

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
印刷所 (有)久利印刷所 〒765-0013 善通寺市文京町4-9-23 TEL 0877 (62) 0281



キャリアアップ研修のようす

目 次

- はじめに 1
- ワーカーの手記より 2
- 各部会だより 3
- お知らせ 7
- 新入会員 7
- 入会のご案内 9
- 生と死を考える会だより 10

はじめに

NPO法人長寿社会支援協会

理事 佃 昌道

私は、香川に生まれ、暮らせることを大変
幸せに感じております。郷土の文豪菊池寛も
讃岐のことを「讃岐は、非常にまとまった国
である。地勢から云っても割然とした一国を
なしている。歴史的に云っても相当な遺跡が
あるし、風光の上から云っても多すぎる位の
配布を貰っている。古来からの人物も、異色
のある数人を出している。その上、気候温和
にして、人情も中庸を得ているし、交通も便
利であるから郷土として、我々は申し分のな
い所に生まれたと云はなければならぬ。」
と絶賛しています。讃岐を愛す人々の多く
は、日本初の国立公園の指定を受けた瀬戸内
海に魅了される人が少なくないのではないで
しょうか。

今年は、備讃瀬戸に宇高連絡船が就航して
100年を迎えるそうです。連絡船といえば、デッ
キで海風にふかれて食べるうどんは格別のあ
じでありました。この連絡船うどんが転勤族

次ページにつづく

ワーカーの手記より

四季折々、桜、つつじ、紫陽花と美しい庭園、旧庄屋の長寿閣、ここに九十五歳になられるKさんがおられます。御夫婦で入居され御主人は数年前長寿閣で百歳余りで天寿を全うされました。あるヘルパーさんの腕の中で静かに息を引き取りました。

どうし、年も四十歳と若く赤ちゃんが産まれたなど笑わせてくれます。男性ヘルパー達にはしつかり甘えます。疲れると心配する程ぐっすり眠ります。御主人の様にここで天寿を全うされる事でしょう。ワーカーの私も優しく暖かくこれからも接していきたいものです。

Kさんは二年前に虚血性大腸炎でさぬき市民病院へ入院され退院直後は飲み物食べ物などなかなか受けつけず、正直この夏を乗り切れるか心配したものです。車椅子で久しぶりに庭を散歩した時、〇〇子の庭、大きいな……と言われ庭をじつと眺めてました。少しづつ大好きな西瓜、金時豆、エンシユア・リキットで夏を乗り切り、秋冬春…と今現在に至っています。ワーカー達の暖かい愛情も勿論プラスされています。Kさんを見習わなければいけないのは、九十五歳で薬を全く服用されていない事。便秘なし、血圧安定、ただハイテーションになり昔の事を回想、一人二役してしゃべり



の思い出となりさぬきうどんの名を全国に広めたそうです。

前ページよりつづく

さて、本年7月からは瀬戸内国際芸術祭が瀬戸内海の7つの島と高松を中心に開催され、そのテーマは「海の復権」とし、高齢化が進む瀬戸の島々において現代アートの作家や建築家、ボランティアとそこで暮らす人々がアートを通じて共同して芸術祭を作り上げるそうです。このことが、新たな長寿社会支援に繋がれば幸せではありませんか。

長寿社会支援協会は、様々な角度から地域社会を中心に援助体制を構築し、各種の活動を進めてまいりますので、温かいご支援を頂きますようお願い申し上げます。



各部会だより

◆キャリアアップ研修の開催◆

長寿社会支援協会では介護職員を対象に、二月二十七日(土)、三月六日(土)、三月十三日(土)の三日間、介護職員のキャリアアップ研修を当協会の会議室において実施いたしました。研修の内容は、「介護技術」、「認知症のケア」、「古武道を生かしたからだの使い方」について外部から講師を迎え実施しました。三豊、丸亀、国分寺、屋島センターから七名の参加がありました。

