

# しんあい

季刊

2006年(平成18年) 8月5日発行 第60号 編集と発行 しんあい編集部

社会福祉法人  
**多摩同胞会**

〒183-0042 東京都府中市武蔵台1-10

TEL 042-366-0080

多摩同胞会のホームページを開設  
しています。

<http://www.tama-dhk.or.jp/>  
をご覧ください



お借りしている近くの畑にサツマイモを植えました。  
今から焼きイモが楽しみ?!（きずな）

## 介護に関するご相談は無料ダイヤルで!

- 泉苑在宅介護支援センター  
☎ 0120-6540-24  
老後支援 24時間
- あさひ苑在宅介護支援センター  
☎ 0120-2942-24  
福祉にっこり 24時間

スウェーデン  
交換研修報告  
介護保険を考える  
PART23  
施設だより  
元気のもと

# 座談会

「スウェーデン交換研修より」

## 高齢者のための環境とは

スウェーデン・ヨーテボリ市の三つの財団との交換研修も今年で3年目となりました。  
これまで研修に参加したみなさんを集まっていただき、スウェーデンと日本のケアの比較をして、これからのケアの方向性について話し合ってもらいました。



エンゴードバックンA棟

### 座談会メンバー

司会 小笠原 祐次

(多摩同胞会理事)

高村 亜希子・第一回研修生

(あさひ苑デイ主任介護員)

豊田 朗子・第二回研修生

(あさひ苑ホーム相談員)

磯谷 美奈・第二回研修生

(岩本町ほほえみプラザ  
ショート相談員)



小笠原さん



高村さん



豊田さん



磯谷さん

### 環境がケアを助ける

**小笠原** この座談会では、今年行かれた磯谷さんと共に1回目の高村さん、2回目の豊田さんにも参加いただきこの実習の意義などについて話合ってもらいたいと思います。まずは磯谷さん、今回の実習施設エンゴードバックンの紹介もしながら何を得たのかお話しください。

**磯谷** エンゴードバックンはA、B、C棟に分かれています。A棟は100年くらい昔の建物の内装を改築し、4年前に新たにB棟とC棟がオープンしました。B棟が実習先でしたが、ここは一般的な認知症のグループホームです。C棟はヨーテボリ市でも唯一の前頭葉型又は精神疾患のある方たちが暮らすユニットです。A棟は身体障害があり認知症がそれほどでもない方が主に生活されています。前頭葉型の認知症の方は特に接する職員を限定し、決まったパターンで日常を送ること、大人数の集まる場所には参加をしないことなど専門的な対応をし、刺激を上手くコントロールすることで、落ち着いて生活できるようケアを行っています。C棟に入ることは他の高齢者と差別する為でなく、ケアの効果を上げ、落ち着いて過ごしていただくために必要なことと考えられています。

**小笠原** A棟は豊田さんが行ったヴェーガのナーシングホームのような感じですね。

**小笠原** 三人とも違うところで実習をしたので、それぞれ雰囲気というものは違っているけれど、やはり環境の部分はすごく大きいというのはみなさん共通して感じているようです。それ以外で得たものはありますか。

**磯谷** 認知症のケアの方針をしっかりと法人で打ち出している、継続研修をやっています。私達の施設研修では三大介護には力を入れていますが、認知症高齢者と接するための研修はほとんどありません。スキルだけが上達していくのでは介護の質が違ってくると思いましたが。

**小笠原** 日本のケアは今でもとにかく身体ごとぶつかっていかなければいけないから三大介護が中心となってしまうのでしょうか。

**磯谷** 福祉用具をフルに活用することで入浴や移動介助も技術がそれほど必要ないように感じます。日本では福祉機器をまだ積極的に使っていないからある程度の介護技術を身に付けたいと難しいと思います。

**小笠原** だからそういう広い意味で環境づくりが重要ということですね。

### 磯谷

私は認知症高齢者に対する職員の教育プログラムやまた前頭葉型の方、攻撃性が強い方など常に誰かが見ているのを見てこようとしました。まず、すばらしいと思ったことは環境がケアを助けているということです。家具とか雰囲気認知症高齢者の方は落ち着いて、立ち上がったりとかが騒いだりとかが少ない。庭に行くことやテーブルのセッティングで職員の見守りが半分くらいの力でいいのかなと思いましたが。環境でケアが支えられていることが目に見えてわかりましたし、また肌でも感じました。雰囲気というものがすごく大きいと感じました。

### 小笠原

「雰囲気」とは具体的にどういうものか教えて下さい。

### 磯谷

落ち着いていてゆったりと時間が流れている感じでした。

### 小笠原

今の話は、前に行った方々も共通のことなので他の二人にも聞いて見たいと思います。

### 豊田

環境面では圧倒的に恵まれている。グループホームでもナーシングホームでも、昔から自分が使っていたものを持って入所して、そういう物に囲まれていて落ち着ける環境がある。「ここは私の居場所ではない」と感じさせない助けになっていると思います。

