

159号
Spring
2022

まごころ

ふ

ぞろ



全国まごころケアネット



金刀比羅宮

CONTENTS

巻頭言 「天に召された」	1
孫子老だより ＼健康管理はユーモアと笑いで＼	2 ＼ 4
センターだより	5 ＼ 10
寄稿「海洋環境」	11 ＼ 15
事務局通信	16

天に召された



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

坂井正義さん（塩竈センター）天に召されました。

30年も前のこと、私は母を湯船から引き揚げ車椅子に座らせようと身体を抱え上げた時だった。狭い脱衣場に電話が鳴り響いた。床を濡らしながら受話器を取ると、見ず知らずの洋子さん（坂井さんの奥様）からだった。

「まごころをやりたい」と、その声は素朴で善意に満ち、優しさが声に滲みでていた。私は母を看ていたが、もはや在宅介護は無理だと兄弟姉妹が賛否両論の最中、母の施設入所を決めた時期と坂井さんが歩みを開始した時と重なって思い出される。

洋子さんは、「兎に角、まごころケア’の取り組み方を直に聴きたい。日本ケアシステム協会の理念を知りたい」と。そして、平成7年「まごころサービス塩竈センター」は発足となった。「困りごと悩みがある方はお気軽にご一報ください」と洋子さんらは呼びかけた。何でもないような、そのSOSは地域にとっては必要不可欠なフレーズで時期を得た旗揚げだった。やがて、夫は妻を支え、超えた。持病はその時から抱えていたのではないかと思う。小さな善意の活動は、徐々に日ごとに浸透していった。平成13年には法人化、14年にはディサービスを開始。やがて、移送サービスを開始。この事業は移動手段の難しい障害のある方や高齢者の足となって無くてはならない事業に発展、日本の運輸事業の法律を変えるほどの貢献の一人になった。福祉運送事業の先駆けとなり多くを学ばせてもらった。

思い出すことはたくさんあるけれど、特に、3.11震災の模様を四国高松でご講演いただいて、原子力発電は人災であり、他人事にはいけないことを心底学んだ。目の前で予告なしに突然に人が死んでゆくことの恐ろしさを教えてくれた。

人を助ける喜びは「ありがとう」と返される一言で苦労は吹っ飛ぶ。嬉しいことが多い日々だけど、嫌な出来事も辛く耐え難いこともないわけではない。坂井さんの活動に対する真摯な言動に多くの人が感動し、傍で共に歩んでいられたことに感謝する。坂井さんのどっしりとした後ろ姿を思い出すたびに涙があふれる。地域の利用者は坂井さんが天に還ったからといっても、援助が終わったわけではない。「待っている」方への配慮も忘れてはならないとしたら何と酷なことであろう。

私は、洋子さんらへ、何とお声をかけて良いのか戸惑うばかり。人は必ず絶対的にその日を迎えることは仕事柄、誰よりも分かっているつもりだけれど、溜息と涙はやまない。

本稿で塩竈センター長が召されたことを報告するとともに、全国まごころサービスネットの声を代弁させていただきました。坂井さん、本当にありがとうございます。いずれ私も逝きます。待っていてください。

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。

正月ごろに終息するかと思えた新型コロナウイルスがまた再燃して猛威を振るっておりま。オミクロン株からさらに感染力の強い「BA2型」が派生し、いったいこの戦いはいつまで続くのだろうか？ゴールが見えません。

このような状況においても懸命な努力を続けておられる医療従事者のみなさま、介護関係のみなさま、多くのエッセンシャルワーカーのみなさま、本当にお疲れ様です。そしてありがとうございます。また、ウイルスのまん延で、不びんと思えない学生生活を送ってきた子供たちも、ほんとうにつらかったと思います。

春の来ない冬はありません、感染予防に気を付けながら今年こそコロナウイルスを気にしない世の中が来るよう期待しましょう。



2030年の冬季オリンピック

ク・パリンピックに北海道・札幌が立候補するようです。最近では、地球温暖化による雪不足、異常気象や開催費用の高騰で、招致する条件は、年々厳しくなっています。北京オリンピックは、つまみ食い程度に見えました。印象に残ったのは、フィギュアスケートの羽生選手が、いつもにも増して口数が多いなあと思いました。弟分の銀メダルの鍵山選手、銅メダルの宇野選手の快挙は、すごいニュースなのに、毎度おなじみの王子様の話題ばかりでかわいそうな印象がしました。

女子フィギュアスケートの坂本選手は銅メダルは本当に健闘されました。しかしながら話題のワリエワ選手の滑りは、別次元ですね。解説者がクルクル回転するジャンプ技の名前を「トゥループ」、「サルコウ」、「ループ」、「フリップ」、「ルッツ」、「アクセル」と次々に解説していくのですが、ハッキリ言って、何回転したのか、何がどのジャンプ名か、わかりません。

スノーボード競技で十代前後の若者の入賞が話題になりました。あの

大空に向かってサーカスのように飛んでクルクル回る技の名前「フロントサイドダブルコーク」やら何やら、ややこしい名前の技ばかりでチンプンカンブンです。冬のオリンピックはとにかくクルクル回る競技が多いように思います。

スピードスケート団体で高木菜那選手がゴール前で転倒して銀メダルになった競技の後、菜那選手がベンチに座り顔を両手で覆って大号泣している横で妹の美帆選手がカメラに向かって笑顔で写った記事を見て、妹は、強いなと思いました。

カーリング女子の銀メダル獲得は、よくあのマイナー競技を国民が注目するスポーツに盛り上げていったなあ、その努力を賞賛したいと思います。8年後に北海道札幌オリンピックが招致されたら、実際にこの目で見てみたいと思います。雪まつりや小樽や函館なども行ったことがなく、冬の北海道観光も一度は、楽しみたいので日本での開催を期待します。

コロナ感染対策を言い訳に趣味

の山登りも中断して早、2年、外出自粛でウォーキングもせず。さすがに暴飲暴食を続けた結果、半年目は、MとLの間をさまよっていた体型がLからLLに一気に進み、3日も時間の問題という重大局面になりつつあります。

短期間に太ると人間は、どうなるかというと、まず風呂場で椅子に座って前かがみに体を洗う時、おなかの横隔膜が圧迫され呼吸困難になり、体を洗いながら死ぬか、体を洗わないという2択を迫られる時があります。当然ながら靴下を履くのは、腹がつかえて毎回至難の業です。下半身が太ると股ズレをするようになります。郷ひろみのように腰掛けて脚を組むのは無理です。

なぜかおしっこの切れが悪くなり



ました。体を動かす、すべての動作が面倒くさくなりますのでさらに運動不足におちいります。付度しない体重計に乗るのがイヤになり、いつか痩せたときに計ろうというズルい人間性が出てきます。太っているくせに、食べたいものを前にすると「これは別腹」とありもしない臓器を作り出し食べてしまいます。