なお、教材は、中央法規出版KK「新セルフチェック基礎介護技術」他を使用しました。

◆訪問介護員養成研修(二級課程通信方式)研修の開催◆

厚生労働省香川労働局から受託した「介護雇用管理改善推進委託事業」の一環として実施した地域福祉推進員セミナー(訪問介護員養成研修(二級課程通信方式)が平



成二十一年十二月二日から開催し、このたび平成二十二年三月十九日に閉講。受講生十八名の者が修了いたしました。

◆介護保険事業所(まごころ) 居宅介護支援事業

一月十二日早朝Sさんが亡くなったとの知らせを受けた。七十六歳だった。

平成三年自宅にて脳梗塞発症。〇病院に入院治療。後遺症として右上下肢片麻痺と失語症が残った。身体障害者リハビリテーションセンターに四年間通所し、以降平成二十一年十月まで在宅で過ごしてきた。日常生活の中で、見守りと介助を要することが多かったが、妻の介助以外は受け入れることが出来なかった。しかし妻は、着衣が出来なければ口でくわえて引き上げる、お箸が使えなければスプーンを巻きつけ、それでダメな場合は手で掴んで食べる、左手で文字を書く練習を続けることを言いつづけて、時間をかければほぼ一人で出来るまでに回復した。最後まで努力しても出来なかった事は、床面、低いソファからの立ちあがりと言語不明瞭な事だった。

私の従姉妹である妻の、かんしゃくを起して顔を赤らめ大声をあげるSさんに笑顔で「自分であるのが一番でしょが」とそつ



けない会話を目にする事があった。妻自身が変形性膝関節症で、人工関節の手術を受けている。週二回は、ちぎり絵を学び、プールで筋力強化をしつつ十九年間介護をしてきたことになる。葬儀を済ませ一人の生活になった妻は「これまでの長い介護の中、ちぎり絵に出会う事ができたから、うつにならないで過ごせた。これから外に出かける事が出来なくなっても、絵は残ると思っ

ているので、自分で楽しみを作っていこうと思っている。」と言う。年齢と共に、自分でできる範囲が少なくなり、医療と介護に深く深くかわらざるを得ない日々になるが、そのためにも元気でいたいと、仏様の前で話す従姉妹が力強く見えた。

辛うじてふたりで保ち来し

日々の平衡は 音もなく崩れゆく

—— 茂子 ——

◆まごころケアサービス部

人はどれだけの出会いと別れを繰り返して、一生を終えるのであろうか？ 昔から、一月は行く、二月は逃げる、三月は去ると言われるように新年を迎えるとあつと言う間に春が来る。三月は卒業、四月は入学、就職と別れと出会いを繰り返して行く。

その繰り返しが人生の勉強と生きている証だと思う。

私たち介護職の出会いと別れは少し寂しいものがある、別れがその方の終末だからだ、だがその方に関わることで、その方の人生が見えて、私たち介護に携わるものは

皆、人生勉強をさせていたただいている。有名な歌手の唄《時代》は別れと出会いそのものを歌っています。私はこの歌が大好きです。

私の孫はこの春に小学一年生、テレビでは、ランドセルや机などのコマシヤルを盛んにやっています、桜の花吹雪が舞う気分でウキウキです。若いっていいな――

私も小学一年生に戻りたいな、もう一度勉強がしたいな――

月日は確実に過ぎて行く、出会いを大切に、そして別れも……

自分を成長させてくれたことに感謝をして別れと出会いを楽しんで行くと思います。

まごころケアサービス活動実績 (H21.11 ~ 22.1)

	利 用 会 員 数	新 利 用 会 員 数	規 定 外 会 員 数	協 力 会 員 数	派 遣 会 員 数	活 動 時 間			A B C 合 計
						A	B	C	
11月	97人	3人	56人	592	639.5	192.5	322.5	1,154.5	
12月	97人	12人	62人	655	689	215	486	1,390	
H22 1月	104人	3人	57人	637	646	217.5	585	1,448.5	

