

148号  
Summer  
2019

まごころ

令和元年度日本ケアシステム協会  
第27回全国大会 in 二本松



全国まごころケアネット



# CONTENTS

巻頭言 「そよ風」

日本ケアシステム協会令和元年度第27回全国大会 in 二本松  
理事会・センター長会

研修会  
講演会

孫子老だより ～健康管理はユーモアと笑いで～

センターだより

事務局通信

1

2

6

7

9

10  
～  
12

12  
～  
15

16

# そよ風



特定非営利活動法人  
日本ケアシステム協会  
会長 兼間 道子



令和元年5月18、19日「日本ケアシステム協会イン二本松」が福島二本松で開催、総会を満場一致無事終えました。二本松センター長を先頭に現地でお世話いただいたすべての方へ謹んでお礼申し上げます。全国の仲間の声を代弁して、心を込めて、ありがとうございます。ありがとうございました。

印象的なのは、お迎えの車を降り立った時の「二本松のそよ風」です。降り注ぐ太陽に柔らかい風が肌をよぎって思わず「溜息」でした、少し汗ばむくらいで心地よく、高村光太郎と智恵子の詩集を思い出しました。いまも余韻の中にいます。

智恵子は東京に空がないといふ。

ほんとの空が見たいといふ。

私は驚いて空を見る。

桜若葉の間に在るのは、切っても切れないむかしなじみのきれいな空だ。

どんよりけむる地平のほかしはうすもも色の朝のしめりだ。

智恵子は遠くを見ながら言ふ。阿多多羅山（あたたらやま）の山の上に毎日出ている青い空がほんとうの空だと言ふ。（『智恵子抄』より）

かの有名は「智恵子抄」を育んだ現地に立っている恩恵を喜び、おこがましくも智恵子の心が少し理解できた気分を味わいました。

さて、東京電力が震災当時の様子を再現、一部公開している場所へ招かれました。厳しいチェックを通過して入室を許されました。原発燃料の扱いが、どれほど難しいかを知っているながら、それでも原発に頼る実態について賛否両論、簡単ではありません。せめて、無駄な電気は使わないと本気で実践実行取り組みたいと私は思っています。

来年の大会は、本来なら東京都内開催の筈ですがオリンピック開催の時期で、これを機会に都心から離れた新天地での開催となりそうです。ご期待下さい。

日本ケアシステム協会

# 令和元年度 第27回全国大会 in 二本松 理事会・センター長会 通常総会

令和元年5月18日(土)・19日(日) 於 福島県二本松市

令和元年度の理事会・センター長会・通常総会・講演会は、福島県二本松市で開催。  
二本松センターのお世話で盛会に開催することができました。

## 1 理事会・センター長会

令和元年5月18日(土) 15:00~15:50

- ・理事総数8名のうち5名出席
- ・センター総数18センターのうち12センター出席
- ・兼問会長が議長となり「総会に付議する事項」について審議、承認されました。



## 2 総会

令和元年5月18日(土) 16:00~17:00

- ・正会員 18名のうち12名出席 ・一般会員:多数
- ・二本松センターの西間木センター長が議長となり、以下の議案について審議、承認されました。
  - 第1号議案 平成30年度 事業報告並びに活動決算報告に関する事項
  - 第2号議案 令和元年度 事業計画(案)並びに活動予算(案)に関する事項
  - 第3号議案 令和元年度 役員改選
  - 第4号議案 令和元年度 会費・保険料に関する事項





# 令和元年度日本ケアシステム協会全国大会in二本松 講演会「防災に役立つワークショップ」

令和元年5月19日（日）10：00～ 陽日の郷あづま館

講師：NPO法人 日本防災士会 常任理事 フラガイトシフミ  
// 福島県防災士会 理事長 藁谷俊史 様

総会の翌日19日に藁谷俊史氏による講演会、ワークショップが行われました。

講演会場は後半で実施するワークショップを想定して初めからいくつかのグループ分けをした設定で始められました。

## 講演の進め方

- 1 アイスブレイク
- 2 イメージトレーニング
- 3 人命を奪う土砂災害
- 4 ワークショップ
  - ①10センチで幸せを
  - ②ペットボトルランタンのつくり方
  - ③新聞紙スリッパ
  - ④ビニール袋ベスト



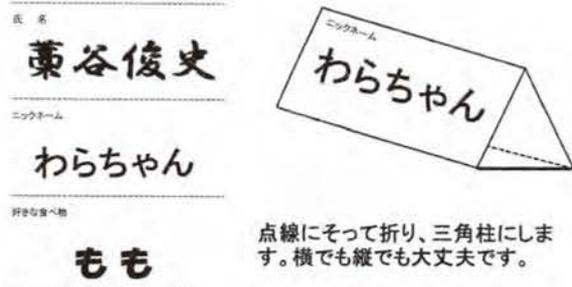
## 1 アイสบレイクとは

初対面の人同士が出会う時、その緊張をときほぐすための手法です。集まった人を和ませ、コミュニケーションをとりやすい雰囲気を作り、そこに集まった目的の達成に積極的に関わってもらえるよう働きかける技術を言います。

アイสบレイクの一つの方法として、用紙に氏名、ニックネーム、好きな食べ物を書き自己紹介する方向があります。



### アイสบレイク(アイสบレイクシート)



もう一つの方法として養生テープなどをを使って衣服の上から胸や腕に張り付ける方法があります。



### アイสบレイク(養生テープネーム)

### アイสบレイク(養生テープネーム)



## 2 イメージトレーニング

人はだれでも、とっさの時平常心を失います。いわゆる頭が真っ白になることです。地震災害など大災害が発生した時、できるだけそのようなパニックを避ける意味から通常時から「イメージトレーニング」をしておくのが有効なのだそうです。

例えば

今、大地震が発生しました。  
あなたは、どうしますか。  
大地震が発生した直後をイメージして、  
どんな行動をとるか書き出してください。  
紙は何でもよいです。  
2分間で、できるだけ多く書き出してください。