パンツは、この太った体型に柔軟に対応してくれた優秀な2枚程度に絞られてくるので、その選拔選手たちのルーティンになります。日替わりで登板しないといけないので、選手たちの消耗は、激しく、いつ穴が開いてもおかしくない状態です。

人から太ったね。と言われたくないので、愛妻に対しても体型のことは、お互い話題にしなくなりました。

またバイキング食べ放題、ごはんおかわり自由というお店でも、それほど量は食べられません。これは年齢のせいです。横の移動はともかく縦方向の移動は、絶望的です。すぐに息が上がりにしんどいです。薬をして簡単に痩せようと「痩せるお茶」をいろいろ試して飲みましたが、下剤効果や利尿作用を促すような気がす

るだけでダイエット効果はほぼ無いと確信しました。

世の中には、楽して儲かる仕事もありませんし、楽して痩せる方法などありません。結論から言えば、運動して痩せなさいということに尽きます。健康も長生きも一歩から、さあ、始めようダイエット！

マスクは、もはや顔パンツといってもおかしくないほどに着用があたりまえ、忘れると困ってしまう必需品になりました。最近では、素顔を知らないという人も出てきました。

マスクの着用で美人度が2割りほどアップするような気がするのは、私だけでしょうか。昭和62年「私をスキーに連れてって」という映画が流行ったときに一大スキーブームが起こり。スキー場で見る異性は、ウェアやゴーグル姿で素顔より3割り増しぐらいにイケメン、美人に見えたことからゲレンデ美人、ゲレンデマジックという言葉が流行ったのを思い出します。アフターコロナが来た後でも素顔を見せたくないマスク美人は、ある程度いるような気がします。

ところで気象庁の担当者が緊急会見をする時に、サメが口を開けたようなゴーグルみたいなアクリルマスクを見たことがあると思いますが、あのマスクは、聴覚障がい者に配慮して口の動きが見えるように着けているという記事を読んだことがあります。大事な会見ですが、なんとなく、その特殊な形のマスクばかりに目線が行ってしまい、逆になかなか集中して話を聞けません、できたら顔の前に大きなアクリルパネルを置いて普通に話したほうが自然で良いような気がします。

あの無料配布、在庫一掃セールで完売した評判の悪かったアベノマスクですが、着けている人をあまり見かけませんが、どのように使われるのでしょうか？



気になった記事がありましたのでご紹介します。(ハルメクより)

昭和女子大学理事長の坂東眞理子氏と今野由梨さんとの対談の中で人生の後半の心の持ち方として、「あいうえお」はやめて「かきくけこ」を合言葉に、というお話を伺ったそうです。

やめるべき「あいうえお」は、「あきらめる、いじわる、うちむき、えんりよ、おくれた」で、「かきくけこ」は、「感動、機嫌よく、工夫して、健康、貢献・交流」だそうです。

身に降りかかってきた苦難や経験には感謝し、好奇心を持って気合を入れて前に進む、そうすれば実現できないことなく、誰かや何かのために「死んでいる暇なんかない」と言えることが誰にもありますが、そのようなときに、年齢など気にせず、強い使命感を持って生きるのと、いつお迎えが来るのかと余生を生きるのでは、これからの人生も自ずと大きく変わってくるのではないのでしょうか。というお話の紹介でした。

◎まごから面白川柳の紹介 (シルバー川柳より)

じいちゃんが 暗証番号 暗唱し

食卓に 俺の席だけ アクリル板

お互いに 返事はするが 動かない

お見舞いに ぞろぞろ来たら そろそろか

どなたです そういうあなたは どなたです

伸びすれば 足がつるつる 寝起き前

ワクチンの ネット予約で ひ孫借り

ペイペいで 払うと 後ろ行列に

へそくりは 一度仕舞うと 出てこない

「お若いわ」 その一言で お得意さん

口づけも 入れ歯ガクガク 老いの恋

すらすらと 嘘が言えます ボケてない

残るのも 先に逝くのも いやと言う

三回忌 頃から光る 未亡人

逝く日まで 恋をする気の 紅を買う

合コンだ 入れ歯みがいて 紅さして

夫より 三步前行く 老後かな

昼寝して 「夜寝れぬ」と 医者に言い

長生きは 幸か不幸か 実験中

耳遠く あの世のお呼び 聴こえない

驚いた あの人あの年 あの色気

わたしの手 ひっぱらないで あの色から

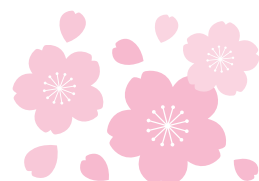
コロナの終息が、この夏までは、今年いっぱいだと思いますが2年が過ぎました。長い戦いも今年まで。普段通りの日常が早く皆さまに訪れますようお祈り申し上げます。

孫子老太郎

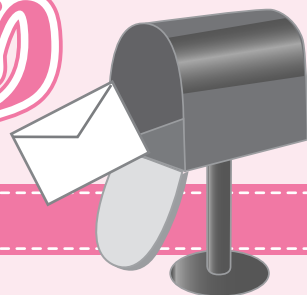
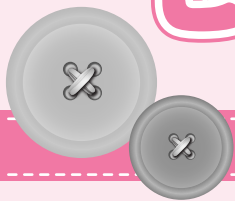
高齢者通所・訪問系サービス等の利用者並びにご家族の皆様へ

コロナウイルス拡大防止のため引き続きご協力をお願いいたします。

- サービス利用時だけでなく、ケアマネジャーやヘルパーの訪問時にも、**症状がなくてもマスク**を着用しましょう。
- 利用者本人のみでなく、**ご家族の方も**サービス提供者等が自宅に来る場合はマスクを着用してください。
- 会話時には距離を1 m以上あけて**ください。
- 毎朝、体温と健康のチェック**を行い、風邪症状や発熱などの症状がある場合や、体調が悪い場合は、**サービスの利用を控えて**ください。
- こまめな手洗い、手指消毒**をしましょう。
事業所に入るとき、食事前、トイレの後、帰宅後などは、特に忘れないようにしてください。
- エアコンを使用中であっても**定期的に換気**をしましょう。共有スペースや他の部屋も窓を開けて換気してください。



センターだより



まごころケア旭川

発熱に思う

センター長 武田 明子

北海道の春の先駆けは泥んこ道から始まります。地面は凍っているので雪解け水は道路の両側に海を作ります。悲しいことにピカピカにみがいた車も一日で泥まみれ。美しい春を迎えるための試練の日々です。

私事ですが、この正月熱を出しました。かかりつけ医は休みなので当番医に行ったところ、様子を見てくださいとのこと。翌朝三十八度を超え、慌てて保健所に電話。すぐ担当者に対応してくださり、本当に心強く思ったものです。早速紹介された病院に行き、検査の結果はコロナもインフルエンザも陰性。心の底からホッとなりました。

