171号
Spring
2025

まごころ

全国まごころケアネット

柏餅

CONTENTS

巻頭言　悩んでいませんか　1

「命を祝う」　～イースターは春・命のお祭り　2～3

孫子老だより　～健康管理はユーモアと笑いで～　4～6

センターだより　7～10

まごころケア旭川　「旭川センタートピックス」

まごころケア福島　「日ケア全国大会ｉｎ福島」

まごころケアにこにこ三豊　「真鍋さんとの思い出」

まごころケア屋島やすらぎ　「逆打ちの四国８８ヶ所巡りに参加して」

まごころケア西春日　「重度の人が自宅で生活すること」

まごころケア高松　「訪問介護ヘルパー談義」

香川のため池物語　豊稔池編　11～14

事務局通信　令和7年度日本ケアシステム協会全国大会

記念講演会　市川一宏先生「共生社会を目指す日ケアの実践」　15～16

悩んでいませんか

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

あなたは今、悩んでいること、辛いことはありませんか。老後や病気のこと、経済的なこと、仕事のことなど苦しい思いをされていませんか。その抱えている悩みが少しでも楽になる手立てはないものか。

調査によると、何もないという方が稀で、濃淡人それぞれさまざまな悩みを抱えており、じつに４人に３人が何らかの辛さを抱えているというのです。

さて、悩みを解消する方法を研究した論文を紹介したいと思います。このことを実行すれば劇的に解放されるとは限りませんが、参考になれば取り入れてみてください。少しでも楽になることを願います。

まず、現状の辛い状況から抜け出すために、悩みを「声」に発すること、大声、小声を問いません。苦しい事柄を言葉にします。悩みの内容を声に出すことを試みてほしい。人に話す、つまり言語化です。相談できない、誰にも言えない状況は辛さを増幅させてしまうのです。本人にとっては重大事だと感じる悩み事でも、思い切って声に出すこと、可能なら誰かに聞いてもらうことができれば心が軽くなることが少なくありません。

次に、解決へ向かうための具体策として「書き出す」ことも有効です。書くことは問題を解決に導いてくれる方法論として効果的です。心を晴らす「悩みノート」に書くこと、言語化することが有効だとされています。書くことで現状を分析し、客観視することで辛い状況の内容把握ができます。考え込んでいる事項を、書くことによって心のうちを整理します。

「声に出せない」「人に話せない」「書けない」と、ストレスを抱え込んだ状況から抜け出せない時間が長くなります。喋り書くプロセスは悩み解消に有効とされています。ただし、悩みの内容によっては他者の力を借り、応援がないと解決できない事項があります。その場合はしかるべき専門家への門をたたくことをお勧めします。

難しいことかもしれませんが、声に出して書くことを試みてください。どうしようもないと悩んでいた事柄、前向きになれない絶望の真っただ中と感じていたことが、実は、思っていたほど深刻ではないと捉えることができる場合があるというのです。

言葉によって「無意識」が「意識」に変化し、悩みの内容を自己分析できるからです。つまり、悩みの内容がはっきりしてくるのです。無意識な思考、つまりネガティブな感情が意識化され混沌としていた事項が具体化されることで、客観的、具体的に捉えられ、心の整理の手助けとなり明るい気持ちへと悩み解消へ向かうというのです。

平安な日々が過ごせますように、心から切望しています。

「命を祝う」
～イースターは春、命のお祭り

ルーテル教会牧師　加納　寛之

三月、四月にスーパーなどに行くとカラフルな卵形のお菓子などが飾られたイースターコーナーを見かけることがあります。イースターはヨーロッパやアメリカではメジャーなイベントです。意外かもしれませんが、クリスマスよりも大切な時として過ごされます。キリスト教のイベントというだけではなく、春、命を大切にする時だからです。

☆イースターってなに？

イースターは日本語では「復活祭」と書きます。これはキリスト教で十字架にかけられて亡くなったキリストが、その三日目に復活したことを祝うからです。とはいえ、イースターの起源はキリストの復活のお祝いではなく、土着信仰などで行われていたお祭りが起源ともいわれています。実際、イースターの語源はゲルマン神話に登場する春の女神、エオストレの名前に由来するといわれています。かつてゲルマン人は、春の名月をエオストレモナトと名づけ、春の到来を祝ってお祭りを開催していました。イースターの行われるタイミングが、エオストレモナトのお祭りの時期と重なることから、両者が次第に融合し、春の到来も一緒に祝う行事になった説があります。キリストの復活は新しい命を、春は花が咲く様子からも命の芽生えを感じさせます。いずれにせよ、春の喜びのお祭りです。

☆イースターの時期は？

クリスマスは12月25日、ハロウィンは毎年10月31日と決まっていますが、イースターは日にちが定まっていません。イースターは、春分の日の後にやってくる、次の満月から数えて、最初の日曜日に祝うと定められています。そのため、3月22日から4月25日の間に祝われます。北海道などでは年によっては牧師が「イースターは春のお祭りです」と話して窓の外を見ると、雪が降っているなんてことも。世界ではイースター休暇がある国も多く、日曜日のイースター当日を挟んだ金曜日から月曜日の四日間が多いようです。

☆イースターの象徴①～うさぎ

日本でも、春になるとお店で可愛らしい卵型の飾りや、うさぎの置き物を見かけることがあります。クリスマスツリーがクリスマスのシンボル、かぼちゃがハロウィンのシンボルであるように、イースターにもシンボルがあり、それが、「イースターエッグ」と「イースターバニー」です。イースターバニーはうさぎです。

イースターバニーは子供たちにイースターエッグを運ぶ役割があるとされています。お菓子やおもちゃのプレゼントを持って来ることもあります。例えばアメリカでは、子どもたちはイースター前にバスケットを用意し、前日に玄関先に置いておきます。すると夜の間にイースターバニーがやってきて、イースターエッグと一緒にお菓子やおもちゃを入れてくれるのだそうです（まるでサンタクロース）。欧米では、イースターバニーをかたどったチョコレートやパンなどを食べるのも一般的です。

なぜうさぎがイースターの象徴、イースターエッグを運ぶといわれるようになったかは一般的には、繁殖力が強いうさぎはキリスト教においても「生命力」や「繁栄」の象徴なので復活祭のモチーフになったといわれています。また、うさぎの巣は土の中に掘られた巣穴と言われています。そこから顔を出したり、ピョコンと跳びだしてくる様子は愛らしさがあります。キリストが亡くなっ

た当時のユダヤの墓は洞穴であり、そこに石を転がして蓋にしました。復活したキリストはそこから出て行った（弟子たちはその墓である洞穴にキリストを探しに来た）ことから巣穴から出ていくうさぎとキリストの姿を重ねたという意味もあるのでしょう。