参加者から様々な行動が書かれました。「机の下に身を隠す」「火の元を確かめる」「家族の安否を確かめる」時間の関係で参加者から詳細の発表はできませんでしたが、あなたならどうしますか。常にトレーニングしておくことが大切ではないでしょうか。

## 3 人命を奪う土砂災害

近年、地球の温暖化現象によるとされている異常降雨による土砂被害が毎年報告されています。阪神淡路、東日本大地震など異常な大災害を除く、通常 of 自然災害による死者や行方不明者においては、土砂災害に占める割合が全体の4割を占めています。

特に土砂災害による死者、行方不明者のうち、災害時要配慮者、つまり高齢者や施設入居者など避難困難者が6割を占めています。

要配慮者利用施設での被災事例の紹介がありました。情報の的確な入手と、早め早めの避難が重要だと指摘されました。また、常日頃から地域の防災マップにより身近に潜む危険個所を確認し、河川の氾濫や背後の土石流に対する備え、また情報の入手方法など常日からの準備が求められるとのことでした。



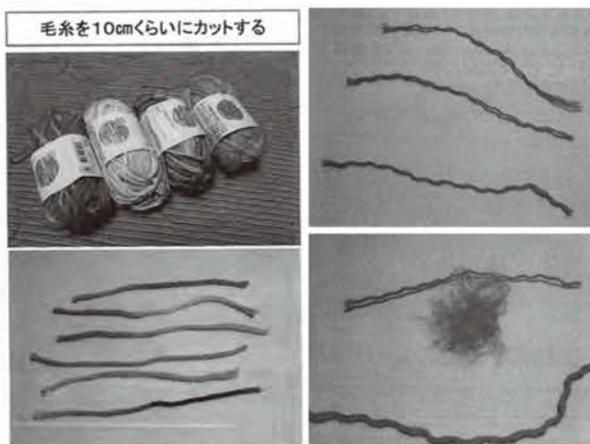
山口県防府市  
平成21年7月発生 死者7名(災害時要配慮者)

## 4 ワークショップ

### 1 「10センチで幸せを」

いわき短期大学の幼児教育学科吉津恭子教授の考案したものです。

まず、毛糸を10センチくらいの長さに切ります。毛糸は勿論古いもので結構です。そしてそれをほぐします。できるだけ細かくほぐし、丸めてボール状にします。

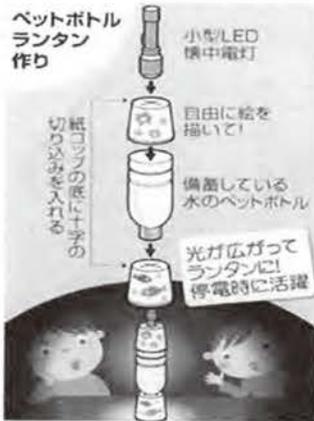


## 「10センチで幸せを」で期待できることは

- ・毛糸をほぐすことで、指先の運動や集中力の向上が期待されます。また、気持ちが落ち着くという人もいます。
- ・手の中に入れて息を吹き込み転がしたりテーブルの上で相手に吹き渡すことで、持久力の向上が期待できます。
- ・お手玉のように、手の平で打ち上げることで上半身の運動になります。これを立って行うことで下半身の運動にもつながります。



## 2 ペットボトルランタンの作り方



### 1.準備するもの

- ①ペットボトル（水入り）1本
- ②紙コップ 2個
- ③LEDライト 1個
- ④マジック
- ⑤はさみまたは、カッターナイフ
- ⑥紙コップを安定させるのにテープを少々使うことがあります。

### 2.はじめに

ペットボトルや紙コップにマジックでいろいろな絵やお花、動物などを書きます。

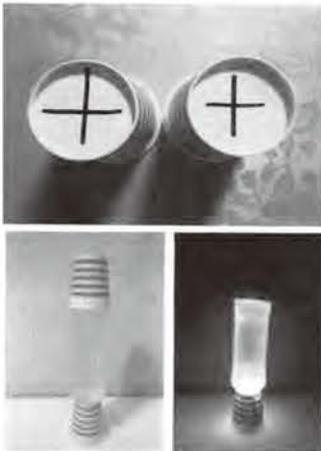
### 3.次に

絵を書き終わったら、紙コップの底に十字の切込みを入れます。切りすぎないように注意してね。

### 4.最後に

- ①紙コップの下側に、ペットボトルのフタの方を下にして差し込む。
- ②残りの紙コップをペットボトルの上側に載せます。
- ③LEDライトを上側の紙コップの切込みに差し込みます。
- ④LEDのスイッチON