**高村** 環境が整っていることは事前研修で勉強しましたが、いざ行ってみると私自身も落ち着くことができました。

### 小笠原

環境が整っていることは事前研修で勉強しましたが、いざ行ってみると私自身も落ち着くことができました。

### 小笠原

私がエンゴードバックンに行ったのは3年前です。その時にはお元気な様子でしたが、高齢者は3年位で重度化すると思います。でも、それはすごく重要なことですね。これからのグループホームのあり方を考えると、高齢者の介護度は重度化していくのだから「施設から在宅に」がスウェーデンの方針であるので、ぎりぎりになって入所する方が多い。日本も今そういう方向になりつつあるので、「家事をすることがグループホームだ」という発想を変えていかないと厳しいと思いました。

### 豊田

一番大きな違いは、お年寄りになる前の生活が日本とは全く違うというのを感じました。例えば食事の内容にしても日本のように三食にきちっとしたものを決められた時間に食べていないですし、もともと食事が生活の中で重要ではないように思えました。日本人が陥るような夕暮れ症候群があるのでしょうか。身の回りのことを世話してもらおうのは日本では「恥じ」という感覚があるけれど、必死に時間をかけてでも自分や自分がかかっている人もいないし、それを自立支援として重要視しているスタッフもあまりいないようでした。考え方が日本とは違いますね。何を重要視するかということも違います。そのまま日本に持ってきてホームを作ったとすると、「放置」と言われてもおかしくないと思います。

### 高村

私もそう思います。スウェーデンの介護はレベルがすごく高くしてスペシャリストが揃っているんだらうな

### アクティビティとは

した。

した。

した。

した。

した。

した。

した。

した。

と期待していましたが、いざ行ってみるとそうではなかった。逆を言うとそれが一番お年寄りと接する時間を多くすることに結びつくと思います。

**小笠原** 「寄り添う」という言葉がありますが、そんなにべつたり寄り添ってはいない、でも必要なところでは声を掛けて、見ているという点では寄り添っているのかもしれない。それは皆さんが共通に感じているところだと思います。ヴェーガでも必要な介助はしますが、手を出さない。食事も一人で食べていました。食事の支度をして、あとは自分でどうぞという感じです。残しても、勧めることをほとんどせず食器を下げていました。

**豊田** スウェーデンでは子供の時から個室が与えられて、自分のことは自分で決める。そういう価値観のなかで生きてきたから、利用者を一人にしても放置とは感じないでしょう。痛がってないし、苦しがつてないし、泣いてもないし、ただ一日そこにいるという時間があるだけという捉え方ではないかかと思えます。

**高村** 窓を見ているだけでもその人のアクティビティですと言われました。外をみて昔のことを回想しているのかもしれない。すごいと思いました。日本では利用者がぼーっとしているから何か働きかけたい、働きかけないといけないのではという気持ちがありますがそれが違うんですよ。

**豊田** 庭に連れ出しても出ただけ。強いて話しかけもしない。日本だと外出すると「ほら見て」とか言っつて、ずっと話かけて興味をそそったりするけど、そのままずっとですものね。それで十分ですと言っていました。日本ではテレビの前にいるだけで何もしていないと家族から怒られてしまう可能性があります。

**小笠原** それはとても重要な指摘ですね。日本の場合これからどうしていくのかという課題ではあると思います。そういう点では歳をとってきた人たちの生活の仕方についてのはもう少ししっかりとアセスメントしないと

**小笠原** グループワークにも意味があるから、個別のものどう組み合わせるのがこれからの課題になってくると思います。

**豊田** その人の個性やレベルを選んでいけるものを押し付けでなく、参加したければする、したくなければしなくてもよい。一人ひとりのニーズにこたえられるものを用意できたらいい。

**磯谷** 日本のケアとスウェーデンのケアの違いは何かを考えた時に、死生観が違うと思った。スウェーデンでは最後を静かに迎える、亡くなる権利という考え方がある。食べられなくなれば無理に食べさせることはしないとか、命が終わっていくのに無理な延命はしないとか。社会全体にそういう考えが深く根付いていることを知った。これは政治家や団体が20年かけて話し合ってきたという経緯もあるそうだが、日本では、まだまだそこには到達できていない。

**小笠原** そのことは日本でもこれから大きな課題になってくる。医者の延命対応についていろいろ議論がありましてね。いま磯谷さんが言ったことは、本当に国民的な合意がないと出来ない。日本でも高齢者は静かに最後を迎えるということに関して考えている。自然に逝きたいというのは数十年前からある。

**豊田** あさひ苑でも終末期にはその対応について家族と充分話を。看取りをホームで確認をしてもいざとなるとやはり延命措置のため病院へということになる。スウェーデンでは個を単位にする生活が徹底しているということですね。日本はまだその考えにおいて遅れている。価値観がどう変わっていくかに関わっている。施設のケアもそこにつながっていくでしょう。スウェーデンと日本の違いがどこにあるのか見えてきた。多摩同朋会として受け止めながら実施できると