☆イースターの象徴②～たまご

イースターでは、殻に色づけや装飾をほどこした、「イースターエッグ」と呼ばれるゆでたまごを飾ったり、交換したりする習慣があります。キリストの血の色を表現して、赤一色に染めたもの、細かい模様が描かれたものなど、国や地域によって、デザインは様々です。ゲルマン神話に登場する女神エオストレが従えていた野うさぎたちが、春色に塗り分けたカラフルなたまごをエオストレに贈り、喜んだ女神が、春風と一緒にそのたまごをみんなに届けたという神話がイースターエッグの由来という節があります。

けれども、それ以上に鳥がたまごの殻を破って出てくる様子が、よみがえりや復活をイメージすること、また卵の殻を割ることが「墓を開くこと」に例えられることから、たまごはキリストの復活を祝うイースターの象徴とされています。死という空を破ったキリスト、固い殻を破って生まれる。それもまた新しい命の象徴です。

もう一つは現実的な問題ですが、卵が完全食として栄養価が非常に高いものです。キリスト教ではイースターまでの四十日間を節制の時期として卵や肉などを控えて生活する習慣もありました。そのため、イースターには栄養価の高い卵が出されたこと、また日本にキリスト教が拡がった頃は日本がまだ貧しい時代でしたので、卵がご馳走であった。そんな理由もイースターエッグにはあります。

☆イースターの象徴③～ユリ

イースターは春のお祭り、命の時ですから、春の花が大切にされます。テッポウユリ（イースターリリー）や水仙、ヒヤシンス、チューリップ、カーネーション、キンポウゲ、桃の花などが飾られます。特にイースターリリーはその白さから「純白、復活」とされ、イースターを象徴する花となっています。ラッパのような花の形はキリストを呼ぶ神様のトランペットを象徴するともいわれています。イースターリリーと呼ばれるテッポウユリは、十九世紀にシーボルトが日本から持ち帰り、欧米に広まったといわれています。それまでは純白のマドンナリリーと呼ばれる品種が、母マリアの純白の象徴としてキリスト教の聖花として使われていました。十九世紀にテッポウユリが伝来すると圧倒的な人気を得て、マドンナリリーに代わって現在では多くの教会で聖花として飾られています。

☆イースターを楽しもう！

春を楽しむという目的でほんのひと工夫でイースターは楽しめます。例えば、

・イースターエッグを作ってみよう。

＊最近は簡単に作れるイースターエッグ用のラップフィルムなども売っています。ゆで卵をオタマにのせて熱湯につけるだけ。一緒に作っても楽しいですし、カラフルな卵を見るだけでも楽しいものです。

・エッグハントをしてみよう。

＊イースターと言えばエッグハントとも言われます。キリストを弟子たちが探したことを覚えて、あらかじめ隠しておいたイースターエッグを探します。子どもと一緒でも楽しいです。

・春の花を植えてみよう。

春は命が生まれ出る季節。特に球根から花が生まれる様子は、まさに生命のたまごのようで、イースターの由来にもぴったりです。イースターのこの季節、一緒に球根を植え、その成長を楽しみましょう。

ぜひ、この機会にイースター、命に触れ、春のお祭りを楽しんでみてください。

孫子老（まごころ）だより

健康管理はユーモアと笑いで

みなさまお元気ですか、最強寒波と何度も聞いた天気予報が、三寒四温と言うようになり、ダウンジャケットは暑すぎるし薄着だと風邪をひいてしまう、服装に悩む時期ですね、暖かい春の訪れが待ち遠しいです。

還暦を過ぎ体の変化も顕著になってきました、ある説によると大きな体調の変化が現れるのが44歳と60歳と言われています、体調の変化とはズバリ老化現象のことです、私も最近テレビの音量が50歳代よりかなり上げないと聞きずらいので愛妻からうるさいので下げてと言われることが多くなってきました、冬場は汗をかくことがあまりないので、頻尿のため一日に何度もトイレに行くようになりました、今までは我慢できていた小用も、最近は筋肉が弱ったのか、ヤバいよ！ヤバいよ！状態です、催したときは、トイレめがけて「尿意ドン」で行かないと漏れそうです、水もしたたるイイ男になってしまいます、芋などは、数えるくらいしか食べないのに、やたらおならの回数が多くなりました、たぶん同年代の方も同様な症状を感じていると思いますので、高齢者の集まる場面では、呼吸と同じくらい、すかしっ屁が充満しているのではないかと思います、歳とともに体のあちこちが緩むので、色々なものが体から離れていきます、髪は長い友達と書きますが、一番の親友だった彼が離れていきました、しかも私が知らない頭頂部の友が一番早く離れていきました、ある日散髪屋で仕上がり確認で理容師さんが後頭をダブル鏡で映したときに、いつもいるはずの友達たちが、かなり減ってカッパの頭になっているのを発見したときのショックは大きかったですね、仕事場で向いに座る八歳年上の先輩をさんざん「落ち武者」だとか「ヒヨコあたま」とか「ダチョウの頭よりちょっとフサフサ」とからかっていた自分を恥じました、「お前は、カッパ頭！」と言われて傷つく気持ちが、パワハラ、セクハラにつながっていくのだなと反省した次第です。

お金も離れていきました、子供が独立したら、夫婦でフルムーン旅行でも行こうかと思っていたら母親の介護が始まり時間も金も離れて行く毎月です、おそらく親の介護が終わるころに自分の介護が始まり、結局どこに行くこともなく人生が終わるのではないかと思うようになりました、知人いわく老後の資金で一生懸命貯めたお金をちょっと旅行でもと使う時に自分が介護の世話になるようになり、趣味や楽しいことに使う予定が、できなくなり、結局人生で一番貯蓄が多いタイミングで亡くなる高齢者も多いと言っておりました。

何かの記事で、ある作家が鬼籍に入る（きせきにいる）という言葉を見て日本語の死ぬことの表現が色々あることに気づきました、死去（しきょ）、逝去（そうきょ）、永眠（えいみん）、他界（たかい）、永逝（えいせい）、長逝（ちょうせい）、大往生（だいおうじょう）他に慣用句では「冥途に旅立つ」「天国に旅たつ」「天に召される」「お星になる」「千の風になる」「不帰の客になる」（二度とこの世に帰らないこと）、「天寿を全うする」（天から授かった命をすべて使い切ったこと）、「人生の幕をおろす」「土にかえる」「山に還る」「おかくれになる」これら死の表現を人に伝える時、伝える場面や状況、書いて表現するとき、亡くなった人柄などで言葉を選んでいます、日本語の多様さと使い分けの難しさに関心します