不安の要素は体調の悪さではなく、コロナだったら家族に感染を広げるに違いないの思いでした。年末年始の休暇期間中だったので職場への感染拡大は避けられると安心でしたが、自分を起点に感染を広げるかもしれないというのは大きな恐怖

でした。

二月の連休前の夕方、退勤時刻間際に一人の利用者さんが陽性になったとの報が入りました。二日前にヘルパーが訪問していることから、ヘルパーは連休期間中自宅待機。コロナの簡易検査キットを届けて検査を指示。この二日間に訪問した利用者さんのケアマネに連絡。接触した可能性のある事務所スタッフへも連絡。可能な限り連休中の自宅待機をしてもらいました。幸い感染が広がることなく利用者さんもヘルパーも無事復帰しました。

コロナはどこから発生するか誰にもわかりません。すぐ側で気づかないうちに入り込んでいるのでしょう。発生した時には慌てないで、感染した人をしっかりサポートする体制の準備が必要だと教えられました。それにしても、早く特効薬ができて、感染しても鼻かぜ程度に感じるウイルスになってほしいものです。



まごころケア塩釜

春のたのしみ

志摩 弘子

なんと言っても一番は、塩竈神社のお花見です。「ソメイヨシノ」や「しだれ桜」など二百本程咲きますが、四月下旬に咲く天然記念物の『鹽竈桜』は必見です。八重桜の一種で薄い紅色。一つの花に三十五から五十もの花弁がつく大輪で、めしべの二、三本が緑色の小さな葉に変化する・・・ゆつくりと眺めていたい桜です。

次は、菜の花です。塩竈には、浦戸諸島という四つの離島があります。その一つの「朴島（ほうじま）」は、島一面が菜の花色に染まります。この菜の花、じつは「仙台白菜」の種を取るために植えられているのです。離島は、純粋な種を育てるのに最適なのだそうです。島に咲く菜の花は、ずっと残っていたい塩竈の春の風物詩です。

また、塩竈には造り酒屋が二件あり、お酒好きな方々には春の新酒がとつてもたのしみです。魚市場に水

揚げされた「生マグロ」を肴に一杯いかがでしょう。

皆さま塩竈にお越しの節はぜひどうぞ。

追記

坂井 洋子
各センターの皆様におかれましては、数々のお心遣い誠にありがとうございます。これからもご指導ご鞭撻のほどよろしくお願いいたします。

まごころケアサービス 福島センター

福島センター創立30周年を迎えて

須田 弘子

この度、お陰様で福島センターは創立30周年を迎える事が出来ます。本部を始めとし、全センターの皆様方には大変お世話になって参りました。平成9、17、25年と全国大会を開催させて頂き、又介護予防運動指導員研修（H20年）も本部より大きな機械を何台も搬入実施。実に時を得た事業にも拘らず、ただ一度だ

けで継続できず残念に思っております。東日本大震災・原発事故による避難者の方々への心温まるご支援も全センターからお寄せ頂きました事も決して忘れる事は出来ません。只々感謝の一言に尽きます。心から関係者、皆様方に厚くお礼を申し上げます。本当に有難うございました。

私たち福島センターは、本部事業も含め当法人の節目毎に、必要に応じた地域支援事業を催して参りました。その度に、組織力や地域福祉ネットワークが少しずつ広がって来たように思われます。日本ケアシステム協会・まごころサービスの理念「愛・忍耐・技術」モットーは「いつでも・どこでも・だれにでも」は、活動の根幹として揺らぐ事はありませんでした。

30周年事業のメインテーマは「だれもが安心感を抱く地域づくりと」は「です。高齢者・子ども・障がい者の立場から、日頃の各活動を通して意見発表をして頂きます。それに先立ち兼問会長には「まごころサービス届けます！」のご講演をお願いしております。

その一週間前からはプレオープンと称してバザーや花盛りの高湯の里の庭も施設も全部、地域の方々に開放し、デイサービス・学童保育・環境整備・事務作業等々、見学・体験・ボランティア受入れと孫子老サービスの理解あるいはタイムストックも体験して頂く事も計画しています。4/17（日）のみ芸能発表、大型スクリーンによるカラオケ、市街を見下ろし、花々を眺め乍らトレイラーハウスにて美味しいケーキとお茶をどうぞ！と皆さんに喜んで頂きたいと思っております。

社会的孤立の不安、健やかな子育て環境等々私たちが取り組むべき課題は山積みです。30周年は継続の始まりと認識し、会員一丸となり手を携えて、楽しく地域づくりに取り組んで参りたいと考えております。やります！出来ます！努力します！の吆は一つ一つ具現化するオマジナイ。今後ともご指導ご鞭撻の程よろしくお願い申し上げます。

まごころケア国分寺 調理で人と繋がっています

料理我^{りようりが}上手い^{うまいこ}

新人二人でデイサービスの調理を始めて一年十ヶ月が過ぎようとしています。週二回の調理を担当していた人が、辞めることになり、急遽二人ですることになりました。

私はここ十年？いやもっとかもしれない期間、家での調理は夫の担当になっていました。夫の料理に感謝しつつも、美味しいの、美味しくないのと文句を言っていたのがこんなところで跳ね返ってきました。初めのころ、デイサービスの利用者さん



の中には、率直に評価してくれる人が数人いて、「今日のおかずはあまりおいしくなかった」とか、「少し辛かった」「甘かった」といわれ、「今度は、おいしいといわせてみせるぞ!」と思いつつ、昼も夜も献立のことで頭がいっぱいの日が続きました。

日が経つにつれ「おいしかった」「すごくおいしかった」といつていただけようになり、嬉しいような、ほっとするような日が続きました。食事はデイサービスに来ている人にとって、楽しみの一つであり、特に一人暮らしの人にとっては家で作れないものが食べられる場所でもあります。「食事が一番の楽しみや!」といわれ、そういうことが解かると、



なおさら喜んでもらいたいという気持ちが強くなりました。

頂き物があると、当日の献立が変更になることもあり、またそれが楽しみのようです。スタッフが、「今日の料理はなんですか?」と聞かれます。伝えるとしばらく話しが弾むそうです。歯の無い人には柔らかかくて食べやすいもの。腎臓病のある人には塩分の少ないものを別についたり、ほうれん草がダメな人。鶏肉がダメな人。嚥下障害があり刻み食の人。粥食の人。栄養のバランスや、配色、見た目がおおいしそうなもの。デザートもメリハリをつけたり、少しでも豪華に見えるようにと、楽しみながら作りました。

だんだんと手際もよくなり、手の込んだ料理も少しずつできるようになり、久しぶりに主婦に戻って、料理を作る楽しさを味わうことができました。これからもレパートリーを増やして、よりおいしいものを作って喜んでもらいたいと、二人で張り切っている日々です。先日のお正月料理においては「こんな美味しくて綺麗な料理、冥途の土産になるわ!」との言葉に、有頂天になり、ますま

