2008年4月1日発行　早 蕨　第420号（昭和62年2月21日第三種郵便物認可）

さわらび
ホームページ　http://www.sawarabi.or.jp

みんなの力でみんなの幸せを

sawarabi さわらび

4 April 2008 vol.420

医学講話▶ 高齢者の幸せ　さわらび会　理事長　山本 孝之

特　集▶ みんなの力で支える災害弱者

医学講話

「高齢者の幸せ」

さわらび会
理事長
山本 孝之

調査報告「高齢者の幸せ」

在宅の高齢者一八〇名と、老健やホームなど施設を利用されている高齢者一五〇名の皆さんの幸せについて調べましたのでご報告します。

在宅の高齢者が幸せだとお感じになられる理由として、第一に挙げられたのは、家族みんなが良くしてくれるとか、嫁がやさしい、娘がよくしてくれるなどで、良い家族に恵まれていることでした。

次に、健康で、誰の世話にもならずに暮らせると、日常生活の自立があげられました。

一方、不幸せの理由として第一にあげられたのは、脳卒中、認知症、骨折などのために、まわりの人々に多大の迷惑をかけるようになったのが、とても悲しいとのことでした。

次に、施設の皆様が幸せを感じる理由としては、施設の職員がやさしくしてくれるとか、ここなら安心して暮せるとのことでした。

施設の職員が、ご家族に代ってお年寄りを支えていることがよくわかりました。

幸せを支える重要な条件ではないかと考えて、経済的自立についても調べましたが、幸せグループも不幸せグループも、ともに六割以上が経済的には自立されており、必ずしも、経済面が高齢者の幸せを左右するものではないことがはっきりしました。

然し、一カ月の年金がわずか二万数千円から四万円なのに、どなたの援助も受けずに、ご自宅で暮していらっしゃる高齢者がこの世に存在することが分かって、本当にびっくりしました。

その上、この方々は、何もせんでも、三度の食事が食べられて本当にありがたいとおっしゃってました。こんな雀の涙のような年金に、感謝されているお姿に、私は心の底から感動いたしました。

また、私にとってやや意外だったのは、幸せを感じる理由として、デイサービスやデイケアが楽しいとか、ヘルパーさんやケアマネさんが定期的に訪れてくれるのが楽しいとおっしゃってる人々がいらっしゃったことです。

大変厳しくて利用しにくいのではないかと感じていた介護保険でも、しっかりとお年寄りの幸せに貢献していたのです。

老後を幸せに暮らすには

1）脳卒中・認知症・骨折の予防
2）いつも支えあう良い家族
3）向う三軒両隣り助けあう町作り
4）役立つ年金と介護保険

この四つが必要です。

b脳卒中・認知症・骨折の予防

õ食　事

1）食べる量

やせてる人ほど早く死にます。

高齢者では、やや小太りの人の方が長生きできますから、身長m×身長m×二三kg位になる量を食べるようにしましょう。

2）お奨め食品

魚(特に、サバ、サンマ、イワシ、ブリなど)、大豆とその製品、脱脂粉乳、海藻類、きのこ類、緑黄色野菜(特に、小松菜、ブロッコリー、人参、南瓜、ピーマンなど)、柑橘類、果物(特に、イチゴ、キウイ、柿、桃など)、いも類、ゴマ、シソ油などがお奨めです。