**小笠原** スウェーデンでは個を単位にする生活が徹底しているということですね。日本はまだその考えにおいて遅れている。価値観がどう変わっていくかに関わっている。施設のケアもそこにつながっていくでしょう。スウェーデンと日本の違いがどこにあるのか見えてきた。多摩同朋会として受け止めながら実施できると

**豊田** いけないのでしょうかね。この点で日本とスウェーデンとは少し違いと

**小笠原** とは言っても、スウェーデンの施設で暮らしている方々の表情を含めて穏やかだと思いませんか。穏やかという意味は、何もなくて放心したような状態と言った意味ではなくて、目も肌も元氣そんな艶があるような感じを私は抱いています。

**磯谷** 日本のように積極的に話しかけることはむしろわしく感じてしまうのではないのでしょうか。目を閉じて座っている人について「彼女はそういう時期に来ているのだから、にぎやかなアクティビティやたくさん声をかけて刺激を与える必要がない。そうやってゆっくりと過ごす時期がきている」と言われ納得できました。

**小笠原** スウェーデンのケアで多摩同朋会に取り入れられるのはどんなことだろうか。研修のプログラムに認知症ケアということを継続的にやってみたいと思った。認知症の症状はスウェーデンも日本も同じだから。環境の面でもできることから取り入れられればいいと思う。食堂のセッティングやモチーフや飾っている絵などがきれいだからそこにあるのではなく、話題になりやすいような仕掛けを作っている。

**高村** アドバイスされたなかには排泄介助がありました。替える回数が多ければいい介護ではない。合理的にやりましょうということですね。オムツの交換回数を減らすと、日本ではケアの水準が低いと言われるが、一人一人にあった替え方がある。

**豊田** あさひ苑では福祉機器とか介助用品についての研究会を作りました。これもあさひ苑にスウェーデンからお見えになった際にアドバイスされたことです。ご利用者、職員双方のためにも必要だと思っ

るは少しずつ改善してはどうか。すでにあさひ苑は取り入れているということで、海外との交換研修が少しづつ実を結んできている。前向きに受け止めながら進んでいくことが大切でしょう。今日はみなさんありがとうございました。

### 五感のケアについて

(野澤真紀子・第三回研修生)

スウェーデンでは、五感を刺激するケアが重要視されています。これらの感覚を刺激する「環境」をいくつかご紹介いたします。  
スウェーデンでは都市でも自然が身近な存在です。エンゴードバックンでも緑溢れる中庭を設けています。砂利の大きさを換え、足裏への刺激へ。季節の花を植え四季の移り変わりを眼や耳、全身の刺激へ。庭のあちこちにクイズをしかけご利用者に考えてもらう知的な刺激へ。様々な感覚への刺激がご利用者の生き生きとした表情へ反映されていました。

居間や食堂では、蛍光灯を避けてろうそくで癒しを、馴染みの絵画や音楽で会話のきっかけを促していました。リビングの床は高級とされる木の材質にして廊下の材質と差をつけています。テーブルには飾り物を置いたりして、「特別な場所」と感じさせ、「ご利用者の気持ちに変化を与えていました」  
このように、様々な場所で穏やかにかつ知的な生活が送れるよう環境を整える工夫がなされていました。私たちの施設においてもできることは、例えば季節の花を飾ること誰でもきれいなものには目をとられ、季節の話にもつながります。また、食事も「環境」と捉え、五感の刺激を促すような一言を添えてみるなど。私たちがすでに行っているささやかな配慮や声掛けが、実は「自身では感覚の刺激を得づらくなったご利用者の感性の呼び覚ましへとつながっているのではないのでしょうか。」(かんだ連雀介護員)



中庭でのティータイム



移動介助はリフトで



福祉機器を十分活用



エンゴードバックンの中庭



自然光を取り入れた居室



しかけのある絵画が

## 介護保険を考える 23

鈴木恂子

2006年4月から5年目の法改正が施行されました。在宅サービスは軽介護(要支援、要介護1)の利用者に大きな変更点がありました。要介護認定(要支援2の新設)、予防ケアプラン(地域包括支援センターが作成)、サービス内容の変更等ですが、3月に入ってもルールが確定しない状況で、現場は混乱しました。ちょうど介護保険制度発足時の2000年4月と同じような状況が繰り返されました。利用者への説明も充分とはいえない中で高齢者の途惑いと困惑が危惧されます。

介護保険の給付は、介護給付と予防給付の2つに区分されました。予防給付は、「家族負担の軽減のため介護の社会化を目指した介護給付」と目的を異にします。もっとも今回の見直しは、保険制度導入の理由となったキーワード「介護の社会化」は姿を消して、「財源の安定」がキーワードとなりました。その上今までで行っていた保健施策を地域支援事業として介護保険に取り込んだことも大きな変化です。そのことが実は保険料を引き上げた真の原因になっています。この変化は被保険者の支持を得られるのでしょうか？