●まごより、

一筆啓上賞 日本一短い手紙の紹介

テーマ【願い】

『夫』へ　私は「オイッ」じゃ無いから。耳が遠くなったから近くで「あけみ」と呼んでね。

兵庫県　今村　明美　81歳

『かみさま』へ　ガリガリくんのあたりが7ほんあります。これでじいのびょうき、なおしてください。

山形県　みなみ　ゆうき　4歳

テーマ【時】

『なおちゃん』へ　今日、一歩あるいたこと　ひみつね。だって、その瞬間だけは、ママにあげたいもの。

岐阜県　正村　まち子　75歳

『旅で出逢った日の妻』へ　最終バスに乗り遅れたあのとき、わざとゆっくり歩いていたんだ。たぶん、君もね。

沖縄県　森山　高史　74歳

『ばあちゃん』へ　ケーキ残すの3年連続！　大好きって言ってたじゃん

花の水換えて線香立てていくね。

新潟県　神喰　雄太　29歳

テーマ【チャレンジ・挑戦】

『2歳の息子』へ　一人でズボン履こうと挑戦する君。「ママ手伝わないで」と言うけど、それTシャツよ？

新潟県　田淵　祥子　32歳

『運転を卒業する母』へ　俺も卒煙します。消臭剤も新品に。いつでも配車、御用命下さい。

長野県　岩越　正剛　40歳

『お父さん』へ　どうせ大好きなんだから　お母さんに「愛してる」って言ってあげなよ。

福井県　斎藤　優那　17歳

テーマ【こころ】

『お父さん』へ　ぼくのこころ見えるかな。ふくといっしょで、時どきはんたいなんだ。

静岡県　赤堀　颯　8歳

『お母さん』へ　心ってどこにあるのかな？この前、弟に聞いたら、「弁当箱の中じゃね？」って言ってた

千葉県　川辺　史桜浬　15歳

『乳がんで無くした右胸』へ　君がいなくなった跡地には、ちょっぴり強くなった心が住んでいます。

大阪府　杉山　友里恵　35歳

●まごより面白い作文・名言の紹介

『ほめてほしかった』

大田口小（大豊町）1年　桑名さゆり

きょうは　あさ　はやくから　べんきょうを　した。みんな　やった。これは　きっと　ほめられると　おもった。どんなに　ほめられるのかなあと　おもった。ほめられたらいいのになあと　おもった。　にこにこして、おかあさんに見せたらおかあさんは、ほめてくれなかった。「土よう日の　ぶんも　しなさい。」と　はんたいに　おこった。わたしは　なきました

『ぼくの日記』

神戸市摩耶小2年　中沢颯太

月曜日　疲れました
火曜日　疲れました
水曜日　超疲れました
木曜日　疲れました
金曜日　ちょっと疲れました
土曜日　超疲れました

日曜日　楽しかったです

『けんか』

埼玉県川島町・小見野小5年

駒林　加純

お父さんとお母さんは　けんかをしていて　口をききません　お母さんは　お父さんに　古いご飯をあげたりしています

『おとうさん』

千葉市　高浜幼稚園年少　宮内　楓

なんかつかれちゃった　おとうさん　すこし　だまってもらっていい？

『おかあさんへ』

茨城県日立市・おぎつ幼稚園年長

森嶋　明日香

あのね　おうちのごはんより　きゅうしょくのほうが　ちょっとだけおいしいんだ　でも　きにしなくていいからね　ちょっとだから

『母の教え』

どんな嫌味を言われても「そういう捉え方もあるんですね。勉強になりました。」と言い、黙らせなさい。

『可愛い1年生』

川崎市・曲がらなきゃ帰れないものね・42歳

小学校で教員をしている。体育の授業で転んでしまった一年生にばんそうこうを貼ってあげた。放課後学童保育などに寄るか確認したくて「今日まっすぐ帰る？」と聞くと、泣きながら「いいえ、ちょと曲がります」。

●お賽銭の金額の意味

○5円　ご縁がありますように

×10円　縁から遠ざかる

○11円　いい縁がありますように

○15円　十分ご縁がありますように

○25円　二重にご縁がありますように

○45円　始終ご縁がありますように

○50円　五重のご縁がありますように

○55円　いつでもご縁がありますように

×65円　ろくなご縁がない

×75円　泣くようなご縁にあう

×95円　苦しいようなご縁にあう

○100円　100の縁

◎115円　いいご縁がありますように（風水的にも最強）

○125円　十二分にご縁がありますように

○485円　四方八方からご縁がありますように

×500円　これ以上大きな硬貨（効果）はない

●時間を伝える言葉

「少々お待ちください。」　30秒

「しばらくお待ちください。」　1分

「少しお時間をいただけますか」　3分

「すぐに確認します」　5分以内

「折り返し電話いたします」　5分

「後ほどお電話いたします」　30分

「後日ご連絡いたします」　2日以内

みなさまのご安全とご健康をお祈り申し上げます

孫子老太郎

ちょっと一服　ティータイム

【横断歩道】

最近、運転中に横断歩道の向こうで対向車が停止しているので慌てて停止することが時々ある。横断歩道を渡たろうとしている人がいるのだ。以前は対向車ともども何気なくスルーしていたのかもしれない。町を歩いていても前より横断歩道でよく車が止まってくれるような気がする。

昨年の安全運転講習会で県警の交通課長さんが挨拶で「横断歩道での停止率が全国一高いのは長野県です。長野県警に理由を聞いたところ、みんな子供の時からそういう光景を目にしているから、とのこと。そうか、県民性とかでなく習慣なのだと思った。今、県警では横断歩道での停止率向上に重点的に取り組んでいる。」と話していたのを思い出し、取組の効果がで始めているのかなと感じた。

車の運転をしていて、横断歩道で停車したとき、渡り終えた小学生がこちらを振り返り帽子を脱いで大声で「ありがとうございました」と感謝してくれて、なんだかほっこりした気持ちになったことはありませんか。とにかく安全第一で運転しましょう。

センターだより

まごころケア旭川

旭川センタートピックス

武田　明子

全国で災害級の大雪が報じられています。

旭川では十二月に毎日降雪があり、どんな冬になるのかと心配したのですが、一月に入ってからは穏やかな日が続き、あろうことか二十日にはまさかの雨が降ったのです。一月、二月と暖かく、厳冬期にもかかわらず道路わきの雪も解け始め、泥水の飛び跳ねに気を遣う日々となりました。まだマイナス二十度を下回った日はありません。会う人ごとに「夏の暑さが恐ろしい」と話題になります。そんな不思議な季節を過ごしています。

近年、業務継続計画の策定が義務付けられ、感染症蔓延防止や災害時の備えが求められてきました。旭川センターでも折に触れ研修に取り組んできました。一月には全員に、五年保存の缶入りパンやアルファ米を配布しました。自宅に持ち帰り試食してみようとの試みです。その感想は、「お湯を多めに入れたらお粥のようになった。味は悪くない」別な人は「規定量のお湯では少し硬かった」「付属スプーンが小さくて食べにくい」「災害時にこんなふうに食べられるのはきっとありがたいに違いない」と様々でした。これを機会に各家庭でも防災に尚一層目を向けてくれればと思っています。

二月の研修は「困難事例」どんな利用者のケアも簡単ではないとの思いを共有しました。利用者宅のペットにダニが発生し、動物病院で治療を受けているものの完治していない。ペットは利用者にとっては家族も同じと十分理解しているのだが衛生面で不安がいっぱいと思いは複雑。そんなため息の一方では、利用者宅が寒く、台所の床が冷たすぎて辛かったがスリッパの使用を了承してもらい楽になったとホッとする話もありました。様々な理由でヘルパーを受け入れられない方、逆にヘルパーが入って安心しきってしまった方などそれぞれのお宅でヘルパーの奮闘が続いています。