3）水分摂取

できたら緑茶を一日六杯以上。

食後の一杯に加えて、十時と三時のオヤツの時間と入浴前後に。

4）よく噛んで

5）味つけはできるだけうすく

6）適正飲酒　一日二合まで。

õb運　動

運動を始める前に、主治医の診察を受け、その指示に従うように。

1）運動する時間

食後一時間半頃に、一回二十分から三十分まで。

2）お奨めの運動

散歩、自転車、太極拳、社交ダンスなど。

3）転倒骨折の予防には

イ）バランス感覚を高めるつぎ足歩行

足先に踵をつけながら一直線に歩くものですが、バランスを崩して転びやすいですから、ひとりでなさる時には、壁際か手すりのある所でなさって下さい。

ロ）中臀筋の鍛錬

下肢を側方へ四五度位挙げたまま五秒間保つのと、下肢を水平に持ち上げたまま五秒間保つのを、左右交互に五回づつ毎日。

õb規則正しく

地球上の生物はすべて、地球のリズムに従って規則正しく生活すると、一番長生きできるようにできています。

1）起床

目が覚めたら窓を開け、朝の光をたっぷりと目の中に入れましょう。

2）睡眠

毎日午後二時前後に昼寝を三十分。但し、一時間以上昼寝をすると逆効果です。

夜寝る前には、排泄õ‰入浴õ‰歯磨・うがいõ‰就寝と、毎日規則正しく繰り返していますと、必ず、熟睡できるようになります。

3）食事時間

一日三回規則正しく食べるように。

夕食は寝る三時間前までに召し上がるように。

4）血圧の調整

起床時と就寝前に、座ったまま腕を伸ばして上腕で血圧を測り、上の血圧が一四〇以上だったら、降圧剤を飲むように。

5）毎日入浴

冬は脱衣場や浴室をよく温めてから。

浅い浴槽で、二十分～三十分入浴。急に立ち上がらないように。

意識障害による溺死を防ぐため、いつも夫婦一緒に。

入浴前後の水分補給を忘れずに。

6）禁煙

7）いつもニコニコ

どんなに辛いことや悲しいことがあっても、いつまでもくよくよせずにいつも楽しくニコニコと。

日常生活動作自立のためのリハビリ

たとえ、脳卒中・認知症・骨折になっても、日常生活動作を自立させれば、幸せに暮らせますから、積極的にリハビリを受けて下さい。

よい家族関係を

私達は昔から一生を幸せに暮らすための方策として、イエとムラを作ってきましたが、家族は特に大切でして、一生幸せに暮らせるかどうかは、その人が作る家族の善し悪しによって決定されます。

夫婦仲よく、そして、子供の個性を尊重して、その成長に手をかすように努めましょう。

一生住み続けられる町作りを

年をとるとともに、環境の変化に適応する能力が低下しますから、自宅の改造、引越し、入院などは、大きなダメージとなります。

たとえ、ひとりになってしまっても、住み慣れた町で、住み慣れた我が家で暮らしてゆけるように日頃から向う三軒両隣り声をかけあい、お互いに支えあって生きてゆくようにしましょう。

今回の調査で、市の中心部では、高齢者の地域交流が全くなくなっていることが判明しましたが、もっと高齢者の相互訪問や地域交流を、積極的に行うようにしたいものです。

より良い年金と介護保険の制度を

年金と介護保険は、高齢者の幸せを守る最後の砦なので、決して、今より悪くならないように、政治にも深い関心を持って、投票権を有効に行使したいものです。

長寿医学研究所
研究通信
news of study
Vol. 4

福祉村病院 長寿医学研究所 所長
堀 映

【研究紹介】

お母さんのおなかの中で生育してくる赤ちゃんの脳では神経細胞がつくられています。その時必要以上の神経細胞が生まれ、必要なものだけを残してあとは死んでゆきます。細胞死は普通は病気や老化によるのですが、これらの細胞は、生育期にすでに死ぬことを計画されて生まれてくるといわれています。つまり宿命の細胞自殺（英語ではアポトーシスまたはアッポプトシス）です。本当でしょうか？　この細胞死の意味やそのメカニズムなどについては多方面から研究されています。しかし私は「死」ではなく、逆に細胞が生き延びてゆく条件は何なのかを研究しています。その一つを紹介します。

私は神経細胞に分化してゆく前の段階（最近耳にすることの多くなった「万能細胞」から神経細胞に向けて分化しつつある前神経細胞＝神経細胞プロジェニター）を観察します。

脳では、本来あるべき場所でなく、違ったところに神経細胞が迷いこんでくるという現象（異所存在）がしばしば見られ、それ自体臨床的には異常でないことが多いのですが、その中には、A・胎児期にのみプロジェニターの異所存在としてみられ、おとなにはみられないものと、B・胎児期のプロジェニターの異所存在が、おとなになると分化した神経細胞の異所存在となって一生存在するものとがあるのです。この二群の細胞を、細胞分裂して増殖し生育していく過程や細胞死の過程で発現してくるタンパクを免疫組織化学という方法を使って捉え、それを顕微鏡下で比較観察するのです。一つの結果だけを説明します。Aでは一種類だけのプロジェニター、Bでは二種類のプロジェニターがみられるという違いがあるだけでなく、Aでは細胞死の割合が高く、かつ細胞分裂の割合が低い、そしてBでは逆に細胞死の割合が低いだけでなく細胞分裂の割合が高い、しかもBでは神経接合が形成され、Aはそうでない証拠を得たのです。