### 在宅サービスの変化(要支援～要介護1)



2000年4月1日～2006年3月31日					2006年4月1日～				
要介護区分	給付上限額	給付種類	利用可能なサービス	計画作成	要介護区分	給付上限額	給付種類	利用可能なサービス	計画作成
非該当		各自治体の福祉サービスやヘルス(保健)事業を利用			一般高齢者	基本チェックリスト(25項目)の記入により区分する	(自治体支援) 地域支援	一般的な健康講座、体操教室などの企画に参加 項目へのチェックにより次の予防プログラム(転倒、低栄養、口腔、閉じこもり、認知症、うつ)に参加する。	自治体ごとの取り組み
要支援	6,150	介護給付	訪問介護 訪問入浴 訪問看護 訪問リハビリテーション 居宅療養管理指導 通所介護 通所リハビリテーション 短期入所生活介護 短期入所療養介護 福祉用具貸与	居宅介護支援事業所	要支援1	4,970	予防給付	介護予防訪問介護 介護予防訪問入浴 介護予防訪問看護 介護予防訪問リハビリテーション 介護予防居宅療養管理指導 介護予防通所介護 介護予防通所リハビリテーション 介護予防短期入所生活介護 介護予防短期入所療養介護 介護予防福祉用具貸与	(地域包括支援センター) 委託可
要介護1	16,580				要介護2	10,400			
要介護2	19,480				要介護1	16,580			
要介護3	26,750				介護給付	要介護3	26,750	居宅介護支援事業所	
要介護4	30,600					要介護4	30,600		
要介護5	35,830					要介護5	35,830		

左記は、今回の法改正により在宅サービスがどのように変化したかをまとめたものです。

- 要介護1は、認定審査の1次判定で「要介護1相当」と出ます。
  - 要介護1が否かを従来どおり審査します。ここで要支援あるいは要介護2等に変更することもあります。
  - 要介護1となると、要介護1相当として審査します。下記2つに該当する場合のみ「要介護1」と判定し、その他の方は全員「要支援2」となります。  
認知症により予防が理解できない状態が不安定で予防できない  
要支援2は、要支援1とともに予防給付の対象者です。  
(年齢や病名は介護度の認定には関係しません)
- 予防給付の創設
  - 身体機能低下を予防し、現状の改善を目的とします。
  - 目標設定をし、「改善に向けての支援サービス」が給付対象です。
  - 事業者は介護サービスとは別に介護予防事業として、都道府県から指定を受けます。
- サービスの制限  
予防給付は、予防を目的に給付するので、サービスはかなり限定的になります。
- 月額払いの予防  
給付予防給付は月額払いになります。利用者は回数を多く希望 - 事業者は対応できない。この問題を調整コントロールするのは包括支援センターの個別プログラムです(双方に不満が残り、予防サービスを提供する事業者は減少しています)。



年々高齢者の独り暮らしや高齢者夫妻、姉妹あるいは親子など的高齢者のみ世帯が増えています。こうした方々は介護度が高くなると在宅での生活が困難になります。要支援、要介護1レベルの場合、介護保険制度を利用しながらなんとか在宅の生活を継続してこられました。

90歳の独居の男性、85歳と82歳のご夫妻、89歳と86歳の姉妹、92歳の母と78歳の息子等々。この方々の在宅生活を支え、介護保険制度は様々な問題を抱えながらも5年間認知されてきました。

今後は、生活は自助、互助、共助で支え、保険は予防のために給付されることとなります。制度利用者の約半数を占める軽介護度の方々は、何のために保険料を負担しているのか、ことさらに予防プランを提供されるでもなく、上記の方々は、十分に自らの力で頑張っ、今日の長寿を迎えておられるのです。

みなさまは、いかがお考えでしょうか？

東京都社会福祉協議会が制度改定後すぐに行った調査では、対象となった86%の方々が制度移行による不安や不満を回答されています。そして次のような記述が多く寄せられています。

『介護保険制度の改正に伴う利用者への影響調査集計速報18.5.29版』の自由記述回答より抜粋。( )内は「現在使っているサービス」

掃除、ポータブルトイレ掃除、買い物、調理、洗濯と2時間でやってもらっていたことが、1時間30分に変更になった。独居でトイレは和式共同、洗濯機なくコインランドリー利用、生物を買ってきて調理する時間なくヘルパー帰る。煮物の途中時間なくそのままヘルパー帰る等あり、調理の品数も少なくなり不便に思っている  
(訪問介護)

うつ病のため身体機能は何とか動けるが、精神的に不活発な日常を送っています。ガンのため人工肛門、家族は遠方に弟が1人いますが、私も脳梗塞で認定もっています。定期的にヘルパーさんが来ることによって生活が維持されていたのに、週1回に減り、ゴミ屋敷の中に寝ています  
(訪問介護)

