

まごころだより 高松

2026年春号
令和8年4月1日発行

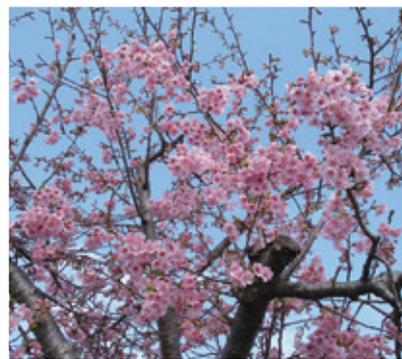
発行所 NPO法人 長寿社会支援協会(まごころケアサービス 高松センター)
〒761-8052 高松市松並町802番地1 TEL 087-865-8001 FAX 087-865-8039 E-mail magokoro@hyper.ocn.ne.jp URL http://cho-jyu.info/
印刷所 株式会社成光社 〒760-0065 香川県高松市朝日町5-14-2 TEL/087-823-0222



梅



ひな人形



桜

春色の季節をゆったりと

NPO法人長寿社会支援協会

理事 松本 あゆみ

冬の勢力と春の勢力が行ったり来たりとせめぎあうこの時期、草木が芽吹く美しい季節である一方、昔から木の芽時(このめどき)とも言われ体調を崩すことも多い三月から四月。寒暖差などで、頭痛やだるさ、食欲不振など思わぬ気分の落ち込みが出てくることがあります。頑張りすぎないで、心身共にゆったり、のんびり過ごす時間を大切にしたいですね。

例年、この時期になると「ソメイヨシノ」の桜前線が日本列島を駆け上ってゆきます。今年の開花は、西日本は平年並みか早く、東日本と北日本では平年より早いとの見込みで、今のところ気象台の標準木での開花予想の全国トップは高知県の3月15日、続いて福岡、名古屋などが予報されています。いずれにしても、この会報がお手元に届くころには、日本列島花盛りでしょう。

また、今年はこのほかスギ花粉の飛散量が多いとのこと、花粉に悩まされている方々もおられることでしょう。春色に染まる季節を感じながら今しばらくは日々関わりあうおひとりおひとりの様子を確かめながら無事に乗り切りましょう。



● 目次 ●

- 春色の季節をゆったりと 1
- 各部会だより 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

- 世界で最も美しいアリーナ 3
- 脳トレクイズ 3
- 新任のご挨拶 4
- 会員の唄 4
- 編集後記 4

各部会だより

居宅介護支援

認知症の方への支援に当たっては様々な方面からのアプローチが必要だと思う。医療健康面、生活活動面、精神心理面などが、同時にご本人の趣味や嗜好、生活歴、またご家族の状況等の情報を把握しておくことも大切なことだと感じている。

・お一人暮らしの方なので、健康面で最も関わりの大きな「食」について気を付けているご利用者がいる。ご本人は「食べた」とはいうが、いつ、何を、どれぐらい、などはご本人にもはっきりとわからない場合がある。電気釜の底に残っているご飯の色形や艶などで今日のか、昨日のかを判断したり、台所の調理器具や食器類の置き方や食器が乾いているか、濡れたままかななどを参考に推測する。

施設などで時間通り食事の提供がされている場合でも「私だけ食べさせてくれない」「さつき食べたばかりでしょ」との会話が食事のたびに起こり「食べた、食べない」で人間関係や日常生活のストレスに発展する場合があり厄介な「食」問題だ。
・右見て左を見たらもうさつきの出

来事を忘れているほど強度の記憶喪失のご利用者が預金通帳を紛失した。さつそく通帳の再発行をしたところ無くなったと思っていた通帳が出てきた。しかしご本人は、紛失していた通帳と再発行した通帳との残高が異なると合点がゆかない。

紛失時点から再発行まで相当の期間があったので、その間の光熱費などの引き落とし分と予想されたが、ご本人のどうしても知っておきたいとの希望で、不安解消のため、様々な方のご協力を得て、紛失していた期間のお金の流れの「記録証明書発行手続き」を行うこととしたが、書類ができるのは1〜2週間さきのこと。それまでこの事態を覚えておられるか心配だ。

・認知症の方への援助に係わる者として常に考えさせられる言葉に「ご利用者本人が言った」「ご本人の希望だ」ということばだ。ヘルパーが訪問したが「自分で掃除するからいい」とご利用者が言った、それをそのまま受け入れ掃除をしないで帰るか、この人は認知症という病気だからとその言葉に逆らって掃除を実行するのか。