私たちの脳には、その働きから形も大きさも、そして産生したり保有する化学組成も違う、沢山の種類の神経細胞があります。それらが種々の突起を出し、他の神経細胞に接合して情報伝達をし、私たちの精神活動や運動、感覚といった生命活動がなされるのです。私の観察結果は、接合をする相手の神経細胞がいればともに生きてゆける、仲間のいない孤独なものは生き延びられないという現象を捉えたものと考えられないでしょうか。私の昔の研究で、生まれながらに手と足の一部に欠損のある赤ちゃんの神経を調べた時も、突起が目標（欠損した手足）に達することのできない神経細胞は生き延びることができないという事実を発見し、これを「ノーターゲット・ノーデベロプメントの原則」と呼ぶことにしましたが、それと相同の結果を得たのです。ある神経細胞が発育し、生存していくためには、よきパートナーが必要なのです。

梗塞などで脳の一部が破壊された患者さんに、プロジェニターなどを移植して、機能回復を図る再生医療も夢ではなくなりました。移植された細胞が、いかに早く正しくパートナーを見つけて生き延びるかが、患者さんの回復に大切な条件です。

ある神経が特定のパートナーに接合することがありますが、その神経細胞が死んだ時、接合を受けていた神経細胞もやがて死んでしまうという経ニューロン変性という現象もあります。これには電子顕微鏡をも用いて研究する必要があります。

社会生活で、よきパートナーに恵まれた私たちは幸せに生きてゆくことができます。別世界と思われる研究の中に、卑近な実生活の縮図を見ることもあるのです。

車いす貸し出しセンター

たまも荘障害者生活支援センター

24時間365日
いつでもどこにでも車いすをお届けにまいります。
ひきとりにもまいります。

かねてから珠藻荘には、「お祖母さんを散歩に…」「急遽、通院をしなくては…」「車いすが壊れた…」等と車いすを貸してもらえないかという問い合わせがしばしばありました。その都度、保管していた利用者さんの古くなった車いすを貸し出していました。

また、たまも荘障害者生活支援センターでも在宅で生活される方々に車いす等の補装具申請のお手伝いをさせていただいていますが、申請をしてから手元に届くまで約二ヶ月～三ヶ月の時間がかかってしまい、困ってしまうことがあります。

こういった理由から、たまも荘障害者生活支援センターが中心となり、いつでも、誰にでも、お困りの方々に二四時間三六五日無料で車いすの貸し出しが出来るようにと「車いす貸し出しセンター」を開くことになりました。オープン当初から多くの方々にご利用していただいていますが「軽い車いす」「小さい車いす」「リクライニングできるもの」といった要望が高まってきました。そこで、今回、豊橋みなとライオンズクラブの皆様にご相談したところ、六台の色々なタイプの折りたたみ式車いすをご寄附いただき、これまで以上に多くの方々へ貸し出すことができるようになりました。

目録贈呈式の様子は一五ページをご覧下さい。

※お問い合わせ
たまも荘障害者生活支援センター
☎0532―47―1050

認知症サポーターを地域に

認知症高齢者とその家族を地域で見守り、応援する認知症サポーターの養成講座が、三月十一日、豊橋市看護専門学校で看護学生の皆さん四四名が参加して、行われました。

この講座では、豊橋市からの依頼により、さわらび地域包括支援センターの職員二名が今回初めてキャラバンメイト（養成指導者）として講師をさせていただきました。

講座を受けた学生さんからは

- **これからは偏見なく認知症の方たちと関わっていきたいです。**
- **疑似体験を通して、認知症の人自身の思いなどを考えることができました。**
- **とても勉強になりました。今回いただいた資料を使って、まず家族から認知症のことを説明してあげたいと思います。**

などの感想が寄せられました。

今後も地域での認知症への理解と協力の推進のために、できるところから貢献したいと思います。（土井）

◆さわらび会

合同入社式

◆社会福祉法人さわらび会

永年勤続職員表彰式

三月二一日、第二さわらび荘ふれあいホールにて医療法人一六名、社会福祉法人一一名の入社式と、社会福祉法人さわらび会永年勤続職員表彰式が行われました。

入社式では、新人職員を代表して鳥居浩平さんから誓いの言葉がありました。

また、永年勤続職員表彰式では、カサ デ ローザの奈良昌子施設長が代表して謝辞を述べられました。

山本理事長からは、「みんなの力でみんなの幸せをを守る、さわらび会の一員として、これから頑張ってほしい」という言葉を頂戴し、出席者一同利用者の為に力を尽くす決意を新たにしました。（中西）