完成です。書いた絵がきれいに光りましたか？



## 防災アイテムと避難時の三種の神器

### ビニール袋



### 新聞紙



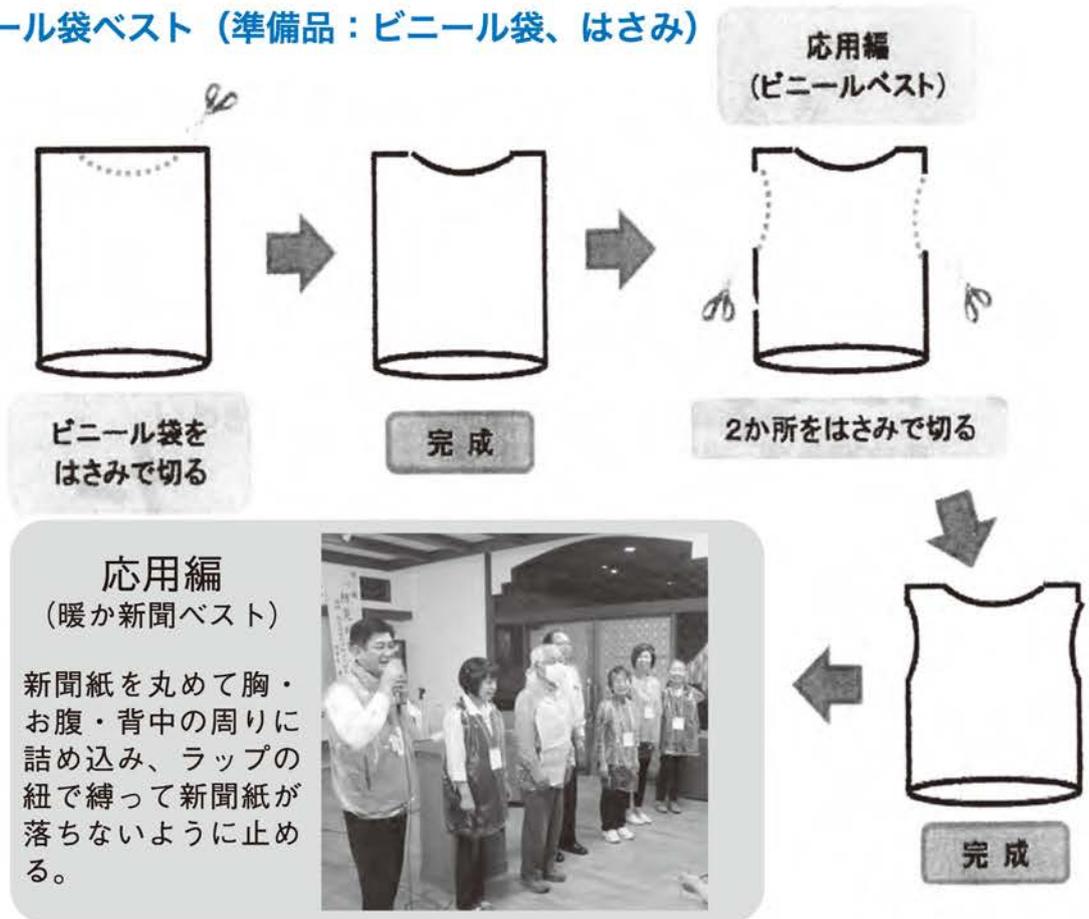
### ラップ

### 3 新聞紙スリッパ

避難時の三種の神器（ビニール袋、ラップ、新聞紙）を使って防災グッズを作りましょう。まずは新聞紙を使ってスリッパを作ります。



### 4 ビニール袋ベスト（準備品：ビニール袋、はさみ）





# 第27回全国大会イン二本松研修旅行

令和元年5月19日（日）～5月20日（月）

・5月19日（日）

岳温泉（陽日の郷あづま館）↓障がい者向け介護施設（みんなの翼）↓智恵子の生家↓スパリゾートハワイアンズ（泊）

全国大会イン二本松での総会、講演会など1日半の行程を終え、陽日の郷あづま館の皆様に見送られ「あだたら観光」の大型バスで二本松センターの運営する障がい者向け介護施設「みんなの翼」を訪問しました。施設では、スタッフ皆様の心温まるおもてなし、郷土料理の「ざくざく」と稲荷ずしをおいしくいただきました。

次は智恵子抄で有名な高村智恵子氏の生家と智恵子記念館を見学しました。明治の初期に建てられた生家には造り酒屋としての新酒の醸成を伝える杉玉がありました。屋号は「米屋」酒銘は「花霞」です。智恵子記念館には病に侵された智恵子の美しい紙絵や当時の女性としては珍しい油絵の作品等が展示されています。

宿泊はいわき市のスパリゾートハワイアンズです。昭和40年代、炭鉱の閉山対策として



常磐炭鉱跡地を一大リゾート施設によりみがえらせ、大震災後も、いち早く復興から立ち上がり、経営を続けている施設です。夜はフラダンスショーを楽しみました。



・5月20日（月）

スパリゾートハワイアンズ↓東京電力廃炉資料館↓郡山駅↓陽日の郷あづま館↓二本松根崎

スパリゾートハワイアンズを出発して、東京電力廃炉資料館へ向かいました。未だ帰宅困難な地域があるなか、国道6号線は結構混んでいました。ガイドさんの話によると、廃炉作業に伴う車両や除染作業の車が多いとのことでした。

廃炉資料館では被災当時の状況や廃炉作業の進め方の状況がパネルや映像で展示されていました。担当者からの説明の後、いよいよ東京電力福島第一原子力発電所構内の視察となり、あらかじめ申請していた身分証明の提示や長袖長ズボン、履物などを確認して専用のバスに乗り換え構内を移動しました。その間写真撮影等は禁じられていてご報告できませんが、テレビなどでよく見かける発電所構内の状況を目近で見させていただきました。

作業員の方々は安全な環境の中での作業ですが、原子炉内にはまだ人が近寄れないことから原子燃料の取り出しなどはロボットでの作業となります。今更ながら廃炉作業の困難さを痛感した次第です。

今回の視察研修に多大なご尽力を頂き、同行いただいた高宮光敏福島県議会議員様は「福島の農水産物などは法的な基準を満たしており、十分安全安心であること」を証明しているにもかかわらず、いまだ風評被害が後を絶たない。この風評被害の払しょくに努めています」と述べておられました。

二本松センターのご配慮で貴重な視察をさせていただきました。また、あだたら観光の名物ガイド様大変お世話になりました。ありがとうございました。



# 令和元年度 第27回全国大会 in 二本松 懇親会

令和元年5月19日（日） 18:15～20:30



旭川センター



兼間会長



司会進行(二本松センター西間木様)



塩釜センター



福島センター



国見センター



二本松センター

懇親会場の写真



徳島センター



倉敷センター



岡山センター



国分寺センター



三豊センター



川之江センター



屋島センター



丸亀センター



高松センター



西春日センター

# まごころ 孫子老だより

## 健康管理はユーモアと笑いで

**みなさまお元気でしょうか、**  
今夏も猛暑です。熱中症に気を付けて、無理せずお過ごしください。屋内に居ても熱中症になります、適度な冷房で体を休めましょう。

**今春、令和元年を迎えることが出来ました。** 私にとっては、三元号を生きたことになりました。ある会で、平成生まれの青年が、俺「オッチャン」と言われてシヨックだったよ。若いときは良かった。と懐かしく話していました。「おい！昭和生まれはどうなるんだ」化石か？大正生まれはもはや生き仏様か？わたしは、違和感を覚えつつも精神年齢が40代で止まっている自分を戒めました。