※A：生活援助 B：身体介護 C：時間外

◆長寿閣だより

桜の季節です。いち早く春を運んでくれたかと思うと、突然、雪が迷いこんで降ったりと、慌ただしい変化に富んだお天気に、長寿閣の入居者もそれに合わせたかのように熱が出したりひいたり。

腰や足、身体全体が冷えて痛い、と泣いたり叫んだり…

かと思うと、陽気に誘われて歌を唄ったり楽しそうに話をし、笑って笑顔を見せてくれたり……

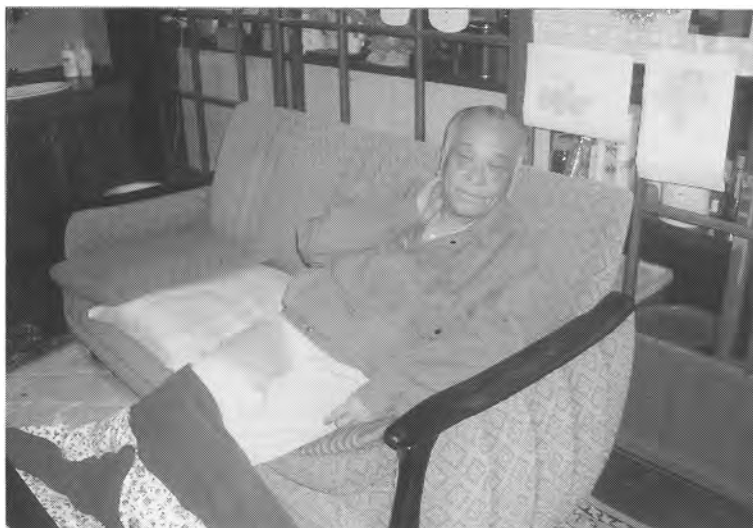
入居者も私たち職員も皆、毎日、てんてこまい……

広い庭の花達も色とりどりに咲いて、私達を和ませてくれます。同じように入居者の笑顔が何よりも嬉しく、励みになります。これから入居者との対話を大切に、呼びかけに応え、心を通わせることができるよう小さな力で、仲よく、大きく、元気でガンバリたいと願っています。



◆まぐいろう寒川あかりの里

まだ寒い日が続いていますが、あちこちには、早咲き桜が咲いていますこのごろです。最近では、利用者さんで風邪ぎみの方が二名いますが、元気で過ごしています。三月一日に勅使からFさんが入居され



ています。87才で、とても元気で毎日楽しく明るく皆様と過ごされています。デイサービスには喜んで参加されており、又利用者さんと口論になったり、頑固一面もありますが年齢的に知識も豊富でいろいろ教わることも有ります。職員一同、皆さんが心安らかに過ごせますようにしたいです。