す二人で頑張ろうという気にさせていただきました。料理の本をいっぱい買ったり、レパートリーを増やそうといういろいろ考えていると、夢にまで献立が出てきます。夢の中で盛り付けにあくせくしている自分がいて、目が覚めて苦笑いをすることもありました。

元気は食い気。デイサービスの利用者さんには、しっかり食事を食べて、元気でいてほしいいつも願っています。

まごころケア にこにこ三豊

「いつでも笑顔で」

にこにこ観音寺デイサービス
介護福祉士 富田 さやか

介護の仕事を始めて9年になりました。利用者さんとの関わりの中で、うれしいこと、悲しいこと、さまざまな出来事がありました。最も大きな出来事と言えば、新型コロナウイルスの流行です。

緊急事態宣言の発令で、遠方に家

族がいる利用者さんは、今まで当たり前のように会えていた家族に会えない日が続きました。突然の生活様式の変化に戸惑い、心細い毎日を送ることを余儀なくされた人もいました。当たり前が当たり前でなくなることは、心身に大きな影響を与えてしまいます。「家族に会えないことが寂しくてたまらない」と訴えてきた利用者さんに対して、何もしてあげられない自分の無力さを感じることもありました。また、改めて人とのつながりや、支え合うことの大切さを痛感しました。

そして今、私たちにできることは、思いを整理し、話にしっかり耳を傾ける環境をつくり、最後までその人らしい生活が送れるよう寄り添うことだと思いました。寄り添うことは簡単ではありません。忍耐が必要なきが往々にしてあります。「いつでも笑顔で」をモットーに、この介護の仕事を通して出会えた人たちを少しでも支えられるような人へと成長していくことが私の新たな課題です。大好きな介護の仕事に誇りを持って、これからも日々精進していきます。

(福祉新聞 令和4年1月号掲載文より)

最後に、私事ですが、現在4歳になる娘がいます。8月には第2子が誕生する予定です。6月末より産休に入り、来春には仕事復帰出来ればと考えております。にこにこ三豊の先輩方に支えて頂きながら、母として介護士としてまた1歩成長していきたいです。



まごころケア ぽっかぽか川之江

10年目、初挑戦。

介護福祉士 篠原 美由紀

私は介護の仕事について10年目になります。10年にして初めての試みが、昨年の敬老会での催し物で、『ひげダンス』に挑戦したことです(志村けんさんや、加藤茶さんがやっていた一芸)。デイサービスの敬老会

で催し物担当になった私が、お年寄りに喜んでもらいたい一心でペアになった人と考えた企画でした。私は今まで人前で笑かすような盛り上げ役からは程遠い存在で、自分自身もビックリする出来事でした。ひげダンスの踊りの練習や内容を確認しながらの打ち合わせの時、恥ずかしさが出て動きがぎこちなく、「こんなことで当日大丈夫なのか」と、正直不安でした。ペアを組んだ相手の方にも失礼なので、自分の恥じらいを捨て挑みました。パフォーマン



ヒゲダンスの私

ちの笑い声が響き渡り、みんな喜んでくれている。「やって良かった!」と思えた瞬間でした。

お年寄りの

方の笑顔に出会えることや、楽しかったと思ってもらえることが私にとって嬉しいことなので、これからも寄り添い支えながら皆さんのお役に立てればと思っています。



普段の私

暖かい温もりと優しさを
ありがとうございます。

徳島センター 道辻 明子

まごころサービス徳島は令和三年五月末日をもって廃業しました。平成七年六月にスタートしてから二十八年が過ぎました。長かった様で、私にすればあつという間の年月でした。皆様に助けられたり、助けたり、暖かい温もりと優しさの中で

活動出来た事に心から感謝しております。

兼問道子会長にも色々とお指導いただきまして、ありがとうございます。

まごころ(孫・子・老)ケアサービスの理念と活動経験を大切にしてこれからの残された人生を健やかに、スコヤカに!皆様の御健康と御多幸をお祈りしながら暮らしたいと思えます。

◎まごころ徳島の介護保険や障がい者福祉・NPOボランティアの活動日誌・会計書類・その他重要書類は道辻宅へ五年間預かって管理しております。

まごころケア西春日

コロナウイルスは終息に向かっている?

センター長 笠井 圭介

皆様いかがお過ごしでしょうか。マスコミの報道にもありますように、コロナウイルスはオミクロン株に変異し、感染者の数は以前にも増して増え続けています。これから先、

どうなるのか不安を抱えながら生活を送っている方も多いと思いますが、希望的な観測もあります。そのひとつである京都大学再生医科学研究所の論文をご紹介します。

オミクロン株の感染拡大によって世界は大混乱に陥っていますが、実は終息に近づいているとも言えるということです。もちろんこれはウイルスがゼロになってゆくというのではなく、弱体化して「ただの風邪」のようになり、人類とコロナウイルスが共存する方向へ向かっているというのです。

オミクロン株の特徴は、感染力が強く感染者は多いが重症者は少なく、これまでの風邪の症状と見分けがつきにくいことが挙げられています。そもそもウイルスは宿主動物（今回の宿主は人）の中でしか生きてゆけません。あまりウイルスの毒性が強いと宿主である人を殺してしまい、ウイルス自体も生き残ることができなくなります。したがってウイルスは、生き残るため自らが弱毒化に変異し、感染力を保持しながら広まっています。

呼吸器感染症のウイルスで最も感

染が広まりやすいウイルスは、鼻や喉の奥で増殖するタイプのもので、それはせきや鼻水、くしゃみといった症状を引き起こすので、飛沫や呼吸での感染が増えます。

一方、肺の奥で増殖するタイプであれば、発症した人は肺炎を患って入院します。そうなれば感染は広まらず、ウイルスも行き場を失い生き残れないということです。

こうした理由により、新型コロナウイルスは鼻や喉で増殖するウイルスへと変異し、肺炎を引き起こすような強毒なウイルスは淘汰されるのだそうです。

もちろん、高齢者や基礎疾患をお持ちの方は感染すると、重症化もな

いわけではありませんが、ウイルス自体は従来のような強毒性はないので過度に恐れる必要はないということです。手洗いやうがい、マスクや消毒など従来の感染対策をしっかり行い、ワクチンを接種することで、感染や重症化を防ぐことができます。どうか皆様、いましばらくは体調に留意し、お元気でお過ごしくださいと思います。

まごころケア高松

福家 茂雄

高松センター研修所で実施している、ラポールカレッジ介護福祉士実務者研修（通信課程）の昨年11月入校コースに海外からの技能実習生3名の方が入校してきました。

研修期間は11月から今年4月までの6か月間です。全員女性で高松市内の介護現場で介護の仕事をしながら学んでいます。

今年1月15日から週1回のスクーリングに出席し実技や医療的ケアについて学びました。先般2月末にス

クーリングを終えた3名の方から研修についての感想や今後のことなどの思いをお寄せいただいたのでご紹介します。

○エルリン ヘルリナワティ様

私はインドネシアから介護の技能実習生として日本へ来て、今は高松市内の介護施設で介護員として仕事をしながら勉強をしています。昨年11月からは介護福祉士の受験に必要な介護福祉士実務者研修を受講しています。今年の4月に講習は終了しますが、これからもしっかりと勉強して介護福祉士試験に合格するようがんばりたいと思っています。