先日の宴会で、60代らしき方が「好きです。好きです。よーしこーさーん」と林家三平の真似をしてゲストの女性をからかっていたら、笑っているのは、同年代もしくは私まででした。他の方は何が面白いのかキョトンとしていたので、説明しようかと思いましたが三平師匠に失礼かと思いましたが。遥なりオヤジギャグ。毎日が、ゼネレーションギャップです。

**会話において女性は、** 同意を求め、男性は結論で片づけようとす

るので話が、かみ合わなくなると言われますが、**我が家のキャサリンも夕飯の話題は、** 今週何人辞めた。〇〇さんは、良い人なのに店長のパワハラで辞めさせられそうだと職場の人間関係の話ばかりで興味が向きません、そんなに問題があるのなら労働基準監督署でも行けばいいのにと結論づけようものなら、あなたは、なにもわかっていないとピシャリ。

正解は、「君も、そんな問題ばかりの職場で良く頑張っている頑張り屋さんだね。」と肯定するのが正解らしいとNHKラジオ「武内陶子のごラジ」という番組で妻の取り扱い方で言っておりました。言葉一つで相手の対応が変わることに令和になつて初めて気づきました。モノ言ひ方次第で老後の楽しさが変わるよな気がします。

**あいかわらず登山は続けておられますが、** 登山者の多くは中高年です。また半数以上は女性で占めています。この面白い実験を試みしました。狭い山頂で「おばさん！」と少し大きい声を掛けたところ誰一人振り向きもしません。居るのはオバサンばかりです。続けて「お姉さん！」と掛けたら8割ほどが私の方へ

「何か？」と見るではありませんか、この体験から私はこの世にオバサンと言う生き物は存在しないという結論に達し、二度と口にしないとなに誓いました。

**ある日曜に嘔吐下痢症を発病しまして。** 30分おきのトイレ通いと激しい嘔吐で骨を抜かれたように横たわることしかできないのに全身の関節痛で寝ていてもしんどくて、誰に對してか分かりませんが土下座のポーズが一番楽で、正露丸も効果なく、しかも日曜の午後、愛妻はパート出勤、部活を引退し受験モードに入っているはずの次男は糸の切れた凧のように行方不明。この状態が月曜まで続くと完全に参ってしまう。体中の全水分を脱水し、もうろうとしていたらキャサリンが帰宅した気配がして、いつの間にか帰っていた次男と台所で何やら話し声が聞こえましたが、それっきり様子も見に來ない。

翌日、その次男がお腹の調子が悪いと言いながら登校し、私は病院に向かいました。おそらく3kgは痩せ、しかも5歳は老けたように見えるはず。ヨボヨボと向かった病院は、月曜日で満員です。私は一時間と呼ばれないと覚悟していたらす

ぐに呼ばれたのは、愛妻からの電話でした。次男が学校で嘔吐し、保健室で休んでいたが病院に行くように言われたので、あなたがすぐに迎えに行けとのこと。俺も病人だし迎えどころではない、キャサリンの頭の中は受験を控えた大事な息子の事ではいっぱいである。夫の取説と息子の取説では天と地ほどの差を感じた瞬間だった。これは指令通り行動しなければ後がやっかいになるだろうから病人が病人を迎えに行くことになりました。その後同じ病名の一七歳の若者は夕飯からうどんを賞味し劇的回復を遂げました。家の中で私は張本人扱いの上、大事な息子に感染させた悪人のような対応を受け、身も心も弱り果てました。

会社の事務の子に業務の事で電話したら「どうしたのですか、その声、大丈夫ですか？しっかり休んでください」と優しい声、私は胸から

こみあげてくる感情に、やはり病気で病んでいるときに、人は優しくされるのと涙が出そうなくらい感動するものだなとしみじみ思い「ありがとう、ありがとう今度昼飯おごるから」と心にも無い言葉が出てしまいました。看病から結婚を決意したカッブルの話は、まんざらでもないな

と思いました。ましてや前日の日曜は「父の日」でした。

**一句浮かびました(母の日に何も贈らず、父の日に何も貰えず。)**

日頃の愛妻に対する取り扱いが間違っていたのかもしれない。反省。

その病院で30歳代らしき女性の会話が気になりました。中肉の方が「きのう、爺ちゃんがいてビックリ！」細身の方が「ウツソー」中肉が「主人をすぐに呼んだけど無視されたから、私思いつき新聞で叩いたわ」私は恐ろしい会話だ。病院でもかも真顔で虐待の話をよく出来るものだと思っていたら、爺ちゃんⅡGちゃんⅡゴキブリとやっつとわかり、しんどい中にも孫の手のネタに貢献して頂いた彼女らに心の中で合唱いたしました。

アイドルグループの嵐が2020年に解散するとの発表が昨年ありました。2年先の解散の発表です。私たち中高年は来月、自分がどうなっているのかも不安なのに、2年先などは予定も立ちません。私ぐらいになるとたのきんトリオからあとは。嵐もV6もTOKIOも混ざってしまつて覚えられません。女性アイドルにいたっては、秋元康の坂道シリーズ(乃木坂46)(櫻坂46)(日向坂46)などどの子も同じ顔に見えます。人生下り坂の中高年には人数が多すぎて覚えるのは不可能です。アイドルグループで成功するのはキヤンディーズの三人までだと自負しております。

3回ほど体験しましたが未だに紳士的な対応ができません。

**ボランテア先で墨汁(ぼくじゅう)**の事をすみじると言い間違えている方がおられたのですが、それほど親しい間柄でもないので指摘するタイミングを逃しました。聞いている方のほとんどは気づいておりましたが、この場合どのような対応が適切でしょうか。