まごころケア福島

日ケア全国大会in福島

理事長　須田　弘子

日ケア全国大会in福島開催について

五月十七日（土）～十九日（月）

今年は例年になく豪雪で、福島でも遭難者がでたり、雪崩で観光客が防災ヘリでの避難騒ぎや、除雪で事故、怪我のニュースが多々ありました。

三月の声を聞き、雪解けの中から、昨秋植えた黄、紫、桃色等、パンジーの花びらが見え、チューリップ、水仙、クロッカス等の芽吹きに、思わず手を触れて、厳しい冬にも自然の力強さを感じています。

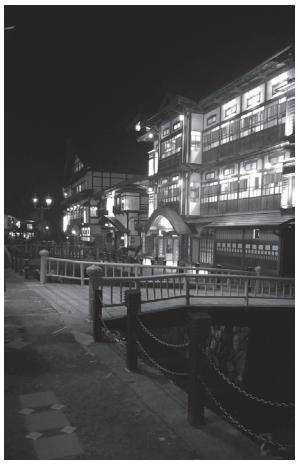
扨て、今年「第三十三回　日本ケアシステム協会全国大会in福島」が福島市で開催される事は大変喜ばしい限りです。国見センターが主体的に企画・立案・実施の計画に加え、二本松センター、福島センターが応援という形で動いています。

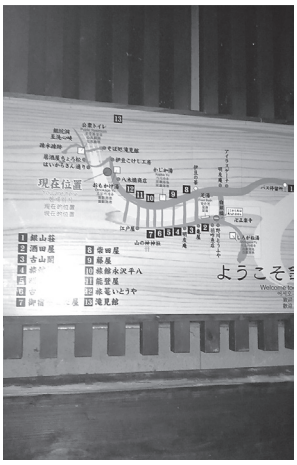
会場はＪＲ福島駅西口、徒歩二分、福島グリーンパレスです。

記念講演会は日ケア理事でもあります、ルーテル学院大学名誉教授、市川一宏先生にご依頼致しました。日ケアの根幹を熟知しておられます市川一宏先生の演題は『共生社会を目指す日ケアの実践』です。　～介護の原点は、それぞれが生きていく歩みにより添うこと　それぞれに「まごころ」を届けること～

改めて自他共に原点を認識するご講演になる事と思います。事例発表として国見・二本松・福島から日頃の取り組みをお話しして頂きます。お楽しみの懇親会・情報交換会は、ぜひ各センターさんの特技のご披露を楽しみにしております。

翌日は「新緑と銀山温泉の山形路」と題し、江戸時代から栄える歴史ある憧れの湯の街、銀山温泉へ向います。幻想的な景色をつくり出すレトロな旅館の街並み巡りを是非楽しみましょう。素敵なガイドさんの案内で新緑の山形路を巡りながら、宿泊先は全国的に有名な将棋の街、天童温泉に宿泊します。





三日目は、芭蕉記念館見学、七ヶ宿のダムに沈んだ町が美しく甦ったドライブコースを経て国見センターを視察、配食サービスは年間四万二千食余を地域へと届ける心温まる活動をご覧頂き、福島駅へと向かいます。

第三十三回目の全国大会を盛り上げ、又、新たな一歩が踏み出せますよう、本部を始め、全国各センターさんからのお集まりを心からお待ち申し上げております。

では皆様、福島で元気にお目にかかりましょう。

まごころケア　にこにこ三豊

真鍋さんとの思い出

田村　久美子

真鍋さんをお世話させて頂き三ヵ月。どんな方かも全然知らない中でのお仕事でした。

初めの頃は、只々一生懸命でした。ベッドと壁の間に落ちて、引き出すのに大変だった事や、手すりに顔面を打ちつけて怪我をしたりと、一人の時の行動がとても心配でした。

「真鍋さん！怪我が顔で良かった。腕や脚を骨折したら、運動もリハビリも出来なくなってしまうよ。若くないんだから。」と怒ったこともありました。

あと、こんな事もありました。

掃除に入ることになり、二週目の時に「お仏壇のお掃除をしてもいいですか」と聞き、お仏壇を開けると、奥様のお写真がありました。私は「若くして亡くなったんですね」と真鍋さんの顔を見ました。とても辛そうな顔で、涙をこらえている様でした。奥様に対する想いがこみ上げてきたのでしょう　辛い思いをさせてしまいました。

今年に入って、またお仏壇を開けた時に「奥様の写真を見ますか」と問いかけると、返事をされました。ベッドで、奥様のお写真を懐かしそうにみている顔を見て、どういう訳か自然に「あなた！何をしているの！もっと頑張って生きてください。」と言ってしまい、自分で自分の言葉に驚きました。

真鍋さんは、私の馬鹿さ加減に笑ったのかわかりませんが、微笑んでいる様子で、ほっとしました。

だんだん動きも悪くなり、体も辛

そうでした。気持ちを明るく明るくさせようと努めました。

私の親は、母45才、父53才で亡くなりました。生きていれば、こんな風に親の世話をしたのだろうかと、お世話をしながら嬉しく思いました。

早朝の仕事でしたが、苦にもなりませんでした。仕事が終わって帰る時は、声を掛けて帰ります。「じゃ帰りますね」と言うと「ありがとう」という言葉を頂く事も多くなり、嬉しく思いました。

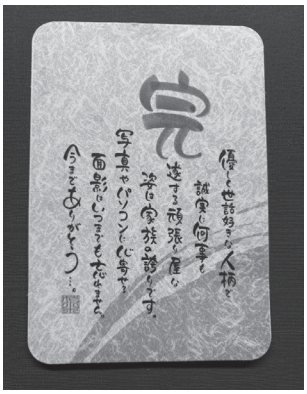
こんなドジで、訳のわからないひょうきんな介護人に、文句も言わず接して下さり、本当に有難うございました。

※真鍋様と弊事業所とは四年前からの関わりとなります。パーキンソン病で、マンションで一人暮らしをしておりました。「この家で住む」との思いを通しました。

真鍋様には追加支援が必要となり、田村さんには毎朝四時のトイレ誘導を担って頂きました。一日も欠かさず頑張ってくれました。

真鍋様ご自身は、体調の悪い中、最後の日まで頑張ってデイに来て下さいました。

ご冥福をお祈り申し上げます。



ご家族からのメッセージ
（会葬礼状より）

まごころケア 屋島やすらぎ

逆打ちの四国88ヶ所巡りに参加して

小川　由香里

閏年の逆打ちは3倍の効果と2倍の功徳が得られるという甘い誘いに乗り、バスツアーに同年代の友達3人で参加しました。逆打ちとは88番札所大窪寺から1番札所霊山寺に向けて霊場巡拝することです。友達ふたりは現役の看護師さんと介護士さんで体力もあり余裕を持っての参加でしたが、普段座って口ばかりの私はたくさんの山道を歩くこと、びっくりするほど多い階段の上り下り、暑さ寒さにも負けそうになりながらも助けてもらい、平和と健康を願いながら無事に満願することができました。3月の雲辺寺ロープウェイから見た雪の瀬戸内海、6月の足摺岬から見た太平洋、11月の高野山の紅葉などたくさんの新しい発見・体験もありました。興味のある方はいっぺんしてみーまい。