◆平成20年度　社会福祉法人さわらび会

永年勤続表彰者（敬称略）

◆勤続三〇年表彰

奈良 昌子
（カサ デ ローザ　施設長）

◆勤続一〇年表彰

松原　孝
（第二さわらび荘　介護士）

木下 喜伸
（しろがね　介護士）

認知症介護のワンポイントアドバイス Vol.2

◆やりがいの提供

認知症の方は、記憶の障害や食事や排泄、衣類の着脱など日常生活の動作が上手に出来なくなってしまうこともありますが、まだまだ出来ることもたくさんあります。

例えば食器洗いや洗濯物たたみなど、昔からやってきたことで、今でも得意なこともあるはずです。確かに昔のように完璧には出来ず、後からこちらでやり直さなくてはいけない場合もありますが、「やってもらって本当に助かりました。」と感謝の言葉をかけますと、ご本人にもやりがいと自信を取り戻して頂けます。

いつもは、家に帰ると言ったり、お金がなくなったと心配ごとを訴える認知症の方も、仕事をしている間は生き生きとした表情をされています。

デイサービスを仕事に行くと思って来ている方もいます。その方の出来るお手伝いをして頂きながら、「ありがとうございます。本当に助かります。」と声かけすることで、一日を充実して過ごして頂けます。

人の役に立っていると感じることはとても幸せなことです。認知症の方は出来なくて人の力を借りることもありますが、出来ることもまだまだあるはずです。「ありがとう。助かりました。」の声かけで落ち着いて、そして生き生きと過ごして頂けます。

出来なくなったと考えるよりも、出来ることをして頂くという考え方、介護の仕方が大切だと思います。

（さわらび荘）

高齢者、障害者の安心・安全をめざして

～さわらび会の取り組み～

さわらび会は、「みんなの力でみんなの幸せを」実現するために日々活動をしています。そしてみんなの「幸せ」を実現するためには、「安心な生活」を提供させて頂くということが大切であると考えています。

その「安心な生活」の中でも今回はさわらび会が特に力を入れている防災をテーマにお話をさせて頂きたいと思います。

福祉村の総合防災体制

火災、地震、風水害等、私達の生活を脅かす災害は数多くあります。健常者でさえこのような災害に巻き込まれたときは大変に混乱するでしょう。ましてや認知症のお年寄りや障害のある方の場合は尚更です。

さわらび会の各施設をご利用の方はこのような方々が多くおみえです。そして、私達さわらび会の職員はこのご利用者の方々の生命と財産を守るという重要な使命を担っています。その使命を守る重要なポイントが防災システムです。さわらび会各施設では当然、独自の防災体制を築いていますがそれだけではなく福祉村のみんなで利用者の皆さんを守るという取り組みも行っています。

◉さわらび会 防災対策組織図

対策本部（統括部門）

- 本部長 … 理事長　山本孝之
  - ●全体統括　●理事・評議員との調整
- 本部長代理 … 専務理事　山本ゆかり
  - ●本部長が不在の時はその職務を代理する
- 副本部長 … 施設長　菊池　伸
  - … 施設長　石黒　稔
  - ●行政連絡・調整　●各部門の連絡、調整
  - ●マスコミ対応
- 情報担当 …… 若菜荘

管理部門

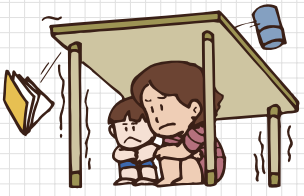
活動のための環境整備と避難所についての機能を有する部門

- 拠点整備担当 … 珠藻荘
  - 拠点整備担当 … 担当者　江川
  - 活動機材担当
- 総務（後方支援）●職員の出向状況の確認、把握
  - … 第二さわらび荘　担当者　長坂、東郡
- 避難所担当 … あかね荘

業務部門

ニーズに対する支援活動を推進する部門

- 地域ニーズ相談担当 … しろがね
- 医療サービス担当 … 福祉村病院
- 福祉等ボランティア調整担当 … 明日香
  - ●他地域等からのボランティアをコーディネート



「地域の皆さんの避難所として」

東海沖地震などの大震災が発生した時、認知症のお年寄りや重度の障害のある方については市民館や体育館等、一般の避難所での生活が難しいということは、最近の報道等でもよく知られる所となっています。