冬は、おでん、春は、たけのこずくし、夏は、そうめんか冷麦、秋は、水炊き、季節の合間にカレー、クリームシチューの繰り返し、一回作れば三日間は食べ続けなれない、結婚以来の魔のルーティン。何の贅沢を言っているのか！と怒られても当然ではありますが、25年も続くと少々、食傷気味になります。何か打開策はないでしょうか、栗原はるみ先生の家庭が羨ましい。鈴木登紀子先生の孫になりたい。

**登山メンバーは全て中高年で**。楽しく登山中の事です。前方は60歳半ばの楽しいお姉さんです。途中で「プツ」と出ました。聞こえているのは、後ろを登る私だけです。本人もわかっていないはずで

一瞬「アツ！」と声も漏れました。このような場合、即時にどのような反応するのが正解でしょうか？

- ①無視する
- ②オイッと答える
- ③ドンマイと言う

鏡で後頭部を写し「さあいかがでしょう、今日の仕上がりは」と同意を求めてくるが、見せられる方は、毎月、薄くなる自分の秘部を見せられているようで悲しくなることを理解しているのだろうか、それとも知っているワザと確認させているのだから

うか？

帰宅後、毎日欠かさず録画した朝ドラのなつぞらのなっちゃんを見て、見損ねた「あさが来た」を2回分まとめて見終わったら、次男が帰宅し、さらに録画してあるサッカー中継を見ますので、私はいつテレビを見ることができのでしょうか？ビックリポンです。

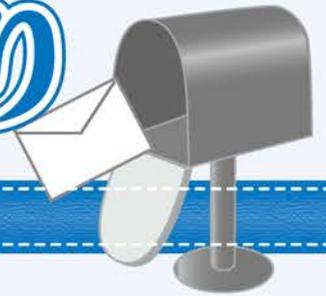
### 【まごから、おもしろ川柳の紹介】

おい！おれを メタボと呼ぶな ゆるキャラだ  
増えていく 暗証番号 減る記憶  
カード増え 暗証番号 裏に書き  
何食べたい？ 変える気ないけど 聞いてみる  
草食と 言われる息子 金を食う  
次の世で 亭主に逢ったら 手だけ振る  
見た目ある 妻を譲った 元彼氏  
運転を 変わる息子の 頼もしさ  
これ大事 あれも大事と ゴミの部屋  
少ないが 満額払う 散髪代

あと数年で、人間が月や火星に行けるようになるようです。科学の発達は日進月歩。しかし地震予知の方はまだまだです。日頃より避難方法や避難所の場所 緊急連絡先 連絡手段を確認し夜中だろうと速やかに避難できるように備えましょう。みなさまのご健康を心よりお祈り申し上げます。

孫子老太郎

## センターだより



### まごころケア国分寺

#### ほたるの里の看板替えました

人の出会い、ご縁ってすばらしい！

ほたるの里デイサービスでカラオケの指導をしてくださっている古池さんは、送迎の運転手さんです。お顔が広くて、知り合いの美男美女の栗下さんご夫婦を連れてこられ、歌謡ショーを月2回開いてくださっています。そこに、またまた歌上手な池田さんという書道家の方が加わっています。そして皆さんこのデイサービスのお雰囲気が好きだと言ってくださいます。ある日、古池さんから「このアットホームなほたるの里に合う看板にかけ替えよう」という提案があり、厚かましくも書道家の大先生池田さんに費用が無いことを伝え、安価で看板をお願いしました。そして快諾いただき、温かくも楽しい看板へと変貌しました。そのご苦労の変遷をかいつまんでご紹介します。

①費用がない。でもいい看板が欲しい。池田先生に頼んでみるか？



- ② 池田先生も、ここにふさわしい看板にしたいと思っていた。
- ③ 古池さんは、外にある看板も利用者さんの想いを表現したものにしたい。
- ④ 池田先生に相談すると、想いが一致した。
- ⑤ 看板作りは素人の2人が七転八倒しながら爺さん、ばあさんの絵かの有名なグラフィックデザイナー藤本誠氏の看板を作成する。
- ⑥ つぎの次の日、雨が降った。素人の辛さ、隙間から雨が入り、じいさまがズツコケた。
- ⑦ 「げえええ〜」「ありやああ〜」しかし、瓢箪から駒！災い転じて福となる。ずっこけたじいさまの表

情がほのぼ、この方がええの。悪戦苦闘の末出来上がった作品を眺め感無量の2人でした。

## まごころケアにこにこ三豊

大野 広実

私にこにこ三豊に勤め始めて、五ヶ月が過ぎました。

6月16日には、初めて通常総会に出席しました。

顔を合わせる機会の少ない方や、初めて会う方と話をすることができ、「デイサービス まごころはうす かまやん」、鎌倉裕基氏の講演を聞かせて頂いた事は、とても良い経験になりました。



まだまだ教えて頂かないとわからない事も多いのですが、先輩方に指導を受け、日々学んでいき、もっとお役に立てるようになりたいと思っています。

## 令和元年の全国大会

汐見 美根子

「あれが阿多多羅山、あの光るのが阿武隈川」

学生時代、朗読の会に所属していた友人が、身振り手振りを混じえ練習していた「樹下の二人」。

二本松駅へ降り立った時、この空が智恵子の空だと感動しました。智恵子の生家裏の雑貨屋で、高村幸太郎の智恵子抄を買い求め、帰省して一週間は二本松に浸っていました。

細やかな心配りと、手厚いおもてなしと阿多多羅山。

有難うございました。

## まごころサービス

### 徳島センター

#### 「龍の物語」からの教え

道辻 明子

今回も何を書けばよいのかと悩んでいた時に、竹村亜希子氏（易経研究家）の「いくつになっても前向きに」という見出しの講話紙が目にとまりました。

昭和24年愛媛県生まれで、NHK文化センター講師をされて東洋文化振興会の相談役もされています。

「当たるも八卦 当たらぬも八

卦」という言葉がありますが、「易経」とはこの八卦と八卦を組み合わせた64種類の卦について述べられた書物です。64種類の揚西設定とその成り行きが示されています。その中の一番目に「龍の物語」が書かれていました。