◇ 生と死を考える会

演題「いのちを支える言葉」

一月三十一日（日）14時よりサンポー

ト高松にて、開局25周年記念で香川いのちの電話公開講座にて、ドキュメンタリー作家・評論家として活躍していらつしやる柳田邦男氏の講演があり、参加しました。

いのちの電話との関わりは、息子さんの死を体験されたことからでした。

その体験から、親が変われば、子どもも変わっていく。そのためには、本人が自分の可能性を自覚しないと、可能性を伸ばしていくことができると言われてました。

それには、思い合う言葉をかけてると、人生を変えられることができるので、素晴らしいと言われていました。

その一例として、親子で絵本を読むことがいいと話されていました。



巫女舞えり

久保尚子

十九のモーター持てる巫女の舞
会場沸かすロボットコンテスト

さか上がり二本の足が天を突く
少女の白き靴が光れり

香たつ生姜磨りたり釜揚げの
太きうどんをすすらんとして

武人なる西行の蔵鋒ぐいに入る
鍛えぬきたる線におののく

楼蘭の果てより吹かれ来り黄砂
安益の郡の岬にけぶる



平成 22 年度定時総会のご案内について

平成 22 年度定時総会を下記のとおり開催しますので、ご案内申し上げます。

総会の後、会長との懇談会を予定していますので皆様方、多数のご出席をお願いします。

なお、出・欠につきましては、同封の「返信はがき」にご記入のうえ、5月20日まで
に返送いただきますようお願いします。

また、欠席される場合には、委任状の欄にご記入いただきますようあわせてお願いします。

記

- 1 開催日時：平成 22 年 5 月 29 日（土） 10:00 ～ 11:00
- 2 会 場：長寿社会支援協会事務所 2 階
高松市松並町 802-1 電話：087（865）8001
- 3 議 題：平成 21 年度事業実績並びに決算報告について
平成 22 年度事業計画並びに事業予算について
役員改選について

新 入 会 員

（平成 22 年 2 月末現在）

【高 松 市】		1 0 8 1 5	宮 武 文 子
1 0 8 0 7	増 田 明 美	1 0 8 1 6	林 佳 子
1 0 8 0 8	池 本 睦 子	1 0 8 1 7	宮 脇 チヤ子
1 0 8 0 9	藤 沢 恵美子	1 0 8 1 8	兵 頭 良 知
1 0 8 1 0	末 澤 眞 文	1 0 8 1 9	菊 池 マサエ
1 0 8 1 1	小 原 秀 則	1 0 8 2 1	飯 田 順 彦
1 0 8 1 2	宮 武 行 吉	1 0 8 2 2	青 木 ハギエ
1 0 8 1 3	大 西 豊 子	1 0 8 2 3	武 部 定 信
1 0 8 1 4	門 田 勇		

料理

相性のよい組み合わせ

■白菜のミルクスープ

一人分	エネルギー	347kcal
	たんぱく質	11.9g
	食塩	1.7g



材料 (2 人分)

白菜	150g
むきえび	50g
長ねぎ	1/4 本
しょうが	少々
水	100cc
固形ブイヨン	1/2 個
牛乳	1 カップ
油	大さじ 1/2
A { 酒	大さじ 1/2
塩	小さじ 1/3
かたくり粉	大さじ 1/2

作 り 方

- ①白菜は1口大に切り、ねぎは斜めに、しょうがはせん切りにする。
- ②鍋に油を入れ熱し、ねぎとしょうがをいため、香りが出ると、えびを加え、さらに白菜を加えてさっといため、水とブイヨンを加えて煮る。
- ③②に A を入れ、白菜がやわらかくなると牛乳を加え一煮立させ、水溶きかたくり粉でとろみをつける。

メモ

- ・えびの代わりにハムやソーセージを使ってもよい。
- ・カルシウム給源になります。(カルシウム 165mg)

自然の甘みがいきる

■白菜のごまじょうゆあえ

一人分	エネルギー	46kcal
	たんぱく質	2.9g
	食塩	0.6g

材料 (2 人分)

白菜	200g
A { しょうゆ	大さじ 1/2
出し汁	大さじ 1
黒ごま	大さじ 1

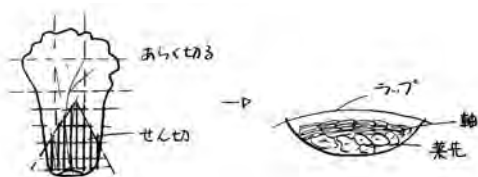


作 り 方

- ①白菜は葉と軸を別にし、図1のように切り、皿に図2の様に盛りラップをかけ、電子レンジ強に3分かける。
- ②Aを合わせ、黒ごまを指でつぶして混ぜ、食べる直前にあえる。

メモ

- ・白菜は熱湯でゆでそのまま冷ましてもよい。



入 会 ご 案 内

昭和 57 年 6 月発足した香川県老人福祉問題研究会はお陰様で発足以来 27 年を迎えました。その後平成 11 年 6 月には特定非営利活動 NPO 法人長寿社会支援協会の認証を受け介護保険事業にも参入し、高齢者、障害者などを中心に援助活動を展開しています。