ところで、皆さまはラマダン（断食月）という言葉をご存じですか。イスラム教徒が多い国や地域に馴染みのある方ならともかく、普通の日本人はなかなか知る機会がない言葉かもしれません。今年はイスラム歴の4月がその時期にあたり、4月2日～5月2日の予定です。インドネシアでは人口の9割にあたる2億人がイスラム教徒なので、この1か月間は宗教上の義務として、多くのイスラム教徒が日の出から日没までの

あいだ飲食を断つ形で断食を実践します。

○ミヤ サンダー様

日本にきて介護の仕事をしながら介護の勉強をしています。介護福祉士の受験に必要な実務者研修を受講しています。

スクーリングの7日間の講義や実習などの時間は、私にとって介護の仕事について日本の先生から直接学ぶのは初めてなので、はじめは緊張して怖かったです。でも、介護や医療的ケアの先生方は私たち外国人に向けて、なるべく優しい日本語を使ってくれて、分かりやすい言葉で教えてくださって、本当にありがとうございます。

スクーリングの研修中には、同級生たちと色々話し合いができて良かったです。スクーリング中に一番好きだったのは、実技の時間帯でした。なぜなら、その勉強の内容は職場で実際にやったことがあり、よく分かったからです。また、今まで知らなかったこともあったのでたいへん勉強になりました。

このスクーリングでは先生方が

ゆっくりと詳しく教えてくださって、本当に心から感謝しております。私にとって良い経験になったと思います。今後もしっかりと勉強して介護福祉士を目指してがんばりたいと思います。

○ロイ サイ様

こんにちは、11月入校コースの受講生で、ロイサイと申します。ミヤンマー人です。

この研修所は、今働いているサマリヤ松並とともに近いので、交通便利がよく、よい研修ができたと思っています。外国人の私にとって、この研修に参加して介護の専門用語だけでなく、多くの日本語を学ぶことも出来ました。スクーリングの講義をきいて、医療にも興味をもつようになりました。介護保険についての講義は以外に難しかったです。スクーリングに参加するまでは、日本語が分かるかな？との心配もあって、迷っていましたが、講師の先生がゆっくりと説明してくれるし、分からない事もすぐ聞くことができたので良かったです。

介護福祉士のベースであるこの研

修を、分かりやすい言葉できちっと教えてくれて、間違ったらすぐ直してくれた先生に心より感謝しています。しっかりと勉強して介護福祉士をめざして頑張ります。

ちよつと一服 「ラマダン」とは

イスラム教徒が日の出から日没まで食べ物と飲み物を絶つ、いわゆる断食を行う約1カ月を言います。ラマダンとはアラビア語で「猛暑、灼熱」を意味しますが、イスラム歴の9番目の月の名前で「聖なる月」とされています。

太陽暦との差があるため毎年約11日早まりますが、実際の開始日は新月が確認されてから決定されており、今年は4月2日からの1カ月がその期間となっているようです。

ラマダン月においてイスラム教徒は断食だけでなく、断食をはじめとする様々な欲を絶つことで、怒りや強欲など墮落した考えを振り払い、神への献身と奉仕に没頭し信仰心を高め、祈りと大切な人

と過ごす時間をより多く持つことを目的としています。

また、食に感謝しつつ忍耐力を養い、恵まれない人々の苦しみを理解し心を寄せる信仰上の期間としています。

してはいけないこととして、口論や喧嘩、悪口、嘘をつくこと、だますこと、喫煙、性行為などです。中でも悪口は最もしてはいけないとされているそうです。

断食の例外として、妊婦や授乳中の母親、生理中の女性、重病人、旅行者、貧困のなかにいる子供など、特に断食できない理由のある人は除かれていて、柔軟性と幅を持っていくようです。しかし免除される人にも、後日やり直す必要のある人（旅行者、妊婦など）と、必要のない人（高齢者、乳幼児、重病人など）に分かれています。





寄稿 「海洋環境」

寄稿者：野上和平

私たちが出したゴミや排水による環境破壊のひとつとして、プラスチックなどによる海の汚染が問題となっており、早急に対策を講じなければといわれています。

この課題について高校の卒業研究（卒業プロジェクト）として取組んだ成果について寄稿があったのでシリーズでお送りします。（文中12年生とは高校3年生のことです）

・はじめに

・始まり、活動の指針を決める

・武智美波さんインタビュー

・データや記録に重点を置く

高松 浜ノ町・高松漁港

〈テーマ発表後初めての活動〉

はじめに

現在、海にはどれくらいのプラスチックゴミが存在するかご存知でしょうか？少なく見積もっても一億五千万〜二億五千万トンとされています。今の速度で海洋プラスチックゴミが増加していけば二〇五〇年には、海のマイクロプラスチックは十億トンを超えるとの研究もあります。全世界の魚類の総重量が八億トンと推定されていますから、その膨大さがお分かりいただけるかと思いますが。これらのプラスチックは海洋生物が誤飲したり直接的に自然環境や生物環境を汚染したりと、海に甚大な影響を及ぼします。マイクロプラスチックの中には水よりも比重が重く海底に沈んでしまうものもあるため、海のあらゆる環境に被害を与えます。またマイクロプラスチックは人体にも深刻な影響を及

ぼします。目に見えないほど小さくなったプラスチックが水道水から検出された事例もあると言います。

私の家では家族ぐるみで（特に父と母）サーフィンをしていて、海に行く機会は何かと多かったのですが、実際にビーチに散乱するプラスチックゴミを見てきました。もちろん幼い頃はそれほど重大に捉えてはおらず、砂浜はどこでもゴミがある、別に誰かが捨てている姿は見えないのに、などと軽く疑問に思う程度でした。しかし、幼い頃から海によく連れて行ってもらっていたことが、私の卒業プロジェクトのテーマに大きな影響を与えていることは間違いありません。この幼い頃の経験と報道される事実を知ったとき、私の卒業プロジェクトのテーマは自然と決まっていきました。

私は卒業プロジェクトのテーマがなんであれ「人に話を聞きに行く」ということと「どこか外へ出る」ということを軸にしようと考えていました。そのためこの「海洋環境」でも海で活動する方へのインタビューと、環境団体での一年を通じた活動を必ず行おうと思っていました。そ