さわらび会の職員は、「阪神・淡路大震災」「新潟県中越沖地震」においてすぐさま現地に赴き、被災地での入浴介助等のボランティア活動を行って来た経験から、要援護者の一般避難所での生活の難しさを肌で感じています。そして認知症のお年寄りや重度の障がい者にとっては「安心できる設備」「専門性の高い支援体制」が必要であると考え、さわらび会各施設を避難所として地域の皆さんに提供しようという動きが始まりました。

そこで、二〇〇二年よりさわらび会の在宅サービスをご利用の方を対象にアンケートを取らせて頂き、大規模震災時にさわらび会各施設を避難所として希望される方をお迎え出来るよう「生活スペース」「食事」「寝具」等の準備を始めました。この活動は豊橋市の避難システムとは別であり、さわらび会独自の取り組みとして受入体制を整えてきました。

また、受入システムとしても「さわらび会防災規定」を作成し、震災時における各施設の役割分担を明確にしました。

福祉村に防災倉庫を

しかし、大震災が起きた時の備えは、さわらび会各施設で備蓄している利用者、避難者、職員分としての「非常食」や「寝具」等だけでは不十分です。応援に来て頂いたボランティアさんに対しての寝具や調理器具等。また、活動用資材としての発電機、リアカー、シャベルといった物も必要となります。当然それだけの物を、既存の施設内部に持つスペー

◉さわらび会 災害時緊急受入体制一覧表

受入施設		受入人数	受入場所	食料備蓄	寝具		発電機
珠藻荘		30人	食堂 ショートスティ	3日分	簡易エアーベット セパレートシュラフ ベット	30個 30個 4台	3台
しろがね	身障		しろがね1階		寝具	5組	2台
	知的	30人	しろがね2階 ショートスティ	3日分	寝具 簡易エアーベット セパレートシュラフ	1組 30個 30個	1台
明日香		100人	食堂 作業室	3日分	簡易エアーベット セパレートシュラフ 毛布	50個 50個 104枚	3台
若菜荘		30人	食堂 玄関ホール	3日分	簡易エアーベット セパレートシュラフ 毛布	50個 50個 100枚	1台
さわらび荘		22人	1階ホール ショートスティ	3日分	簡易エアーベット セパレートシュラフ 毛布	30個 30個 100枚	1台
福祉村病院		40人	第2病棟1階	3日分	簡易エアーベット セパレートシュラフ	40個 40個	1台
第二さわらび荘		30人	各階	3日分			
福祉コンビニ		3人		3日分	寝具（宿泊訓練用）	3人分	
各グループホーム				3日分	各利用者分		

スはなく、大震災時に大勢の人をお迎えした時の大きな課題となっていました。

そこで私たちは、いつ何時襲ってくるわからない災害に対し行政の支援を待っていては遅いと考え、自己資金で整備をしようとしていたところ、私たちさわらび会のこの要援護者受入体制への取り組みを聞き、評価をして頂いた「豊橋みなとライオンズクラブ」様より平成二十年三月に念願の防災倉庫を福祉村内に寄付して頂くことが出来ました。

●広さも充分にあり空調システムも万全な最新鋭の防災倉庫を頂く事ができ、緊急の備えとして最強の味方が出来ました。

要支援者のための作業部会

地域で暮らす高齢者、障害者の方々を担当する職員が隔月で集まり、緊急時における支援体制についての作業部会を設けています。平成十八年以降実施した東海・東南海地震に備えてのアンケートを随時更新しながら、特に独り暮らしの方、高齢者や障害者だけの世帯の方、重度の障害があり緊急時に職員の支援が必要な方などの台帳を作り、緊急時に備えています。三百七十三名の対象者の中で、さわらび会施設を避難先として、第一に上げた方が百七十三名、職員が特に支援が必要とした方が六十六名です。常に新しい情報を基に今後も対策を取り続けていきます。

◉東海・東南海地震に備えてのアンケート結果

	事業所名		❶	❷	❸	❹
さわらび荘	高齢者	さわらび荘	44	17	9	8
		福祉コンビニ東雲	11	9	0	8
福祉村		第二さわらび荘居宅	28	14	13	13
		ジュゲム	64	23	8	0
		計	147	63	30	29
	障害者	珠藻支援	14	7	3	7
		あかね支援	45	33	27	2
		しろがね	64	30	17	20
		明日香	103	40	37	8
		計	226	110	84	37
	総合計		373	173	114	66

