきましたが、皆様はこの暑い夏をどのように過ごされましたでしょうか。

さて、今年95歳になられる利用者様で、以前当事務所の訪問介護事業所「まごころ」でヘルパーをされていた方がいらっしゃいます。1週間に一度デイサービスに通い、それ以外の日は今でも畑に出て、野菜を作



り、草抜きをされています。私が訪問した9月の始めも、「今、草抜きから帰ってきたところ」と話され、汗を沢山かいておられました。毎日、お元気で過ごされていますが、ご本人がおっしゃるには、「まごころでヘルパーをしていた15年間の私の華だった」と、懐かしく、当時の思い出を語って下さいました。

有料老人ホーム あかりの里

今年の夏は本当に格別の暑さでした。入居者の皆さまは週に2日、施設からデイサービス利用のため外出し気分転換をしながら、施設内では、たまにみんなでトランプやゲー



ムで頭の体操をしたり、手足を伸ばすストレッチ運動を頑張ったり、とそれぞれお元気で過ごしています。7月のはじめ新しくお一人の方が入居されました。85歳の男性の方ですがとてもお元気で、すぐ皆さまの輪の中に溶けこみ仲良く過ごされています。

あかりの里では9月14日、入居の皆さま方の長年にわたるご活躍に感謝するとともに、ご長寿をお祝いしてお食事をいたしました。さぬき市からの助成もいただき、いつもより豪華なお食事に皆様にこにこ顔でとても大喜びでした。

当施設のまわりは自然がいっぱいで、時々お猿さんたちも出てきますが、これからは美しい紅葉が見られ



るので楽しみです。また、この暑かった夏のせいでしょうか果物が甘く、お米も豊作だと聞いています。

今後とも入居者の皆さまにはどうか夏の疲れが出ませんように、と気を付けて見守りを続け、お元気で楽しく暮らせますようにと願っています。

研修部

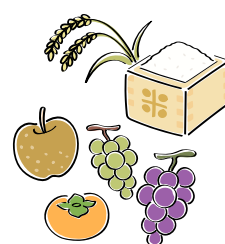
介護福祉士実務者研修

介護福祉士の国家試験に必要な実務者研修を実施しています。現在、令和7年6月と9月入校コースあわせて6名の方が受講中です。

途中で7日間のスクーリング授業が座学ですが、基本学習は通信方式で無資格者は6か月、介護職員初任者研修終了者は4か月間自宅で学習のうえ、レポートを提出して合格すれば修了となります。介護職としてのスキルアップのため挑戦してはいかがでしょうか。

毎月受講生を募集中で、受講料については県の支援制度があります。詳しくは左記までご連絡ください。(ラポールカレッジ)

☎ 087-815-0760



福祉有償運送運転者講習

公共交通機関の利用が困難な方たちの移動を支援する運転手を養成する講習会で、研修の修了者は2種の運転免許がなくても営業車両以外の車両を使って移送サービスの担い手として活動できます。

最近、移送サービスの担い手として事業を立ち上げたいとしている団体が多く、先般開催した研修会には多数の方が参加されました。興味、関心のある方はご連絡ください。「まごころ移動サービス」も行っています。通院や買い物などでお困りの際はお声がけください。(まごころケア高松)

☎ 087-865-8001

脳トレ

昭和の名曲「上を向いて歩こう」の歌詞が四角い枠の中に12個、含まれています。全ての字を使い、それらを拾い出してみましょう。

な	の	し	せ	つ	の	ら	う
ひ	ひ	み	げ	ひ	え	い	す
の	み	お	ち	く	か	ひ	き
る	だ	な	っ	も	ほ	げ	え
は	そ	し	ぽ	の	し	の	つ
あ	か	あ	り	う	の	だ	の
き	な	わ	と	も	か	の	の

○ ○ ○ ○
○ ○ ○ ○ ○
○ ○ ○ ○ ○
○ ○ ○ ○ ○
○ ○ ○ ○ ○
○ ○ ○ ○ ○
○ ○ ○ ○ ○
○ ○ ○ ○ ○

会員だより

繋がり

先日、かつて勤めていた訪問介護事業所「まごころ」(長寿社会支援協会のこと)の方が自宅を訪ねてくれて、介護の大先輩として、これまで長年福祉の仕事にかかわり活躍してきた中で、思い出に残ることなどを書いてほしいとの依頼がありました。

わたしなど、何も書くようなことはありませんが、縁あって60歳手前から30年以上にわたり長年介護福祉のお仕事にかかわり、働かせていただきました。

途中で交通事故にも遭遇し、困難な時期もありましたが、この間多く



の人にかかわり、多くの人の人生を見て、体験させて頂きましたが、同じ人生は一つありませんでした。そして多くのことを学ばせていただきました。

私も残る人生を、これまで学んだことを心にとめ、生きていきます。ありがとうございます。

自己体験記

ある朝突然膝の痛みを覚えしました。え！老人性膝関節症になった？そういえば先日「後期高齢者医療資格確認証」が届いたばかりです。慌てて整形外科を受診、医師からは一言「たいしたことはないですね。」しかし、歩けないほど痛いのは私ですが……。

足を引きずるように歩いて、驚いたのは市役所。片足不自由な人間にとってあの駐車場の広さ、階段、各担当課までのフロアの広さは殺人的な距離です。家に帰ると、「普段の家事は手伝って。リハビリ、リハビリ」との言葉。日常の生活は少し体調不良になると、かくも負担のかかるものかと思わされます。

ご利用者に向かって「動かないと動けなくなりますよ。」なんて安直には言えないと痛感しています。



クイズの答え

なみだ	はるのひ	かなしみ
しあわせ	あきのひ	なつのひ
おもいだす	そらのうえ	くものうえ
ほしのかけ	つきのかけ	ひとりぼっち

編集後記

猛暑の続くこの夏も少しづつ翳りを感じるようになったが、大気が不安定だとい、雷、突風、竜巻、大雨といつまでも気の許せない日が続く夏だった。皆様、秋の気配を感じていらっしゃいますか。

少し前声を出して笑うことで免疫力アップと話題になり、いつも笑顔でいようと心がけていたが、最近は何となく3本しわをよせうつむくことが多い毎日になっていた。

先日友達に声をかけてもらって81歳を先頭に77歳、74歳のサンバば会議に参加した。とりとめもなく思いつくまま、ちよつと嫁への不満も口にし、近い将来誰かの支えが必要になった時の生活拠点はどこになるかの話題でもりあがった。

若いころは年老いたら子供たち家族と同居して暮らすことも選択肢の1つであったが急速な環境変化も手伝って現実味を持ってなくなった。これからの介護保険を使って自宅で暮らししていくことがどこまで可能だろうか。

皆で話す機会があれば声をかけてください。