予防給付になったため単位数の関係から入浴できなくなるなど、なぜ入浴が不可になるのか納得いかない。行政の決め事が一方的すぎ  
(通所介護)

ベッドの手摺も借りられなくなって、夜間のトイレ(数回)自分で起きることが出来ず家族の手を借りています  
(福祉用具)

# 地域包括支援センターって何？

～平成18年4月、神田地域包括支援センターが開設されました～



斉藤・吉田・石塚・佐藤・武田（センター長）の5名がご相談に応じます。

老舗の料亭が立ち並ぶ千代田区神田淡路町にかなだ連雀があります。そのガラスでおおわれた1階連雀ホールの一角に、神田地域包括支援センターがあります。3月まで、かなだ連雀在宅介護支援センターとして親しまれた地域の介護相談の拠点が、4月より生まれ変わりました。「介護予防」を旗印に、介護保険制度改定の要として全国一斉に始まった地域包括支援センターを紹介したいと思います。

担当業務は 介護予防マネジメント、総合相談・支援業務、虐待防止等、権利擁護に関する業務、包括的、継続的マネジメントの4つ及び地域よるケア事業（従来の在宅介護支援センターが担ってきた、緊急対応や制度の隙間にこぼれるような事例に対し、臨機応変に対応する業務）です。

4月から3ヶ月たちますが、介護予防は全国的に始めての試みなので、流れを作りながら進めなければなりません。介護予防の考え方を利用者にも、サービス事業者にもひとつひとつ説明しながら行っています。90歳で腰が曲がり、膝に痛みが耐えながら生活している方でも要支援1であれば、ヘルパーは出来ない部分をただ「やってあげて」はいけません。トイレの床を雑巾で拭くことは難しくても、便座を拭くことはできるかもしれません。浴室のスノコをあげて下をブラシでこすることはできなくても、ヘルパーがこすつたあと、水で流すことはできるかもしれません。そんな「一緒におこなう援助」を計画すると同時に、介護予防のサービスで運動器機能の回復訓練をして、下肢筋力をつけて痛み膝を守るようなことも考えます。背筋が少し伸びたら、冷蔵庫の上を掃除できるかもしれません。そんなことを考え、説明し、サービスを手配し、その後の変化を追っていく、それが介護予防マネジメントの現場です。そんな難しいに加え、包括の担当件数に上限がなく、担当地区の要支援1、要支援2のケアマネジメントはすべて受けることとなります。今後の業務量の増大に対処どうするかも大きな課題です。

地域包括支援センター、今後どうなっていくのか見えない部分も大きいですが、ひとりひとりの高齢者やその家族の笑顔に、今日も5名で奮闘しております。

（武田潤一郎）

## 施設

だより

# 元気のもと

### たっち

『ちびっ子ものまね大会』  
『たっちの巻』

交流ひろばには、ヒジヨーに才能豊かで素敵な子どもたちがたくさん来館します。

「ライオン」に「ゴリラ」「ウサギ」に「ソウ」の真似なんかは朝飯前のお茶の子さいさい。「アイン!!」や「ガチョーン!!」といった懐かしの一発芸もあれば、「てじなあーにゃ!!」や「キレてないですよ!!」「イナバウア」、「ちっちきちいっ」といった流行にのった物まねも披露してくれます。

最近ではお母さんたちのほうから、新ネタできました!!「観てください。」とカワイイわが子を猛烈ブッシュ。私も、次はなんだろう?と日々期待に胸を膨らませています。

お母さん方に完成までの経緯を尋ねると、ほとんどの子はいつのまにか覚えていて、いつのまにか演じているそうです。そこから「あれやこれや」を教える技を増やすとのこと。子どもたちの物事を吸収する力は素晴らしいです。そんな子どもたちが毎日ニコニコしながらひらひらとやっています。そのおもカワイイ(おもしろくてカワイイ)ことと「たらもつ」。こりゃあ負けてられん!!と一念発起して、今日もみんなで楽しめる手遊びを考えました。



(ひろば担当 遠藤 亮介)

### 岩本町

夏こそ笑顔で!

暑さも厳しくなってくるこの時期、夏バテしない秘訣は、「デイサービスにくる」ことです。よく食べ、よく寝て、適度な運動を元気のもととするなら、デイサービスは昼食・お昼寝・うたた寝(全員ではありませんが)・健康体操と、全て揃っているではありませんか。さっぱり汗を流すなら、入浴もありますね。

そして何よりの元気のもと、笑いが絶えないこと!不思議なもので、笑顔でいるだけで何となく幸せで楽しい気分になってきませんか? それに加えて、個性豊かで人生経験豊かなご利用者の方々の楽しいお話のおかげで、いつもフロアは笑いに包まれています。面白い話から豆知識まで、勉強になるなあ、と思いつつ耳を傾けている毎日です。また、「今日はAさん全然笑顔が見られないけど、気分でも悪いのか