確かに「散らかっているから」は

一般的な第三者の感覚であり、ご本人の思いとは異なるかもしれない。でも部屋中が散らかっているのは転倒のリスクにもつながるし、屋外であれば他者の迷惑となる。それをご本人が望んだからと言ってそのままではよいのか。認知症という病気で十分な判断もできないからとその発言を無視してよいか。皆さん、どう判断されますか。ご利用者の言葉の奥にひそむ心底の希望は何なのか、ご本人にとって最もふさわしい正しい選択はなにか、探り探り悩み考える日々が続いている。



訪問介護

今回はAさんについて皆様にも一緒に考えていただきたいと思えます。Aさん（女性）のお年は50代半ばでお一人暮らしです。最初はお電

話で部屋の掃除をしてほしいとのご依頼でした。

お伺いすると部屋いっぱいには散らかっています。しかし、いざ片付けに取り掛かろうとすると「自分でやるからいい」と。どうやら話を聞いて欲しかったようで、1時間のサービス提供後、帰りには利用料を現金で払って頂きました。

その後、今度は時々「移送サービス」をご利用になるようになりました。Aさんは子供のころから脊柱管狭窄症と診断され、医師から「治らない」と言われたそうで、年を重ねるごとに少し歩くだけでも痛みが出るようになりました。

精神的にも不安定で精神内科にも通っているそうです。独り暮らしでもあることから「障害」の自立支援の方向からもヘルパーの訪問を検討してはどうか、と手続きを考えていただいています。がなかなか事態は進んでいないようです。今後、Aさんにとって精神的にも身体的にも不安なく日常生活が続けられるよう支援ができたらと思うのですが…。

まごころサービス

お買い物

若草が萌えたたち春も深まってまい

りましたが皆様いかがお過ごしでしょうか。長年私どもの「まごころサービス」をご利用者いただいているY様、介護保険も利用されているが、週に一度まごころサービスのヘルパーさんと近くのスーパーマーケットへ車いすでお買い物に出かけます。



お一人では外に出られないので、週に一度のお買い物も心待ちにしています。お弁当、パン、惣菜などの買い物はしますが、なによりも一番の楽しみはビールをかうことだそうです。いつまでもお元気でとお祈りいたします。

有料老人ホーム あかりの里

施設の利用者様が数十年見つめてきた瞳をいっぱいに見開いて、不自由なことばで訴えてくる。そんなに



頑張らなくても、我々職員としては十分把握していると思っただけでもその真剣さに、思わず耳を傾ける。ゆっくと微笑みながら、おおよさなほどの相づちを打てば、いよいよ利用者様は真剣である。そんなやり取りの中から、利用者様の訴えのなかに、ふと心を打つ言葉が飛び出してくる。

そして十分承知していると思っただけが付き、長い間生きて来られた人にはかなわなないか、と苦笑しつつも、利用者様の言葉が心にしみる。

この共同生活を穏やかに進めるためにはいろんな心配りが必要だが、中でも大事なことは、お互いにまわりの人の長所と欠点とを、率直な心でよく理解しておくことだ。そしてその長所を、出来る限り発揮させてあげることだ。

人を助けて自分の仕事が成り立ち、また人に助けられ自分の仕事が円滑に運んでいると思う。

世界で最も美しいアリーナ

昨年春号の巻頭言で佃理事様から「アート県香川の新名所」として紹介のあった香川県立アリーナ（あなぶきアリーナ香川）が国連教育科学文化機関（ユネスコ）の「世界で最も美しいアリーナ2025」ベルサイユ賞（最優秀賞）を受賞しました。このアリーナは、高松港やJR高松駅に隣接したサンポート地区に建設されたもので、人形劇「ひよっこりひょうたん島」を思わせるひょうたん型をした真っ白の斬新なデザインとなっております。

ベルサイユ賞とはユネスコで創設された建築賞で、カテゴリーごとに世界の優れた建築物やインテリアを表彰するものです。カテゴリーは2025年の場合、美術館、ホテル、レストラン、学校、空港、店舗・百貨店、旅客駅、アリーナの8部門でした。当アリーナは「世界で最も美しいアリーナ2025」6施設にノミネートされ、昨年12月にユネスコ本部のパリで開催された表彰式においてベルサイユ賞（最優秀賞）を受賞