◎大地に恵みの雨をもたらす龍が段階を経て進化し、最後は衰えていくさまを描いたお話です。

#### ①潜龍（せんりゅう）

龍は表に出ず「しつかりとした志（こころざし）」を打ち立てる段階。たとえ年を重ねてもまだ潜龍だという謙虚な心をもつものが「易経」の教えです。

#### ②見龍（けんりゅう）

龍が表に出て周りが見えるようになります。はじめの段階です。

#### ③乾乾（けんけん）

試行錯誤を繰り返し、自分に磨きをかけての時期です。

#### ④飛龍（ひりゅう）

飛龍のチャンスを観る力が問われますが、長い期間を経て実力を備えた龍が恵みの雨を降らせる時期ですが、人生の先輩や大自然の営

みに学び謙虚に自分を見つめ直すことが大切です。

#### ⑤抗竜（こうりゅう）

天に昇った龍は雲を突き抜けてしまつて雨を降らすことができません。自ら降りるしかありません。

#### ⑥「龍の物語」から学んだことは、

くつになつても今が「潜龍元年」として、今の自分にふさわしい志しを暖め燃し続けることでした。

## まごころケア

### ぽっかぽか川之江

#### 日本ケアシステム協会の皆さんに感謝

石川 裕貴子

「日ケア総会に参加しませんが？」とお誘いがあり、「福島！なかなか行ける所じゃないから行ってみようか。」と軽い気持ちで参加した私でしたが、三日間がどれ程有意義で、実り多い研修であったでしょうか。これから生きていく上で大切な指標となるようなものがあつたように思います。

出し物満載の懇親会、役に立つ防災のワークショップ（職場で園内研

修をしました。)、二本松センターの施設見学、高村智恵子生家見学、二年で復興したスパリゾートハワイアンズ、華やかなフラダンスショー、福島原発の見学、様々な日程を計画し、準備していくのには、大変なご苦勞があったと思います。二本松センターの方々に温かく迎えていただき、会う方皆さんが元気で素適な方ばかり、仕事に対する熱意、人として大事なことは何か、といろいろ考えさせられました。

福島を後にして、翌日保育士として働いている私は、このかわいい子ども達が突然、この穏やかな日常が一変したら、家族がいなくなったら、今まで住んでいた家に住めなくなり体育館での生活を余儀なくされたら、ミルクは？離乳食は？オムツは？いろいろなことを考え、胸が詰まる思いがしました。

福島第一原子力発電所までのバスの中から見た光景は、衝撃的なものでした。夢や希望がいつぱい詰まっていたであろう新しい家、生活の糧であった田畑、母が通っているかまやんのようなデイサービス施設、開店日で賑わっていたらろう電気店、

時が止まったような町、信号機だけが正確に動いているのが物悲しい。バスガイドのみさ子さんの語りも心に残っています。忘れられない、いや忘れてはいけなことはかなりです。できるだけ多くの人に伝えていきたいと思っています。この総会に関った方々、日本ケアシステム協会の皆さんに感謝いたします。ありがとうございました。

### 日本ケアシステム協会全国大会に参加して

真鍋 喜代子

今回、福島県での日ケア全国大会に参加させて頂きありがとうございました。

そしてその間、まごころの先輩会員の皆さまには、とても優しくして頂き又、日頃の活動内容などいろいろと伺い、前向きな生き方に本当に感動しました。

又、今回の福島大会では、二本松センター様、関係各位のご尽力のもと、貴重な研修体験も、させて頂きました。

2011年3月11日の震災から8年、多くの方々の復興活動により、

賑いを取り戻されているスパリゾート・ハワイアンズ。また、二本松市では、日ケア総会、防災士による説明会、勉強会が行われました。

又、翌日の東京電力福島原子力発電所視察では、現地までのバス車中、地元ガイドさんから、現状や復興過程について説明がありました。その間各所に設置された大きな放射能計測掲示板。帰還困難地域の田畑や民家の現状。

今尚、日々4000人の方が復興作業に従事され一日200台のトラックが汚染処理作業の為に可動している現実。皆が、その状況を呆然と視ていました。

ガイドさんより、地元の人達は、「それでも生きなければ、ならない。」



これが現実。皆頑張っています。「という言葉は何度も力強く言われました。安心安全な福島。皆一丸となり頑張っている事を、一人でも多くの方に伝えて下さいとの事でした。

今回の大会に参加させて頂き私自身、これまで報道番組で発信されている「福島を忘れないで…」とは、どんな思いからなのかが見えたように思えました。

帰郷後は、真剣に友人知人に、見たこと聞いたこと、役立つ情報などを、積極的に伝える機会を作ったことと思います。

### まごころケア西春日折り紙サークル

センター長 笠井 圭介

皆様お元気ですか。まごころケア西春日では、デイサービスで、六月十二日(水)に講師の先生を招いて折り紙の講習を行いました。十名ほどの利用者様(参加者は全員女性)が丸テーブルに集まり、講師の先生から折り紙の手ほどきを受けて、折り始めました。鶴に始まり花や動物



等思い思いの物を折っています。利用者様からは、「折り紙は子どものとき以来だわ。」「鶴を折るのは難しかったけどやってよかった、またやりたい。」等おしゃべりにも花が咲いてワイワイガヤガヤにぎやかでした。

紙一枚だけで、はさみものりも使わずにひとつの作品に仕上げるということは、日本ならではのものです。よう。他国にはこのようなものはなく、折り紙で作った鶴が外国人には喜ばれます。

もちろん今回の企画は、日本の伝統文化を継承していくという目的ではありません。（講師の先生は三代と思われる女性なので当然ですが。）利用者様が手先を使って少し

でも認知症の予防になればと思い始めました。手先を使うことで脳が活性化し、認知機能の低下を防ぎます。これからも元気で生き生きとした日々を送る為に、こうした企画を考えていきたいと思えます。どうぞ今後ともよろしくお願い致します。