な? 疲れているのかも?」と、その方の体調のパロメーターにもなります。

笑いにも色々ありますが、楽しい爆笑も、そっと見せてくれる照れ笑いも、優しいほほえみも、どれも全て何にも勝るエネルギー源だと思えます。一日が終わわり、「また次回よろしくね」とこりり笑顔で言っていただけ、私自身も笑顔が基本!を大前提に毎日皆さんをデイサービスにお迎えしたいと思

あさひ苑

「母である事」

「元気の秘訣って何ですかね？」との質問に、「負けない事!!だってお父さんがいなくなっちゃたから、私がしっかりしなきゃね。」と即答するKさん。私は質問の仕方が悪かったのかなと言葉を捜している。「母親なんだから子供達を見ていてあげないと。」解釈まで10秒・・・子供がいない私には、まだ理解する事が出来ない世界ですが、いくつになっても母として子供達を見守るべき母性(使命)こそが生きる源だと話して下さるKさん。そんなKさんのお部屋には、5人のお子さん達の家族写真が飾られ、4人目の曾孫の愛くるしい1枚が今年2月新しく仲間入りをしています。「私は寅年だから強いよ。K家は私にかかっているの。」と今年80歳になる母は強く4廻り下の私に、同じ寅年。早くお母さんになりなさい。」とエールを送って下さいました。

(相談員 比嘉登美枝)



しらとり

「おやつ だあくいすき!!」

子どもたちが下校すると、まずはおやつ時間です。職員の「おやつですよ」の掛け声に合わせてみんな一斉に手を洗いに行きます。おやつは同じ量・同じ数にしているつもりですが、手を洗った子どもたちから順に自分のおやつはどれにしようかとじっくり選びます。迷って決めたおやつを手にみんなで「いただきます!」

その日、学校であった出来事などを話しながら楽しそうに食べる子、おやつの前に遊んでいたおもちゃを気にしながら焦って食べる子。「Aくん、もっとおやつ食べる?これあげるよ。」とおやつをあげるBくん。そんないきいきとした子どもたちの姿を見てみると、自然とみんな笑顔になります。

(少年指導員 沢目明日香)



きずな

ポパイパワー!

きずなの周りには自然がいっぱい!畑もいっぱい!で、おとなりの畑の方からほうれん草をいただきました。いただき方も大胆で、大人と子どもでほうれん草狩りをしてリヤカーに5台分ほど。夜のおかずにお弁当に、炒めて、煮て、混ぜて、はさんで思いつく限りの手を尽くしておいしくいただきます。

しかし学童のおやつにほうれん草が出た時は、さすがの子どもたちも曇り顔。「ポパイはほうれん草を食べて強くなるんだよ」なんていつてみますが「ポパイ?なにそれ」とあきれ顔。ほうれん草といえば無条件に、元気が出るというイメージを持っているポパイ世代の常識は、現代の子には通用しないようでした。

(少年指導員 若林 佑子)



緑苑

元気の秘密

養護老人ホーム信愛寮に住む50名のお年寄りには、とってもお元気です。

朝は、5時頃から起きている方もいれば、8時近くまで寝ている方もいます。朝食前の時間の過ごし方も様々です。散歩に出かける方、公園で体操をする方、玄関にお花を生ける方、庭をほうきで掃除する方。思い思いに、一日のスタートの準備に入ります。もちろん、毎日3食、食事をとりまます。おかわりをされる方もめずらしくありません。当然、少食の方もいます。

日中の過ごし方もそれぞれです。サークルに入って、コーラスや俳句やスポーツ仲間と楽しむ方もいれば、一人で図書館に通うのが日課の方もいます。職員の手伝いをして下さる方もいます。毎日、掃除・洗濯を欠かさない方もいれば、たまにしかない方も・・・。

そして夜。夕食後、7時頃から寝てしまう方もいれば、深夜までテレビを楽しんでいる方もいます。これが信愛寮の『元気の秘密』です。あたりまえのことを、あたりまえにできる幸せ。この幸せこそが、人を元気にするんですね!

(相談員 金井英明)



泉苑

やっぱり「ご飯が一番?」

Aさんは毎日、フロアの隅から隅まで、時にはエレベーターで他の階へと車イスで色々な所に行きます。代わる代わる職員から声を掛けられ、別の所で他利用者やご家族からも話しかけられ、どこに行っても楽しそうな表情をしています。また、掲示板を見たり、寮母室をのぞいたり、色々な人と話したり、疲れてはひと休み・・・。Aさんにとってはそれら全てが元気の素になっているのでしょうか。

蒸し暑い時期に出かけるのは誰でも億劫になりがちです。Aさんのように色々な所へ行くことで新しい何かが発見できるのかもしれない。私も少し外に足を伸ばそうかなとAさんを見つづきました。昼食後、Aさんに、「夕飯は?」と聞くと、『「ロツケ!」と満面の笑みが返ってきました。おやつ?やはり一番の元気の素はご飯なのかな!?