しました。

ベルサイユ賞審査機構によると、瀬戸内海を望み、高松駅や港に近接するこの開放的なアリーナから発するイメージが、既存の広場や公園、港を一体化し、街と海をつなげ、地域の空間を独自の景観へ変貌させている。

水上からも陸上からも見える調和に満ちた3つの建物は、水平線に浮かぶ小さな島々のシルエットを思わせ、柔らかくうねる一つの屋根の下でつながっていて、壁のない競技場は、観客席が柔らかな境界となり、社会的な交流を促進します。大きなピクチャーウィンドーに囲まれた建物は、あらゆる方向から自然光が降り注ぎ、新しく魅力的なスポーツ施設となっております、と紹介しています。

先日、開館1周年記念の公開イベントに行ってきました。真っ白の大

脳トレ

オリンピックが開催された場所を10か所作ってください。

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

ペ	シ	ん	ラ	と	ピ	イ	ン
リ	ド	オ	ジ	う	ヨ	ン	ー
ア	キ	ン	ー	キ	ン	ロ	リ
テ	ニ	ト	ン	よ	チ	ロ	ル
ネ	ー	デ	ヤ	ネ	ヤ	ソ	ベ
バ	ア	ク	バ	ウ	タ	ド	

きな二つの卵型ドームのアリーナに
圧倒され、様々な設備を見学してき
ました。これからは各種イベント会
場はもとより、高松港入港の際のラ
ンドマークとして親しまれてきた、
高松城や高松シンボルタワーと共に
あらたなランドマークとしての役
割をも担うことになるのでしょう。



■ 新任のご挨拶

この度3月1日から「まごころ居
宅介護支援事業所」に介護支援専門員
として就職しました行成輝見です。

私は、これからも利用者様の望む
暮らしが実現できます様、医療・介
護・福祉の諸制度を活用してご支援
して参ります。

皆様方のご支援・ご協力を賜りま
すよう心からお願い申し上げます。

行成 輝見

■ 会員の唄

銀木屋の彼方に向かって

小西 路

あなたは何故生まれたのですかと
尋ねられる。

探して捜してただただたたき続け
るのに

しかしどうしても もう一筋が浮か
んでこなかった

誰にといてもなく 速達を
遠く広い所へと届けてみよう

私は、いつ何を紛失してしま
いかもそのままになつていたので
ろうか

長い長い間に失つていたものは
あるきつかけの出来事の記憶だった。

それが、ある日突然に
しかし 反面において 突然でなかつ
たかのようにして

そのことを思い出した。

その時癒された

今は 長い年月において 耐え続け
てきたことを

尋ねながら、前に
向かつて歩んでゆ
こうと思つている。



まごころサービスのご利用者、中
村和子様は15年程前から短歌を趣味
にされ、歌人の佐藤東子様が主宰さ
れる歌集「青風」に掲載されていま
す。今回、短歌3首を投稿していた
だきました。96歳
となられた今も、
依然創作意欲は衰
えず、日常生活の
中で何時も題材を
考えておられます。



中村和子様の短歌

● 古い人の来りて押さるる車椅子
押す人見ればそも老ひし人

● 惜しみつつ幼くれたり握り締め温みに
染みし紅き金平糖

● 飛行機の爆音背に聞き草を引く
見上ぐる空に筋雲残り



クイズの答え

- アテネ ベきん
シドニー ロンドン
ベルリン とウキよ
アトランタ
ハノクーバ
ピョーチヤン
リオデジャネイロ

編集後記

春にはさまざまな事象が変
わる。卒業生が巣立ち初々し
い新人生が入学してくる。ス
ポーツ界ではスキーやスケー
ト等が幕を下ろし、野球やゴ
ルフ等が満を持して始まる。
地上では花々が咲き乱れ、虫
や小鳥が旅立ち新しい息吹を
感じる時期だ。

ただし、これらを満喫でき
るのは「平和」が大前提だ。
今世界の各地域で人間の最も
愚かな行為、戦争が行われて
いる。町は瓦礫の山、野原は
焼け焦げ、食べ物も足りず、
親や子を失い、友と別れ、自
らも傷を負い泣き叫ぶ。私た
ちには何ができるのか、一日
も早く争いのない日々の来た
らん事を平和の神に祈るだけ
である。