まごころケア西春日

重度の人が自宅で生活すること

笠井　圭介

みなさま、いかがお過ごしでしょうか。今回は介護度が重くなっても自宅で過ごしている利用者様についてお話ししたいと思います。その方は昨年夏に気管支炎のため、2週間ほど入院されました。退院後は、お一人暮らしの方なので、親族や周りの人たちは、施設への入居を促しましたが、本人のあくまでも自宅で生活したいという強い希望があり、退院後も自宅での生活がスタートしました。

入院前から訪問介護サービスとデイサービスを利用されていましたが、デイサービスは従来どおり週3回の利用を継続するとともに、訪問介護の時間や回数を増やすプランに変更し、ヘルパーさんが1日2回、毎日入ることになりました。介護保険の枠内で収まらないものは、まごころケアサービス（介護保険外サー

ビス）で対応することになりました。また福祉用具サービスでポータブルトイレを購入してベッドの側に置き、いつでも排泄が可能な状態に環境を整えました。

退院直後は、元気がなく、自宅で生活して大丈夫かと周りの人たちをひやひやさせましたが、数か月たつと元気を取り戻し、デイサービスで好きなカラオケを楽しんでおられるとのことで、周りの人たちも胸をなでおろしているという状況です。もちろんお歳は90歳代半ばとご高齢なのでいつまでこの生活ができるかは定かではありませんが、できるかぎり長くご自宅での生活を続けていただければと願っています。

このようにご利用者の意思を尊重することは大切なことですが、もちろん全ての人がこの方のようにできるわけではありません。医療依存度が高かったり、ＡＤＬ（日常生活動作）に支障をきたしている場合には、施設を利用しないといけない人もいるでしょう。何がいいかはその時々の状況によって変わりますが、介護者として今後ともできるかぎりご利用者の意思を尊重した支援を行うよう努めたいと思っています。これからもよろしくお願いします。

まごころケア高松

訪問介護ヘルパー談義

福家　茂雄

訪問介護ヘルパーさんは、いつも一対一でのお仕事なのでたまに事務所でヘルパーさんらが集まると普段の緊張感から解放されついつい話がはずみます。

・ヘルパーＡさん：おばさんが手の骨折で入院。もうすぐ退院を、と病院から迫られている。施設に入所するとしても特養（特別養護老人ホーム）は要介護３以上の介護度でないと入所できないし、有料老人ホームはとても利用料が支払えない。やはり、私が仕事をセーブして介護しないといけないのかな。

・ヘルパーＢさん：ご利用者のベッド廻りのいろいろな物、必要なのかどうかが分からないので片づけていいのかどうかも判らない。いちいち聞いていたらうっとうしがられた。ご自身も判断がつかなかったりしている、どうしてよいのか対応に困る。

・ヘルパーＣさん：前に訪問していた事業所のヘルパーさんと同じようにしてほしいと頼まれるの。前はヘルパーさんが請求書を持って来てくれて、現金を事務所に届けてくれ、領収書を自宅に持って来てくれていたとのこと。銀行引き落としは「面倒くさい」からしたくないという。要支援の方なので利用料は少額だけど、本来のサービス時間外にこんな使い走りみたいなサービスを続けるのは気が進まない。

・ヘルパーＤさん：ご利用者宅で、ポータブルトイレの底に１円玉がへばりついている。それを取り出し、きれいにして返す。「小銭も大切に」と伝えたがベッド周囲にも10円、５円、１円玉が散乱している。これからも続くのかなあ。

・ヘルパーＥさん：朝、デイサービスのお迎えが来るまでの間、その準備に伺っている。まず、朝食を食べたかの確認をしたのち、服薬日を確認して薬を手渡して服薬介助をする。

次に、リハビリパンツや下着の交換、また何枚も身に付けている服は整理して着替えの介助を行う。あと、デイサービスでの入浴後の着替え用下着の準備。これらの介助を限られた時間内に声がけしながらなので大忙し。特に訪問時に、ご本人が家の周りなどへ散歩に出かけて家にいないときは本当に慌てます。だけどご本人はのんびりです。

みなさま、日ごろのお仕事ほんとうにお疲れ様です。ヘルパーさん皆さまのおかげで多くの方々が助かっています。今後ともよろしくお願いいたします。

香川のため池物語

豊稔池編

前号で香川といえば、うどんだけでなく「ため池県」でもあるという記事を投稿させていただいた。全国一小さい県だがため池の数は現在12，231カ所と兵庫、広島に次いで全国で3番目に多く、県土面積当たりの密度は全国一で、これらため池には、その一つひとつに興味深い物語が秘められていて、まずは代表的な弘法大師さまゆかりの「満濃池」を紹介させていただいた。今回は、もうひとつ全国でも珍しい堰堤の形をした農業用ため池で、特に土木工学関係者らの間ではよく知られている「豊稔池」の話をさせて頂きたい。

豊稔池は香川県西部、愛媛県境に近い観音寺市大野原町にあり、柞田川（くにたがわ）本流をせき止める形で築造されている。大野原町と言えば今ではレタスなどそ菜栽培で全国でもその名が知られるほど県を代表する農業生産地域だが、かつては「大野ヶ原」と呼ばれ人々が住みつかない広大な原野であった。

専門家の研究によると、讃岐国の開拓・新田開発は古代の条里制地割の遺構からみて奈良時代にはすでに上国にランクされていて、讃岐国全体では平野部の約39％から整然とした条理地割がみられるとのこと。しかし、地域別にみると丸亀平野は83％、高松平野は56％と高い数値なのに対し、県西部の大野原など三豊平野はわずか13％と開拓の割合が極端に低い。

これは水利の便が極めて厳しいことによるもので、香川県はその形が東西に長い半月形で平野面積に対し山地面積が小さく、南北の山地の奥行が最も深い中心部の高松平野においてでも徳島との県境の分水嶺からわずか15㎞程度である。これが両サイドになると5㎞程度しかなく、特に大野原一帯は山地までの奥行きが極端に短いうえ急傾斜の地形なので降った雨は一時に流出し、極めて利水が困難な地域で古代の農耕に適さず、開拓から取り残されていた。

この広大な原野に着目したのは讃岐で数々のため池築造に関わった高松藩主、生駒高俊の家臣西嶋八兵衛である。藩政江戸時代初期の寛永15年（１６３８年）井関池の築造に着手し、大野原開拓を試みたが生駒家騒動により中断し、後を引き継いだのが近江大津の豪商平田氏一族であった。平田家は生駒家に出入りの商人で讃岐の地理に詳しかった。大野原新田の話を耳にした平田与一左衛門は丸亀藩に井関池築造の許可を願い出て築造するとともに仲間と共に新田開拓に力を注いだ。