会の目的を理解し賛同される方は、県内・県外を問わず誰でもいつでも入会できますので、入会いただけますようご案内申し上げます。

事業の概要

* 香老研事業（ボランティア事業）

- ・ 生と死を考える会
- ・ 電話相談
- ・ 会報発行
- ・ 研修事業
- ・ ホスピス研修

* まごころケアサービス

- ・ 家事援助
- ・ 身体介護

* 介護保険事業

- ・ 居宅介護支援事業
- ・ 訪問介護事業

* まごころ長尾（長寿閣）

- ・ 高齢者住宅
- ・ 通所介護（デイサービス）

* まごころ寒川（あかりの里）

- ・ 高齢者住宅

* まごころ志度

- ・ 高齢者住宅

* まごころ松並

- ・ 高齢者住宅

* 障害者自立支援法に伴う事業

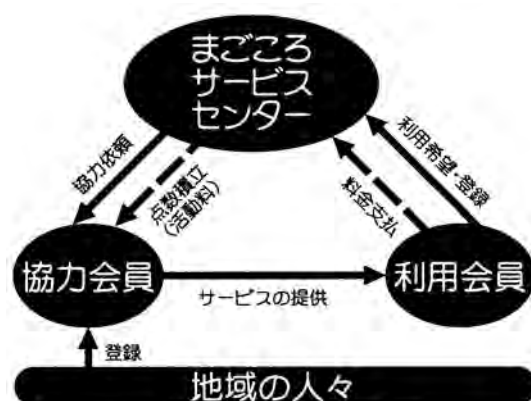
会員会費

個人会員	年会費	3,000円
団体会員	年会費	10,000円
利用登録料	初回のみ	1,000円

在宅福祉サービス事業利用料

① まごころケアサービス（交通費実費）

A	家事援助	1時間	1,000円
B	身体介護	1時間	1,000円
C	時 間 外	1時間	1,250円



タイムストック概念図

◎ NPO 法人日本ケアシステム協会（全国まごころサービスネット）

法人の母体である香川県老人福祉問題研究会が中心となって「まごころサービス」を実施している全国各地のグループとネットを組み、タイムストック（時間預託）を互換できるシステムを作っています。

生と死を考える会 (No.90)

NPO 法人長寿社会支援協会
生と死を考える会部

拝啓 皆様に於かれましては、お変わりなく、お過ごしのこととお慶び申し上げます。平素は当会の活動に格別のご指導ご協力を賜り厚くお礼申し上げます。

さて、例会を下記のように開催いたしますので、是非ご参加くださるようにご案内申し上げます。

記

演 題 「見えないつながり」

日 時 平成 22 年 4 月 17 日 (土)

10 時～11 時 30 分

場 所 NPO 法人長寿社会支援協会会議室 (2F)

講 師 カワ ダ ジ ケイ
川 田 慈 恵 氏

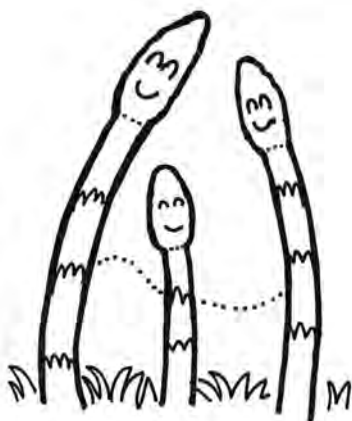
真宗興正派 本山布教使

中山町 妙楽寺

御家族、お友達などお誘い合わせの上多数のご参加をお待ちしています。

平成 22 年 4 月 14 日 (水) までにまごころ事務所までご連絡をお願いします。

連絡先 まごころ事務所 087-865-8001



三月七日(日) ～すべての人にやさしい「色のバリアフリー」～と題する講演に参加しました。色弱者や、白内障の人は全国で三百万人以上いるそうです。会場で色弱の体験をしたところ、色の感じ方が違う為におくる不便さを痛感しました。すべての人に分かりやすい色彩とデザインで施設や商品などをつくる「カラーユニバーサルデザイン」が一日も早く普及してほしいと思いました。

(宮脇)

編集後記