## まごころケア高松

5月25日（土）高松センターの定例総会を行い、午後から研修会を実施しました。講師は岡山県から「NPO法人移動ネットおかやま」の横山和廣理事長をお招きしました。

高齢化が急速に進行する中、移動困難者が急増しており、買い物や通院がままならない高齢者が増加しています。わが国は高度経済成長の折、マイカー前提のまちづくりが進められてきたことから、今や当時のニュータウンはゴーストタウンと化してしまい、移動困難者があふれています。

このような中、高齢者間にも経済的な格差があり、誰もが買い物などにタクシーを使うわけにはいかず、このことは国や自治体任せでは何も

解決しません。行政にお任せはすでに限界にきています。住民自身が行政と協働して自分たちの町を持続可能な地域にしていけることが必要だと述べておられました。

支えあいと共生のまちづくりを進めるため、移動困難者に対し地域の人々（資源）で解決するしかないとした場合、活動に対する対価が問題となります。平成18年9月の国土交通省の事務連絡で「移動サービスの好意に対する任意の謝礼にとどまる金銭の授受は有償に含めない」など、自家用有償旅客運送に係る有償の考え方が示されました。

有償性がある場合は、国土交通省の登録や許可が必要ですが、無償制ならば登録や許可が不要だということとです。自家用自動車は原則として有償の運送に使ってはならず、例外的に使う場合は国土交通大臣の登録または許可をとらなければならないとされています。

国は個々の具体の行為が登録や許可を要するか否か判断する際に参考となる次のような通達を最近出しているので参考にしてくださいとの話がありました。

それは、平成30年3月30日付、国土交通省の自動車局旅客課長名の文書「道路運送法における許可または登録を要しない運送の様態について」です。講師からはこの通達によると、地域における様々な取り組みが登録や許可が不要との説明でしたが、紙面の都合で詳細は報告できませんが、関心のある方は国土交通省ホームページで参照していただければと思います。

利用者からのサービス行為に対する任意の謝礼とはどういうものか、利用者からの金銭的な価値の換算が困難なものや流通性の乏しい財物の授受、また営利を目的としない互助によるものなどは有償に当たらないなど、具体例が細かく示されています。今後、移動困難者の支援に向けて活動される際、是非ご一読され参考にいただければと思います。



5月18日から20日の全国大会イン二本松は、会員皆様のご協力で盛会のうちに無事終わることができました。お世話いただいた二本松センター長様はじめセンターの皆様方には心温まるおもてなしと、お心遣いをいただきありがとうございます。

研修旅行では、今なお残る風評被害をはじめ、帰宅困難地域があることに心痛めております。今後ともできる限りのご支援をと思っています。

まごころケア高松センター、社会福祉法人サマリヤはサマリヤ西春日において東日本大震災復興支援チャリティーバザーを実施いたしました。その売上と、これまで日本ケアシステム協会にご寄付いただいていたのを合わせ、義援金として6月19日毎日新聞社を通じて被災地に寄付いたしました。

これから暑い夏に向かいますが、熱中症や豪雨災害などにご注意いただき乗り切ってください。



東日本大震災の被災者へ義援金「日ケア」が寄付  
高齢者の介護活動などを行うNPO「日本ケアシステム協会」(高松市)の兼間道子会長が19日、毎日新聞高松支局を訪れ、東日本大震災の被災者救済金として義援金



10万円を寄せた。写真。毎日新聞大阪社会事業団を通じて被災地に贈られる。  
同協会は今年の総会を福島県で開催した。その際に被災者から「私たちのことは忘れられていない」という声を聞いた。このため、先月に高松市のデイサービスセンターでチャリティーバザーを開き、売上金を寄付することにした。

【佐々木雅彦】

介護保険業務の  
様々なご要望にお答えします

介護保険トータルシステム「Rely II」

株式会社

**アール・シー・エス**

高松市錦町2丁目2番17号  
西日本放送錦町ビル  
TEL:(087)804-8811  
FAX:(087)826-5010

はじめて  
**まいとうんメール便**  
です

高松メールセンターからのご案内  
メール便... **ハガキ** **封書** **カタログ** など

**激安価格で  
配達します**

お問い合わせは  
こちらから 四国メールネットワーク協同組合  
**(有)タウンネット 高松メールセンター**  
高松市朝日町4丁目10番60号  
TEL.087-813-0426 FAX.087-813-0436  
E-mail takamatsu@carol.ocn.ne.jp  
http://www.shikoku-mp.com/



www.sanuki-taberu.net

株式会社 ウエイ企画 〒780-0062 香川県高松市堀上町7-2  
TEL:087-837-1159 | FAX:087-897-3007  
コーポレートサイト http://www.network-way.com

あいおいニッセイ同和損保代理店

**(株)フリーエージェント**

八田 和忠



\*損保・生保・社会保険労務士\*  
扱っています。

高松市伏石町 2028-2  
TEL 087-816-8123  
FAX 087-815-1171

ハイエース・シエンタ・エスクエアなど  
福祉車両のことなら  
香川トヨペットにお任せください!



詳しくは香川トヨペットまでご連絡ください。

**087-882-5561**

総合印刷・イベント事業・マニュアル制作  
デジタルコンテンツ企画制作



株式会社 **高松** **東京**

**成光社**

〒760-0065 高松市朝日町5-14-2  
☎087-823-0222 ☎087-823-0211  
www.seiko-sha.co.jp

**実務者養成施設**

(平成30年4月1日開講)

介護福祉士実務者研修 < 通信課程 >

- ★4月から翌年3月まで毎月受付  
「年12コース」各コース定員24名
- ★全国どこからでも応募できます
- ★スクリーング(通学)は  
「医療的ケア演習」を含み6.5日間