しかし、開拓事業は決して順調に進んだわけではない。井関池は柞田川本流を正面からせき止めるもので築造が難しく、香川の数多いため池のなかでも数えるほどしかないタイプであった。やっと築造してもたびたびの決壊で入植した百姓たちのなかには逃げ出す者がいたほど過酷な開拓事業であった。

平田与一左衛門が他界したのち、二代目の与左衛門源助は大野原開拓に専念するため京都から大野原へ転居し、井関池の修築を自普請から藩普請に切り替えるよう願いでて藩の支援をうけるなど努力を重ね、大野原繁栄の基礎を築いた。

明治、大正時代も水不足のため大野原平野では水稲栽培を制限せざるを得ない時代が続き、乾燥に強い「甘蔗（砂糖きび）・綿・藍」などが栽培されていた。讃岐三白（綿・砂糖・塩）のうちの2品目が含まれているが当時讃岐で広く栽培されていたものである。しかしこれらの栽培も貿易が盛んになると、外国産との価格競争で衰退を余儀なくされ、畑作から稲作に転換せざるを得ない状況となり水不足が一層深刻な課題として浮かび上がってきた。

大野原町の一帯はもともと扇状地として形成されているため伏流水が豊富なことから、下流では出水や湧き水を貯めた堀が数多くあり「とり桶がえ」とよばれる二人がかりの水かえや、田ごとに掘った井戸では「はねつるべ」を使って水源確保が行われていて、その様子は港に集まる船の帆柱のようで壮観な景色であったと記録されている。

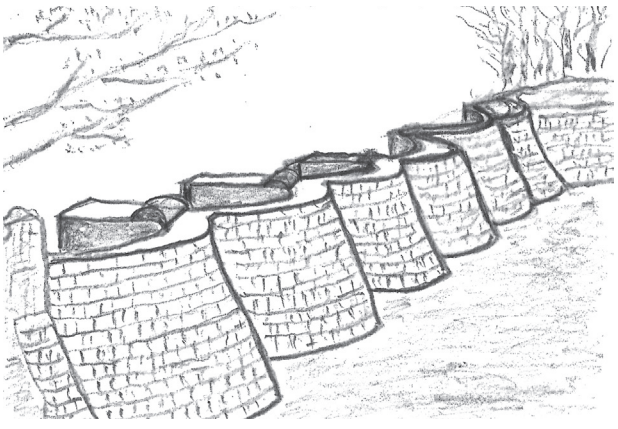
その後、普及したのは水車や足踏みポンプなどであったが炎天下の作業はいずれも重労働であった。しかし、水があるうちはまだよいので、最後は「どびん水」といって稲株一株一株に土瓶で水をそそぐ窮極のかん水方法を行っていた。

明治27、28年と2年続いて大野原を襲った干ばつは、これまで長年水不足に悩まされてきた農民に大きな打撃を与え、なかには他の地区へ移住する農家もあったという。大野原初代村長中井勘平らは大野原の新池築造の構想を発案し、県などへ働きかけたが具体化することはなかった。そののちも既存ため池の拡張や新池の築造など地域の用水改良計画が検討されては立ち消えながら時は経過した。

南あわじ市の上田池

しかし、多くの課題を抱えた柞田川上流における「田野々新池築造計画」が大きく動いたのは大正13年のことであった。この年は空梅雨で7月になっても一滴の雨も降らない空を見上げる農民らの悲壮な姿を目のあたりにした大関耕地整理組合長、加地茂次郎が上京し、当時農商務省の要職にあった香川県出身の三土（みつち）忠蔵（後に大蔵大臣就任）に田野々新池築造の計画について詳細に説明し国の支援を請願したことが契機となった。三土氏から県営事業として国庫補助金を活用して事業を実施することなどの指導、助言を得た加地組合長はただちに県当局や県議会の支援の下、リーダーシップを発揮して地元関係者をとりまとめ一気に事業を進展させ、大正15年3月事業着手の運びとなった。田野々新池は竣工の直前になって当時、大蔵大臣に就任していた三土忠蔵によって「豊稔池」と命名されたものである。豊稔池は大正15年3月～昭和4年11月まで実質3年8か月という短期間において総工事費58万円で築造された。

豊稔池はその堰堤の形が珍しくこのタイプとしてはわが国で初めて築造されたものである。マルチプルアーチダム形式、直訳すると「数多くのアーチ部から成り立っているダム」という意味で、土木工学的には「多拱扶壁式粗石モルタル積み石堰堤」と呼ばれて、これは「アーチ部を支える多くの扶壁からなり、粗石モルタルで築造した石堰堤」という

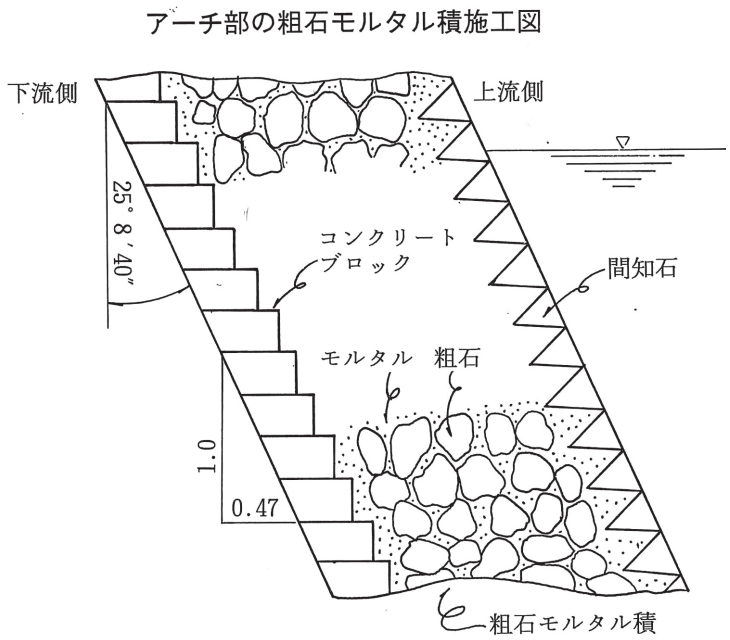

豊稔池上流からのスケッチ

意味だ。

大正末期から昭和初期にかけての時代、わが国の土木技術は近代化への道を模索していた時代で、まだ重力式コンクリートダムが珍しく粗石モルタル積み堰堤が築かれ始めた時期であった。「粗石モルタル」とは直径8㎝～10㎝の石を積み上げたなかにコンクリートを流し込んで隙間を詰めて固める工法で、コンクリートだけで作るよりも経費が少なくて済む利点がある。

豊稔池と同時期に築造された「粗石モルタル」ダムとしては兵庫県の南あわじ市の上田池がある。大正15年に着工し昭和7年に完成した重力式石堰堤の農業用ダムであるがレトロなデザインで古き良き時代の空気を今も伝えていて、現在も南あわじ市の農業を支える重要な水源池として活躍している。