(介護員 山崎真人)



連雀

「おいしい笑顔」

「この食事は何でもおいしいねえ」「何が一番好きですか?」

「そうね、何でも。好き嫌いなから」とあるご利用者様。連雀での人気メニューはハンバーグ、エビフライ。江戸っ子だからといって和食がいいとは限りません。でも、たまにはあっさりとしたおうどんはいかがでしょう。日差しもすっかり夏らしくなり、麺類がおいしい季節ということ。今日は手作りうどんに挑戦です。小麦粉を力いっぱいこねてのばして、いよいよどん打ち開始、さてお味は?

興味津々です。打ち立ての麺を茹でて盛り付け、お好きな薬味を入れましょう。食卓に並んだうどんに「わあ!おいしいぞ」と歓喜の声と笑顔が広がって思わずお得意の歌も飛び出します。

おいしい食事と笑顔、それがかんだ連雀の皆様元気のもと、さあお昼の準備が出来ました。それではいただきます。

(介護員 五十嵐敬子)



### ボランティア紹介

#### 子ども家庭支援センター

しらとり

しらとりでは、地域の親子が交流できる場・気軽に相談できる場としてオープンルームを毎月実施しています。オープンルームはセンター設立時からスターとし、今年でなんと10年目!!

ここには、毎回40組近くの親子が遊びにみえます。そんな長い歴史のオープンルームには、お忙しいなか毎回お手伝いして下さる民生委員さんやボランティアさんがいらっしやいます。参加されるボランティアさんは、子育ての大先輩であり、スタッフとしても設立当初からご協力頂いているベテランです。受け、赤ちゃんの抱っこ、伴奏、歌や手遊び…。多くの場面でお母さんや私たちを支えて下さっています。

沢山の方々に支えられ、しらとりのオープンルームはこれからも続きます。

どうぞよろしくお願いします!!

(志村美由紀)



ベテランボランティアの方々。

### 御寄贈ありがとうございます(敬称を省略させていただきます)

- 赤林好子 朝日保育所 今田守 江里嘉子 乙葉格 乙葉美代子 籠島敬樹 加藤光子 株式会社サンリオビュロランド 株式会社ニトリ 品田啓子 下崎伸夫 社団法人日本ヒリヤード協会 ジョーンソン・エンド・ジョーンソン(株) 新日本石油(株) 杉山弘道 住友信託銀行株式会社 田代豊治 千代田区母子寡婦ちどり会 長崎明子 羽

(平成18年2月~5月)