れらを行うことで海のゴミ問題をよりリアルに感じ人に伝えることができるのではないかと考えたからです。またゴミ問題を、信憑性を持つて他に伝えるという面で計測やデータに基づいた「事実」が最も重要だと考えていました。しかし私の卒業プロジェクトは一年半で少しずつ形を変えていきました。この変化は自身ゴミ問題、大きくは海に向かう意識の変化に起因します。最後までインタビューと活動は続けたので



すが、それらの活動への目的意識は卒業プロジェクトが始まった十一年生の頃と十二年生（高三）の冬明けとは明らかに異なっていました。前述の通り、以前はゴミ問題に関わったことへの信憑性を高めるために活動を行っていました。けれども何度も活動に参加し様々な方にインタビューをさせていただく中で、なぜこの人たちは大変で給料も出ないボランティア活動をこれほど楽しそうに行うのだろうという疑問が生じました。少なくとも私のような「問題をリアルに感じる」という理由ではないでしょう。そこで、本当の意味で海を好きになれば「ゴミ問題をリアルに感じる」などという理由ではなく、なぜ人は海に惹かれ海を守ろうとするのかの本質が理解できるのではないかと考えるようになったのです。それによって活動自体もゴミ問題の現状をただ知るのではなく、本当の意味で海の魅力を知る機会になるのではないかと考えました。私の一年半の活動が、海の何が人を惹きつけるのか、なぜ海を守らなければいけないのかについて、少しでも知る機会になれば幸いです。

始まり、活動の指針を決める

私の卒業プロジェクトはどういう形で進んでいくのだろうかと自分の中で思い巡らせながら、私の卒業プロジェクトが始まりました。テーマ発表のさらに前である卒業プロジェクトが始まってすぐの時期、一体何から始めたらいいのか手探りの状態でした。その中で、一度人にお話を聞いてみようと思い立ちました。知り合いの方に色々のご連絡をさせていただき、この卒業プロジェクトが始まる前からご縁のあった武智美波さんという方にお話をお聞きできることになりました。先生方にも「色々試してみよう」と言っていたいて、とりあえず実践してみた活動でしたが、このインタビューは結果的に海洋環境の問題について掘り下げ、ボランティアなどの実際に現地へ足を運ぶ実践的な活動を主軸にした私の卒業プロジェクトの根本を作ることになりました。

卒業プロジェクトも終わりに近づくと十二年生になった今だから言えることですが、初めての活動をインタビューにして本当に良かったと思っています。人にお話を聞くことで私の中での視野が一気に広がりました。視野というのは知識的なこともありますが、これまで自分以外の考えを聞いたことがなかったので自分以外の人の意見や考えを聞けること自体が本当に新鮮でした。また卒業プロジェクトが始まってすぐ外に触れる機会を設けられたことで、活動の進め方に具体的なイメージが持てたように思います。武智美波さんのインタビューから私の卒業プロジェクトの活動は始まりました。ここから一年半に及ぶ私の卒業プロジェクトが幕を開けることになります。

武智美波さん インタビュー

テーマ発表前の十一年生の夏プロサーファアの武智美波さんにインタビューをさせていただきました。武智美波さんは日本プロサーフィン連盟の女子選手会長をされており、東京五輪の新種目であるサーフィンの事務局もされている。また環境問題に積極的に取り組んでいる企業として有名なパタゴニアのアンバサダーを務められていて、海洋環境の問題についても広く活動をされている。

の中で、視野が一気に広がりました。視野というのは知識的なこともありますが、これまで自分以外の考えを聞いたことがなかったので自分以外の人の意見や考えを聞けること自体が本当に新鮮でした。また卒業プロジェクトが始まってすぐ外に触れる機会を設けられたことで、活動の進め方に具体的なイメージが持てたように思います。武智美波さんのインタビューから私の卒業プロジェクトの活動は始まりました。ここから一年半に及ぶ私の卒業プロジェクトが幕を開けることになります。

私がインタビューを依頼したきっかけは、武智美波さんが家族ぐるみでお世話になっているサーフショップ。

プの娘さんだったことだった。とても明るい方で会った時はいつも「よくきたね」と言ってくださる。今回はそんな美波さんに美波さんが思う「海の汚染」についてお話を伺った。

美波さんはプロサーファーという、海が仕事場であるお仕事をされており私たちよりもずっと海の恩恵と大切さを知り、同時に私の卒業プロジェクトの根幹でもある海洋汚染の重大さを最前線で目の当たりにしておられる。砂浜に残るペットボトルや空き缶、海に漂うビニール袋、手で拾うことが出来ないほどに細かくなった無数のマイクロプラスチック。それらはいずれ人間に帰ってくる。美波さんは「海は私たちの第二の家でありそこにゴミが捨てられていたり海の生物たちが死んでいたりするのを見るのは、家に帰ると家が荒らされていて、ペットも死んでいるというようなイメージ」と話し、「この問題は早急に手を打たなければ手遅れになる。もうすでに遅いくらい」ともおっしゃる。

美波さんこのような問題を「私たちのような海にお世話になって海を使わせてもらっている者が率先して

行動し、問題のインフルエンサーにならなければならない」と話す。しかし私は、私たち一人一人も意識すべきことであると思う。美波さんは「行動を起こしていくことはもちろん、やらなければいけないことだけど、心から海が好きだからやっている」と話す。私たちがそこまで考えて行っていくのはなかなか難しいものがあるかもしれない。しかしみんなが少しでもだけ想いを向ければ、それは少しではなくなると思う。普段海を見もしない私たちは、一見無関係のように感じるが、細い溝一つでもいずれば海に繋がるのだ。美波さんは「一人一人がただ自分ごととして捉え、考えられるかが今一番重要。だからまずは知ること。なんでもいいから何か情報を得ようとしてみればそれで一歩前進する。」と言う。そして何かきっかけが一つあれば、それがたとえほんの些細なことでもそれはゼロが一になった大きな一歩だと言う。以前から美波さんとは面識があったが、ちゃんとお話したのは今回が初めてでその真剣な表情からこの問題がいかに深刻なのかを実感した。私が今後、何かを発

信し感じたことを別の人に伝えていくことで、別の誰かの「きっかけ」になれるように活動していきたいと強く感じた。



データや記録に重点を置く

テーマ発表後の十一年生の期間。まずは知識を深めようと、九州大学教授の磯部篤彦氏の「海洋プラスチックゴミ問題の真実」をはじめとするプラスチックゴミのデータに関

する本を読みあさりました。それ以降、一度実践してみたいと思っていた海のゴミのデータの収集を行いました。

私一人で行うことができる可能性があったデータ計測の方法は大きくは二つ。一つ目は海岸のゴミの量の計測です。計測方法は計測する海岸の一定の面積のゴミの量を計り、そこにその海岸全体の面積をかけるという方法です。しかしこの計測方法は簡単に行える分データの信憑性は少し下がってしまいます。データの信憑性を下げる要因として、ゴミの量が同一海岸内でも一定で無いことが挙げられます。海岸内でゴミの多いところの量を測って全体の面積をかけてしまうととてもない量のゴミがある海岸になってしまいうわけです。ただ色々と工夫のしようはあります。例えばゴミの量を測る一定面積を、計測を行う海岸内で複数取ります。そしてその平均を出しそこに全体面積をかけるとデータの信憑性も上がってきます。