豊稔池は同じ粗石モルタル石堰堤ではあるがダム形式が重力式でなくアーチ式である。当初計画では重力式であったが基礎地盤の関係で重力式からこのマルチプルアーチ形式に変更された。



豊稔池が全国にその名を知られ、専門家の間で高く評価されている理由の一つは当時として画期的なマルチプルアーチダムとしてわが国で初めて築造されたダムであったこと。もう一つの理由は、ダムの洪水吐の方式が挙げられる。ダムには台風時などの大雨を下流に安全に排除する洪水吐という設備がある。通常はダム上部の中央部の水門などから落下する水流を見たことがあると思うが、豊稔池はこの洪水吐をサイフォン方式としている。貯水量が増え水位が堰堤の頂点に近づくと、アーチ部を支える各扶壁の中央部に設けられたサイフォンが機能して洪水を勢よく下流に放水する仕組みになっている。基礎地盤の関係などで堰堤本体への振動をできるだけ軽減するためだといわれている。

本格的なコンクリート工法などが確立していない中、当然工事事例も極めて少ない時代に、理論的にも技術的にも重力式よりはるかに難しいアーチ式を採用することは大変な勇気が必要であったと思われる。しかし、当時の工事関係者らは、この一大事業の成功に向けて慎重に検討を重ね確信をもって決断したであろうと想像する。

今日のような重機械もない時代にこのような難工事を県の直営事業として地元住民の出役人夫の力のみで、一人の死亡者も出さずにやり遂げた先人たちの卓越した技術力と新工法に果敢に挑戦したパイオニア精神が豊稔池の石堰堤に深く刻み込まれていると感じる。竣工時の工事主任、鈴木信夫農林技師は竣工時の談として「今日より振り返って見ますればよく出来たものであります。地の利、人の和と神の加護の三つで出来たものと思います」と述べられている。

豊稔池完成後、貯水においては特に異常は認められなかったが、サイフォン構造となっている洪水吐からの放水の際、洪水の落下による衝撃が予想を超えて大きかったことから、地盤の振動による堰堤への影響を軽減するため、完成直後に落下地点にプールを設け水クッションで衝撃を和らげる工事を行っている。

また、完成後半世紀を経過した昭

和50年代後半に堰堤にクラックと漏水が目立つようになり調査したところ、本格的な改修が必要となり香川県において農地防災事業として昭和63年度から平成5年度にかけて総事業費20億2千4百万円余で大改修がおこなわれている。改修に当たって最も重視したのは築造当時の外観を極力損なわないよう配慮することであった。

昭和3年生まれの堤長145．5m堤高30．4m貯水量159万トンの豊稔池は今も500ヘクタール以上の農地を潤す農業用ため池として活躍している。

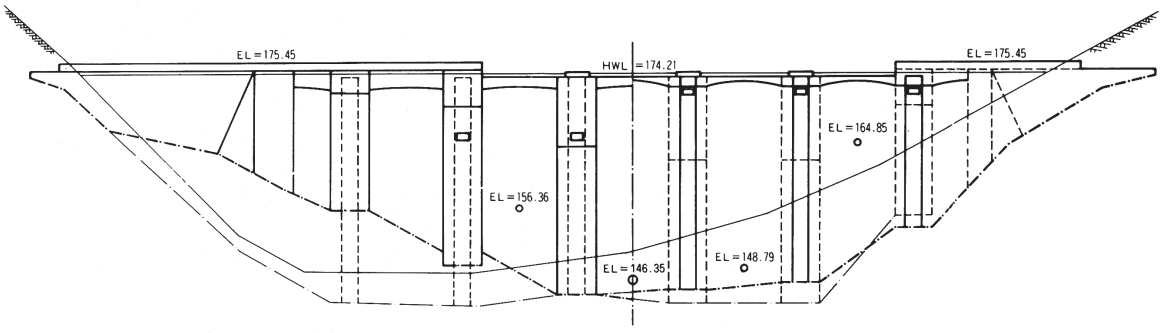
先日約20年ぶりに知人を伴って現地に行ってみた。知人は長年香川に住みながらもはじめて訪れたとのこと。静まり返った山奥にたたずむ古色蒼然とした石積構造物を仰ぎ見て驚き、その歴史的な背景を紹介すると「どうして、もう少しみんなに知ってもらえるように広報しないのか」と不思議がられた。

はじめて豊稔池を訪れた人はみな一様に驚きの声を上げる。長年風雨にさらされた石積堰堤はまるでヨーロッパの古城を思い浮かべ、その堂々とした風格に圧倒されるからだろう。

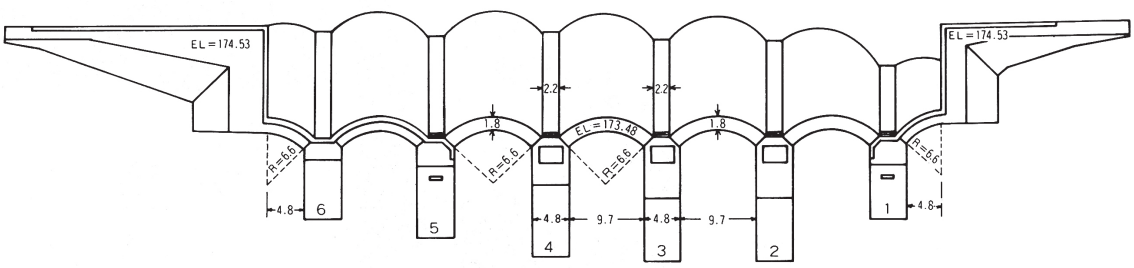
この原稿を書き終え周囲の何人かに、このような池が香川県の西部にあるのを知っているか尋ねたところ、皆一様に知らないという。残念ながら地元においてまだその知名度はあまり高くないようだ。香川でも特に厳しい水不足と闘ってきた県西部、三豊地域において、新たな水源を求め情熱を傾けて新池築造に奔走した方々の記念遺産ともいうべき豊稔池、皆さま是非一度訪れてみてはいかがでしょうか。

兼間和行

堰堤縦断面図



堰堤平面図



参考文献（引用を含む）：「豊稔池の築造」
平成6年5月豊稔池土地改良区発行、執筆：農学博士　長町博

農業土木学会編「農業土木研究第9巻第2号」（昭．12．6．）より摘録。

JMS（日本ケアシステム協会） 事務局通信

記録ずくめの豪雪により困難な生活を強いられた地域の皆さま、ようやく暖かくなりたいへんな雪下ろし作業から解放され安どされていることでしょう。しかし、２月 26 日に岩手県大船渡市で発生した山林火災では、消防や自衛隊などが一体となり夜を徹して消火活動に当たりましたが火の手はおさまらず甚大な被害をもたらしました。３月５日からのまとまった雨で発生から 12 日を経過した３月 10 日に全ての避難指示が解除されたとのことです。