### ボランティアの御協力ありがとうございます(敬称を省略させていただきます)

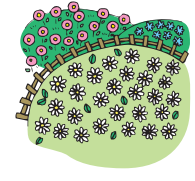
- 網代恵美 会田久枝 青木成江 青山幸子 赤田美恵子 赤林好子 秋山恵美子 浅見スジ子 阿部才千代 飯田アヤ子 飯田八重子 飯塚喜亥子 井垣かつ江 井口イマ 池田靖邦 石井宏 石黒富佐江 石坂勝世 石原みつる いずみこどもプラザ 市川知子 市川アイ子 伊藤賢 伊東富美子 稲垣セキ子 井上陽子 井上宏子 井踏世津子 上田悦子 上原智美 鷲沢シズ 内野ミヨ子 内堀美喜 梅沢佳代子 江口亜津子 遠藤みつよ 遠藤陽子 遠藤伊代 遠藤博 大久保幸子 大倉弘子 大西妙子 大橋正子 小笠原敦子 緒方シゲ子 緒方智恵美 尾形ヨシ子 岡田基子 岡安里枝 小川喜代子 小川智恵美 萩野和子 萩原八枝 小倉道子 尾崎節子 小澤末子 小野里ふゆか 恩田猛 海江田紀久子 笠間豊子 梶田慶子 鹿島千重子 鹿島虎男 糟谷一夫 片桐キミ子 加藤博子 加藤洋子 加藤静 金澤静江 蟹江さち恵 上沢美知子 亀岡紀知信 川崎綾子 川崎和代 川崎恵 川島スミ子 河野トシヨ 神田児童館 北邑ヒデ子 城所栄子 木下照子 木村幸子 草野裕恵 草野美鈴 久保田摩耶子 窪野咲子 熊谷幸男 熊倉洋子 警察学校 弦間まさ 小出農一 小出由美子 小岩井雅人 郷精四郎 他、下町かっぱれボランティアの皆様 小島百合子 小谷文子 後藤寿枝 小林久子 小林久恵 今野幸子 紺野和子 ザ・ポティシヨップ東京駅一番街店 齊藤孝子 酒井絃子 坂本越子 桜山左恵 佐々木カズ子 佐藤秋子 佐藤英子 佐藤なかり 佐藤瑞樹 他、ポティシヨップ六本木店の皆様 佐藤初江 佐藤みどり 佐野田鶴子 重田文子 芝喜久子 島津弘子 島田たす 清水文枝 清水松江 下江美鈴 下条エイ子 白井せつ子 白石隆子 進藤サエ子 進藤環子 杉本久子 杉山実千代 鈴木綾香 鈴木嘉子 瀬戸貞子 藺田澄子 平艶子 高鳥米子 高田
- 鳥貞子 藤間勢若 福生・国立カッパバの会 知社会福祉事業団 平本信弘 堀田佐知子(有) ホットウォーター 湯藤誠 明治神宮崇敬会 明治安田生命保険相互会社広報部 湯藤誠
- 道敏 高鍋恵子 鷹野榮子 高野晴美 高橋幸子 高橋ちよ子 田口稔子 竹内由美子 竹内範子 武野純子 竹松ふく 立原絵里香 辰本ケイ子 田中勲子 田中久美子 田中優衣 田中緑 田部美智子 丹野由紀子 千葉よし 塚本喜美恵 辻新浩 土屋和子 土屋とき枝 角田和歌子 手塚正輝 東郷栄子 富岡ヒロ子 中井啓子 中澤キミ子 中下秀子 中嶋永子 長島広美 中田愛子 永野信子 中野喜久美 永見聡三郎 中村フサ子 中村清美 中村美佐江 中山康 植林美枝子 二家貞子 新津好美 西久保長子 西宮智恵子 二宮澄子 日本郵船 野坂昭弘 萩村光恵 萩原春代 橋口綾子 橋本恵子 羽鳥みのる NPO法人花咲き村 丹生初江 パネルシアターサークル ピノキオ 早川洋子 羽山直子 原敬五郎 区内歯科医院勤務歯科衛生士有志の皆様 原田隆子 原田まち子 原田康子 原田良子 肥後住江 平泉順子 平澤みどり 平田敦子 平野幸子 平野博典 平林美穂 平山房子 福岡恵利子 船岡栄子 古川郁子 法師入富子 堀切重明 牧内ヤス子 牧野新子 松井真紀 松浦良枝 松沢通子 松澤通子 松下明 松下朋子 松田恵子 松野アイ 松村美千代 松本みなと 松本孝宣 間野篤子 水美智子 水谷静江 水野智恵 三井喜久江 三井淑子 宮崎美智子 宮崎美知子 宮澤由紀枝 宮下美智子 明神よし恵 明神れい子 三輪孝子 茂木万里子 望月友子 本橋直人 守永朋子 谷貝祥子 八木かつ子 八木勝子 安木輝子 安田恵 柳佳代子 山上涼子 山田一丸 山田和男 山田ケイ子 山田佳津江 山田喜美江 山田サツ子 山田シツ 山田順子 山本峰子 山本ひろみ 悠・友・YOU 横田公子 横山年子 與座京子 吉田ヒサ子 吉田陸子 米山秀子 脇山令子 渡辺キク

(平成18年2月~5月)

### 編集後記

法人60周年目の年に60号とは、(編集長・上野広美)過去の記事を読むと面白い内容が多く、今年度も頑張ろう、「ふん」とを締めなおしています。(緑苑・伊藤賢司)今年度より季刊しんあいに配属となりました。何事も「楽しむ」がモットーです。(あさひ苑・浅上勝敏)今年で2度目の編集委員となりました。皆さんと力を合わせて、楽しい季刊誌にしていきたいです。(若本・小林真由)編集委員として二年目を迎えました。読者にとって親しみの持てる季刊誌づくりに励みます。(泉苑・竜崎春樹)記事書きも発送もやっと体になじんできました。今年度も頑張ります。(さすな・若林佑子)興味深く、楽しい季刊誌を作っていきたくと思っています。

初めてのしんあひ担当ですが、頑張ります!(連雀・丸山絃美)今年も多くの方が手に取りたくなるようなしんあひを皆様にお届けしたいと思っています。(たっち・嶋田 歩)今年度初めての担当ですが、ホットな季刊誌になるよう頑張ります。(あさひ苑・比嘉登美枝)はじめての編集ですが、頑張ります!!(泉苑・岸千陽)より多くの方々に多摩同朋会を知っていただけたらいいな、これからの楽しい季刊誌を作っていきたいと思えます。(しらとり・志村美由紀)



- 特別養護老人ホーム 信愛泉苑
- 高齢者在宅サービスセンター 泉苑ケアセンター
- 養護老人ホーム 信愛寮
- 特別養護老人ホーム 信愛緑苑
- 府中市立特別養護老人ホーム あさひ苑
- 府中市立あさひ苑高齢者在宅サービスセンター
- 府中市子ども家庭支援センター たっち
- 特別養護老人ホーム かんだ連雀
- かんだ連雀高齢者在宅サービスセンター
- 千代田区立岩本町ほほえみプラザ
- 子ども家庭支援センター しらとり
- 母子生活支援施設 白鳥寮
- 母子生活支援施設 東京都網代ホームさすな