二つ目はゴミを収集しゴミの製造地、海岸の地形、海流など総合的な情報からゴミの出所を探るという計

測方法です。ある本の中ではコンピュータ上で海流の予測モデルを製作しゴミの集まりやすい場所、ゴミの出る場所などを予測していました。

もちろん高校生一人では本の中で行われていたような大規模な計測はできませんが、可能な限り実際に海に足を運びそのゴミの出所や量などを自分なりに考察することは可能でした。私一人が一日で行った計測のデータの信憑生は低いですが、データを取りそこから事実を見つけ記録を作ろうと考えていました。

香川県高松 浜ノ町・高松漁港

「テーマ発表後初めての活動」

まずは高松の祖父母の家から自転車で三〇〇四〇分くらいのところにある浜ノ町という地区にある高松漁港（高松港とはまた別の場所）周辺のゴミの計測に行った。初めての計測で、お試し感もあったのだが、あれこれ考えるより一度実践して見る方がいいと思いテーマ発表後すぐに行った活動だ。今回の目的はこの漁港周辺のゴミの出所を探るための考察だ。

浜ノ町は香川県高松市の市街地北東の港町である。瀬戸内海に面しており海は穏やかで波はほとんどない。



丸で囲まれた部分が浜ノ町・高松漁港周辺。鮮魚や青果を扱う高松市中央卸市場、高松鮮魚仲卸協同組合などがあるエリアで高松市の台所的な役割を果たしている。



瀬戸内海に流れ込む香東川。

この川から運ばれてくるゴミは浜ノ町の海岸にはほとんどない。

ゴミの様子

ゴミはかなり多い。他の海岸と同様にビニールや発泡スチロール、ペットボトルなどの石油製品が目立つ。港の岸に多くゴミが流れ着いているが、水中を漂っているゴミも少なくない。特にレジ袋などの、比重が水と近いゴミは完全には浮かず水中を漂う。レジ袋、プラスチックパック、ペットボトル、空き缶等の生活用品、ポイ捨てされたゴミ、漁網、

浮き、船用のタイヤ等の漁具が大半を占める。



海から岸に打ち上げられたゴミと逆に陸側から海の方へと飛ばされてきたゴミとが入り混じっている。一部では生ゴミの腐敗も始まっており腐敗臭がひどく衛生的にも問題がありそうだ。

写真からわかるように完全に浮いているゴミと水との比重が釣り合い、水中を漂っているゴミがある。さらに水より比重の思いプラスチック類、金属ゴミ等の海中に沈んでしまふゴミもある。そのためただ単純

に浮いているゴミや岸に打ち上げられたゴミを拾えばこれらのゴミがなくなるわけではない。

これはプラスチックゴミの問題の中でも大きな問題として扱われる事も多い。世界一水深が深いことで知られるマリアナ海溝の海底一万メートル付近でもプラスチックゴミが発見されている。



考察

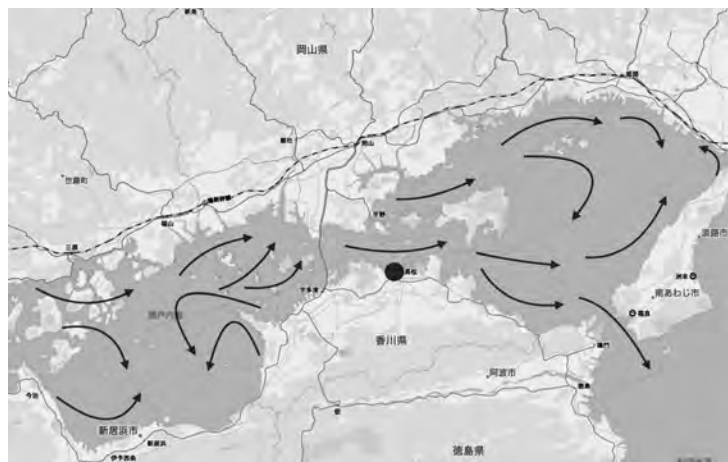
浜ノ町の海岸および高松漁港周辺のゴミについて、ここまでの調査で分かった事をまとめた。そしてそこから自分なりにこの辺りのゴミの出所やゴミ事情について考察を行う。一日で行った調査なのでデータの信憑性は高くないだろう。ただ次に示すように一日の調査だけでも多くのことが考察できた。

・瀬戸内海は世界有数の潮流海域である。干満の差は平均して二メー

トル、大きいところで四メートル近くにもなる。干満の上下がピークを過ぎると潮の流れは加速度的に速くなる。時間によっては潮の速さが、十ノット（時速十九キロメートル）を越える激流ポイントも存在する。紀伊水道、豊後水道そして関門海峡を通じて外海と繋がっており、これらの狭い水道を海水が入り出す。東西からの潮流は愛媛県と香川県の県境辺りから広島県の鞆の浦辺りの海域でぶつかり、さらに潮流を複雑にする。鳴門海峡や来島海峡など潮流が速いことで有名なポイントが多く存在するが、それらの水域はもはや流れの速い川のようなスピードで潮が動く。

一方、瀬戸内海は閉鎖性海域であり外洋からの流れは少なく瀬戸内海の中で潮が回っている。そのため瀬戸内海内の別の都市からゴミが回遊、漂着することはあっても、ゴミが外洋から長距離を運ばれて来ることはほとんどない。この高松・浜ノ町周辺が面する地域もゴミが遠方から運ばれてきたような様子は見てとることができなかった。加えてこれ

らのゴミはラベル等からわかる製造地等からもこの高松市付近で出たゴミのようだ。



香川県付近の潮流の概略図。丸印が高松・浜ノ町付近。

※参考：海上保安庁海洋情報部

・漁具のゴミも、漁船が多数停泊している漁港が近いことから遠方からではなく高松付近で出たことが想像できる。

・この浜ノ町・高松漁港周辺は高松市街地に面しており高松駅からも非常に近いことでアクセスが良く

釣り人も多い。また、漁業組合、工場、卸売市場などがこの付近に集中しており人通りの多い地区でもある。



上：高松市中央卸売市場
下：高松漁港に停泊する漁船群

・これらのことから浜ノ町沿岸のゴミはポイ捨てや風によって飛ばされた家庭ゴミと、漁業、釣り関係から出るゴミとが川の流れや波によって沿岸部に流れ着いたものだと考えられる。