火災により大船渡市の面積の９％、2900 ヘクタールが消失という平成以降で最大の山火事となり、家屋においても空き家 22 棟を含む 102 棟に被害が及び、うち 76 棟が全壊とのことです。東日本大震災ののち、高台へと転居された方も含め被災された方々、また避難生活を余儀なくされた皆様方にお見舞い申し上げます。能登半島地震の際もそうでしたが地震災害の復興の最中に甚大な豪雨災害が発生するなど、わが国では常に自然災害と隣り合わせで生活していることを実感しています。

コロナ禍も落ち着いています。花粉症が心配ですが過ごしやすい季節、気分転換をかねて厚いコートを脱ぎお出かけしてみませんか。春といえば桜ですがこの会報がお手元に届くころには、関東以北の東北、北海道の名所をたずねるか、ぎりぎり間に合う奈良県吉野山、長野県高遠などの山桜でしょうか。

今年は「瀬戸内国際芸術祭 2025」が開催されます。瀬戸内の島々を舞台に３年に一度開催されている現代アートの祭典です。会期は春夏秋の３シーズンに分かれていて季節ごとに瀬戸内の魅力が体験できる日本を代表する国際的な芸術祭です。春会期：４月 18 日（金）～５月 25 日（日）､夏会期: ８月１日（金）～８月 31 日（日）、秋会期：10 月３日（金）～ 11 月９日（日）となっています。

また「大阪・関西万博」が開催されます。テーマは「いのち輝く未来社会のデザイン」です。開催期間は 2025 年４月 13 日（日）～ 10 月 13 日（月）の 184 日、開催場所は大阪夢洲（ゆめしま）です。詳細はウエブサイトなどを参照ください。

昨年度、高松市における全国大会に続き、令和７年度の全国大会は、福島県国見センターのお世話で、福島県内の福島・二本松センターとのご協力のもと、下記のとおり企画していただきました。

先般全国の各センターへご案内状を差し上げたところです。皆様多数ご参加いただきますよう日程調整などよろしくお願い申し上げます。

令和７年度 日本ケアシステム協会全国大会（第33回）in福島

日　時：令和７年５月 17 日（土）～ 19 日（月）
場　所：ホテル　福島グリーンパレス　（電話　０２４－５３３－１１７１）
　　福島市太田町 13 番 53　（福島駅西口徒歩２分）
日　程：令和７年５月 17 日（土）
　　13：00 ～ 14：00　受付
　　14：00 ～ 15：00　総会（理事・センター長・一般会員）
　　15：10 ～ 16：10　記念講演会：**市川一宏**先生
　　『共生社会を目指す日ケアの実践』
　　16：10 ～ 16：40　事例発表　（福島・二本松・国見各センター）
　　16：40 ～ 17：00　質疑応答・コメント
　　18：00 ～ 20：00　懇親会　情報交換会

　　令和７年５月 18 日（日）～ 19 日（月）小旅行
　　18 日　8：15　福島グリーンパレス、フロント前に集合
　　「新緑と銀山温泉の山形路」と題し、銀山温泉の散策や山形県内を観光し、天童温泉に宿泊します。
　　19 日　8：30 ～ 12：00　山寺・芭蕉記念館、まごころ国見センター視察
　　13：00　JR 福島駅前解散

令和7年度（第33回）

特定非営利活動法人 日本ケアシステム協会全国大会 in 福島

全国まごころケアネット

記　念　講　演　会

～介護の原点は、それぞれが生きていく歩みに寄り添うこと
それぞれに「まごころ」を届けること～

テーマ　『 共生社会を目指す 日ケアの実践 』

講 師　ルーテル学院大学名誉教授
市川（いち かわ）一宏（かず ひろ）先生

日時　令和７年５月17日（土）午後３時１０分～午後５時
（講演・事例発表・コメント）

会場　福島グリーンパレス２階（福島駅西口徒歩２分）

対象者　一般市民・福祉・医療・行政関係者・他

締切　令和７年５月１０日（土）

【入場無料・定員・３００名・申込：先着順】

■ お問い合わせ先 / 申込先

◦ まごころケアサービス国見センター　担当 紺野
電話 024－582－5923 / FAX 024－585－5924

◦ まごころケアサービス福島センター　担当 泉
電話 024－573－7539 / FAX 024－591－5441

◦ まごころケアサービス二本松センター　担当 西間木
電話 0243－22－0112 / FAX 0243－22－0112

主催　特定非営利活動法人 日本ケアシステム協会

〒761-8052 香川県高松市松並町８０２－１ ☎ 087-815-0771

参加申し込み　～ FAX送信用にお使いください ～

まごころケアサービス国見センター
FAX　０２４－５８５－５９２４

お名前	職業	ご連絡先

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「RelyⅢ」

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

消防設備士の店

四国防災設備
有限会社

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

Achieve everyway

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

あいおいニッセイ同和損保代理店

㈱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

福祉車両など
お車のことならお任せください

Welcab

トヨタの福祉車両
「ウェルキャブ」
取り扱いしております

香川トヨタ

定休日 月曜日

本社／高松市春日町1378番地

https://kagawa-toyota.jp

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

一緒に学んでみませんか？ 毎月募集中!

介護福祉士実務者研修

通信課程

ご自宅で介護福祉士の受験に必要な研修が、実質無料で受けられます。

●研修期間

1ヶ月〜6ヶ月（基礎資格によって異なる）
スクーリング7日間

●受講料

3万円〜10万円（テキスト代別・全額補助金制度あり）

お問合先 ラポールカレッジ
TEL 087-815-0760

24時間365日対応
安心価格・親切丁寧・地域密着

水まわりのトラブルは
アクアクリエイティブにお任せください

キッチン・トイレ・バスルーム・洗濯機・洗面所 etc.

あなたの生活のすぐ隣に
AQUA CREATIVE
アクアクリエイティブ株式会社

〒761-8058 高松市勅使町1295-1
TEL 0120-641-017
FAX 087-866-0250
www.aqua-c.co.jp

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

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

春は出会いと別れの季節、入学や入社、卒業や退職。長年楽しませていただいたテレビやラジオ番組の終了、一抹のさみしさを感じます。また新たな出会いや楽しい交わり、興味深い発見があるのでしょう。

庭木のつぼみが膨らみを見せ、原っぱの草木がゆっくりと、しかし着実に緑に変ってゆく様に自然の力強さを感じます。年度末の決算事務などで多忙な日々を過ごされている各センターの皆様、くれぐれもご自愛ください。５月の福島市での全国大会、お元気な姿でお目にかかれることを楽しみにしております。ご活躍をお祈り申し上げます。（K）

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
孫子老ケアサービス 仙台泉センター	〒981-3137 宮城県仙台市泉区大沢1-5-1イオンタウン泉大沢ポコアポコ	pocokei@yahoo.co.jp	090－6622－7122	
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 二本松センター	〒964-0903 福島県二本松市根崎1-9	kuwaharasanti@outlook.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	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@leto.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	houmon@npo-ajisai.net	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	ma11ka1584yasuragi@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7年4月1日　発行No.171

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/