【照会先】 ラポールカレッジ 研修所 / 事務局  
TEL 087-815-0760

〒761-8052 高松市松並町 802 番地 1 / 日本ケアシステム協会内  
駐車場有り (無料) / 宿泊 1,000 円～

地域とともにこれからも。



**香川銀行**

トモニホールディングス

消防設備士の店

**四国防災設備  
有限公司**

消防設備保守点検

〒761-0612 香川県木田郡三木町氷上1833-6番地  
TEL(087)898-3913  
FAX(087)898-8801

ご利用ください。

E-mail (電子メール)



magokoro@hyper.ocn.ne.jp

URL (ホームページ)



http://www.jp-care.gr.jp

## 編集後記

5月より日本ケアシステム協会事務局に関わらせていただいております北園と申します。これまでの会報を何冊か拝見しました。各センターそれぞれ活動を行っており、参考になることばかりです。この会報が令和最初の会報ということで、気合を入れてこれからも頑張っていこうと思います。

さて、今年の夏も暑くなりそうです。去年の夏も、異常気象と言われていましたが、毎年猛暑と言っているような気がします。熱中症などにならないよう体調管理には十分気を付けて、この夏も元気に乗り越えていけるよう願っております。

今後とも宜しくお願い致します。

全国まごころケアネット  
 特定非営利活動法人 日本ケアシステム協会  
 まごころケアサービスセンター

| センターの名称               | 住 所   | Eメール                                | TEL          | FAX          |
|-----------------------|---|-------------------------------------|--------------|--------------|
| 本 部                   | 〒761-8052<br>香川県高松市松並町802番地1                      | magokoro@hyper.ocn.ne.jp            | 087-815-0771 | 087-815-0773 |
| まごころケア旭川              | 〒070-0037<br>北海道旭川市7条通8丁目セントラル7条ビル202号室           | magokolo@tmt.ne.jp                  | 0166-26-8639 | 0166-74-3172 |
| まごころケア塩釜              | 〒985-0043<br>宮城県塩釜市袖野田町39-2                       | jms@cocoa.ocn.ne.jp                 | 022-362-2030 | 022-362-3303 |
| まごころケアサービス<br>福島センター  | 〒960-2262<br>福島県福島市在庭坂字南林60-2                     | magokoro@safins.ne.jp               | 024-573-7539 | 024-591-5441 |
| まごころケアサービス<br>二本松センター | 〒964-0903<br>福島県二本松市根崎1-9                         | kuwabara.masaaki@ivory.plala.or.jp  | 0243-22-0112 | 0243-22-0112 |
| まごころケア国見              | 〒969-1761<br>福島県伊達郡国見町大字藤田字南54-2                  | magokoro923@yahoo.co.jp             | 024-585-5923 | 024-585-5924 |
| まごころケア千葉              | 〒262-0033<br>千葉県千葉市花見川区幕張本郷1-23-15 グランドウール第2 107号 | magokoro12315@nifty.com             | 043-274-9711 | 043-274-9718 |
| まごころケア横芝              | 〒289-1738<br>千葉県山武郡横芝光町鳥喰上2283                    |                                     | 0479-82-1762 | 0479-82-1835 |
| まごころケア京田辺             | 〒610-0331<br>京都府京田辺市田辺北川44番地                      | sqkg13630@eto.eonet.ne.jp           | 0774-64-3722 | 0774-64-3722 |
| まごころサービス<br>岡山センター    | 〒703-8232<br>岡山県岡山市中区関19番地1                       | magokoronowa@mx4.et.tiki.ne.jp      | 086-278-2926 | 086-278-2966 |
| まごころサービス<br>倉敷センター    | 〒706-0001<br>岡山県玉野市田井3-12-18                      | rappyon@lime.ocn.ne.jp              | 0863-31-6640 | 0863-31-5110 |
| まごころケア高松              | 〒761-8052<br>香川県高松市松並町802番地1                      | magokoro@hyper.ocn.ne.jp            | 087-865-8001 | 087-865-8039 |
| まごころケア国分寺             | 〒769-0102<br>香川県高松市国分寺町国分1284-1                   | ajisai@eagle.ocn.ne.jp              | 087-874-6625 | 087-874-6685 |
| まごころケアにこにこ三豊          | 〒767-0001<br>香川県三豊市高瀬町上高瀬1883-1                   | nikoniko-mitoyo@shirt.ocn.ne.jp     | 0875-73-6750 | 0875-73-6751 |
| まごころケア丸亀              | 〒765-0032<br>香川県善通寺市原田町1317-7                     | tyusan.n-377-p4376-o@wing.ocn.ne.jp | 0877-64-0278 | 0877-64-0279 |
| まごころケア屋島やすらぎ          | 〒761-0111<br>香川県高松市屋島東町1414                       | mal1ka1584yasuragi@swan.ocn.ne.jp   | 087-843-9590 | 087-841-3853 |
| まごころケアサービス<br>大川センター  | 〒761-0904<br>香川県さぬき市大川町田面1198                     | okawa@samariya.or.jp                | 0879-43-3191 | 0879-23-2712 |
| まごころケア西春日             | 〒761-8051<br>香川県高松市西春日町1510番地1                    | keisuke64kasai@gmail.com            | 087-869-1165 | 087-869-1195 |
| まごころサービス<br>徳島センター    | 〒770-0923<br>徳島県徳島市大道3丁目22-1                      | magokoro@coral.plala.or.jp          | 088-624-6578 | 088-624-6585 |
| まごころケア<br>ぽっかぽか川之江    | 〒799-0101<br>愛媛県西条市川之江町1660-1                     | tani280610@yahoo.co.jp              | 0896-59-1150 | 0896-59-1150 |

「日本ケアシステム協会」会報

令和元年7月1日 発行No.148

発行所 〒761-8052 高松市松並町802番地1  
 TEL087-815-0771 FAX087-815-0773  
 編集発行人 兼間 道子  
 郵便振替 口座番号 01610-0-92689  
 印刷所 (株)成光社

まごころケア高松  
 特例認定NPO法人 長寿社会支援協会

〒761-8052 高松市松並町802番地1  
 TEL087-865-8001 FAX087-865-8039  
 E-mail magokoro@hyper.ocn.ne.jp  
 URL http://cho-jyu.info/