令和4年春号をお届けします。今回も

各センターの皆様方からたくさんのお原稿を頂きありがとうございます。令和2年春から始まったコロナ禍も3回目の春を迎えました。第5波が終息してほっとしたのも束の間、新たなオミクロン株の出現で第6波に突入しました。町中いたるところに検温器と消毒液が置かれ、マスク姿が日常化しています。連日全国ニュースで感染者の発表が報じられない日はありません。介護現場でもご家族、特に子供さんの関係で自宅待機を余儀なくされている職員が続出し、シフト調整に苦労しています。

今年の総会こそ各センターの皆様方と一堂に会して親しく交流の場をもてるのでは、と望みを託していましたがどうやら実現しそうにありません。いましばらくは感染対策に努め頑張りましょう。総会資料などにつきましても、別途お送りさせていただきますのでよろしくお願いいたします。

塩釜センター様から坂井正義センター長様がお亡くなりになったとご連絡がありました。1月7日に体調不良で入院後、10日に帰らぬ人になりました。初七日の法要を終え、1月17日のご連絡でした。突然の訃報に接し呆然と致しました。

坂井様におかれましては、塩釜センターのセンター長としてセンターの活動・発展はもとより、日ケアの役員として総会ではいつもお元気な姿を見せられ、ムードメーカーとして総会を盛り上げていただきました。

いつも日ケアのことに思いを馳せ、理事として運営発展に努めて頂きました。本当にありがとうございます。心よりご冥福をお祈りいたします。

3月16日午後11時36分ごろ福島県沖を震源として、宮城県と福島県で震度6強を観測する地震がありました。震源の規模マグニチュードは7.4と推定され、気象庁から津波注意報が出されました。東北新幹線東京発仙台行き「やまびこ号」が福島白石市で脱線、全線での運転再開は4月以降のことです。

震度6強の地震は昨年2月13日の福島県沖を震源とした地震以来のことです。またしても東北地域での地震でした。状況をお聞きしたところ甚大な被害はなかったものの、散乱した部屋の片づけに追われているセンター様がありました。コロナ禍で何かと大変ななか、福島、宮城の各センターの皆様にはあらためてお見舞いを申し上げます。

厚労省は今年2月から新たに「介護職員処遇改善支援助金」制度をスタートさせました。この制度は従来の介護職の処遇改善に加え、各事業所が受取る毎月の総報酬額にサービスごとに設定したそれぞれの交付率を乗じた額を算定し補助金として支給するものです。

ある月の総報酬（基本報酬＋加算減算）×1単位の金額】×交付率＝補助額
2月から9月までの間は支援補助金とし

て交付し、10月以降は臨時の介護報酬改定を行い、同様の措置を継続するとしています。ちなみに訪問介護の場合の交付率は2.1%、通所介護は1.0%となっています。補助金の対象となる要件としては

- ①これまでの処遇改善加算Ⅰ、Ⅱ、Ⅲのいずれかを取得していること
- ②原則として令和4年2月分から賃金改善を行うこと
- ③補助金の全額を賃金改善に充て、かつ3分の1以上はベースアップ等に充てることなどです。

障害福祉現場で働く介護員の方にも同様の制度が新設されていて、名称は「福祉・介護職員処遇改善臨時特例交付金」として発表されています。交付金の算定に必要な交付率としては居宅介護や重度訪問介護、同行援護、行動援護などは3.6%とされています。

従来の処遇改善加算並びに特定処遇改善加算について、令和4年4月から新規にあるいは3年度に引き続き取得される事業者の申請は昨年と異なり、4月15日までの申請となっています。申請されるセンターにおかれては手続きをお願いします。

最後になりましたが各センターにおかれましては、何かと出費多端な折にもかかわらず、本年度の会費並びに保険料につきまして、全て滞りなく受領いたしました。ありがとうございます。

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 III」
株式会社
アール・シー・エス

〒760-0020
高松市錦町1丁目4番37号
TEL: (087) 802-5133
FAX: (087) 826-5010

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

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

実務者養成施設

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
★スクリーニング(通学)は
「医療的ケア演習」を含み7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～

はじめて
まいたうんメール便
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

〒761-8058 高松市勅使町519番地
TEL 087-813-0426 FAX 087-813-0436
E-mail takamatsu@carol.ocn.ne.jp
http://www.shikoku-mp.com/

TOYOTA

福祉車両など車のことなら
香川トヨタ自動車
にお任せください!

香川トヨタ自動車株式会社

本社/高松市春日町1378番地
087-843-8800
URL <http://kagawa-toyota.jp>

地域とともにこれからも。

あまて
おはなしする
も、こ
つたあね

香川銀行
トモニホールディングス

Achieve every way

株式会社 ウエイ企画

〒760-0062 高松市塩上町7-2
TEL: 087-837-1159 FAX: 087-897-3007

www.network-way.com

WEB・システム グラフィックデザイン イベント企画・運営

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

SEIKO-SHA
株式会社 **高松** **東京**
成光社

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

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

桜前線が北上し始めると一段と春が際立ってきます。全国18都道府県に出されていたコロナのまん延防止等重点措置は3月21日で全面解除となり、1月8日以来2ヶ月半ぶりに全ての地域でまん延防止措置がなくなりました。同時に濃厚接触者の自宅待機も一定の条件のもとで8日から5日に短縮することとなり、社会経済活動の維持が強化されました。

一方、ロシアによるウクライナへの侵攻は続いていて、現実として受け入れ難い悲惨な状況が続いています。一刻も早い停戦を願うばかりです。

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 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 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 宮城県塩釜市袖野田町39-2	jmss@cocoa.ocn.ne.jp	022-362-2030	022-362-3303
まごころケアサービス 福島センター	〒960-2262 福島県福島市在庭坂宇南林60-2	magokoro@safins.ne.jp	024-573-7539	024-591-5441
まごころケアサービス 二本松センター	〒964-0903 福島県二本松市根崎1-9	kuwabara.masaaki@ivory.plala.or.jp	0243-22-0112	0243-22-0112
まごころサービス 国見センター	〒969-1761 福島県伊達郡国見町藤田日渡四18の1	magokoro923@yahoo.co.jp	024-585-5923	024-585-5924
まごころケア千葉	〒262-0033 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
まごころケア京田辺	〒610-0331 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 岡山センター	〒703-8232 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 倉敷センター	〒706-0001 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 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 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 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 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 香川県高松市屋島東町1414	mail1ka1584yasuragi@swan.ocn.ne.jp	087-843-9590	087-841-3853
まごころケアサービス 大川センター	〒761-0904 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 香川県高松市西春日町1510番地1	keisuke82kasai@gmail.com	087-869-1165	087-869-1195
まごころケア ぽっかぽか川之江	〒799-0101 愛媛県四国中央市川之江町1660-1	kamayan@cosmostv.jp	0896-56-2623	0896-77-5761

「日本ケアシステム協会」会報
令和4年4月1日 発行No.159

発 行 所 〒761-8052 高松市松並町802番地1
TEL087-815-0771 FAX087-815-0773
URL <http://www.jp-care.gr.jp>
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
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/>