❶対象者 ❷避難希望者 ❸家族の同行希望者 ❹要安否確認・移送支援者

※避難希望者欄は避難先を、さわらび会施設を第一に上げた方のみです
※家族の同行希望者欄は避難希望者の中で同行を希望する方のみです
※要安否確認欄は、担当職員が特に訪問の必要とした方々です

みんなの力で支える

大規模な震災が起こった時、実際はほとんどの人がパニックとなり混乱すると思います。でもそんな時こそみんなで力をあわせて協力するという事が重要となるのではないでしょうか。自分に出来る事を探して人の役に立つ、そして全員で安全を守り、安心した生活を守る。

このことはさわらび会の理念である「みんなの力でみんなの幸せを」という事と全く同じではないでしょうか。

備蓄の準備段階で「豊橋みなとライオンズクラブ」様より防災倉庫のご寄付を頂いたり、神野臨海株式会社様より防災用品のご寄付を頂いたことも「みんなの大きな力」の一つです。

さわらび会ではこれからも「みんなの力」をあわせて利用者、そして地域の皆さんの安全を守るため力一杯がんばってゆきます。

（珠藻荘　江川　しろがね　石黒）

山本左近
始動開始!!
今シーズンに賭ける想い

今シーズン、テストディベロップメントドライバーとして
トップチームのルノー入りを果たした左近選手が今後に賭ける想いを語った。

今シーズン担当するテストディベロップメントドライバーとは？

「ルノーの方で公式テスト以外での色々な細かなパーツのテストとか、新しいウイングのチェックとか、細かいけれども実際に走らないと性能をチェックできない、というようなテストがメインになると聞いています。」

ルノーF1の第一印象は？

「新車発表会の前日にあったスポンサー向けのプレイベントに参加して、F1トップチームの威厳というか、ヨーロッパ内でのステイタスを強く感じました。やっぱりF1はヨーロッパの文化の中で育っているものだなと。そして、そのなかで自分がいかに上がっていけるかということが大きな目標にもなっているし、すごくモチベーションが上がりましたね。まだレースドライバーじゃないですけど、このチームに携われるということが、今までの僕に比べたら大きなステップですし、逆にここで僕がしっかり頑張らないと、次の日本人にも影響が出てきちゃうと思いますし。」

ルノーF1の一員となることで、今後のビジョンが変わったのでは？

「そうですね。やっと本当のF1のステージに来たんだと感じています。ワールドチャンピオンになるという最終目標自体は変わってない。今年レースには出られなくてもその目標に対して一歩近づいたのかなって思う。今後ルノーでレースに出ることができれば優勝するチャンスも見えてきますから。」

シーズン中はサーキットにも来ますか？

「テストプログラムだとかプロモーションプログラムが入っていないときにはチームに帯同する予定です。チャンピオンのアロンソがどんな仕事をするのかも学びたいですから。」

ファンの皆さんにひとこと

「今年こうしてING Renault F1 Teamというトップチームのテストディベロップメントドライバーとして働けることを大変嬉しく思います。レースドライバーからは一旦離れる形になりますが、ING Renault F1 Teamと一緒に働くことによって僕自身はより成長できると思うし、何よりもこうしたビッグステップの機会を与えてくれたファンの皆さんに感謝しています。今年この仕事に全力で取り組みチームの一員として二人のレースドライバーに貢献したいと思います。毎年大事ですが、今年一年は今まで以上に重要な一年となると思うので、皆さん是非応援よろしくお願いします。」

俳句浪漫

直筆の書で季節を彩る

ジュゲム施設長・東京大学客員研究員
金井　芳之

俳句の鑑賞の仕方には色々あると思う。作者が読者にこのように感じて欲しいという期待に対して、鑑賞する側は全く違った事を感じ取るのも極く自然の成り行きと思う。むしろこのほうが自由奔放で良いかも知れない。しかし、場合によっては作者の思いを籠めた発想を充分に伝えたいという力作もあるであろう。こうしてみると、たかが五－七－五の文字であっても鑑賞のされかたは多種多様である。ここで自由な発想を許して頂けるなら、今回の句は鑑賞側に多種多様の思いを感じ取って頂けたらという思いが強い。春一番は立春の後に吹く、風速十メートル程度の南風と略々定義されているが、春二番は辞書にも記載されてはいない。これは作者の遊びで、通常は春一番の後は暫く風が治まった穏やかな日が続くのであるが、今年は同じ程度の強風が連日吹き荒れたのを表現したものである。何も知らないという〝中間句〟は春二番の説明で、風同士は別に相談して吹いている訳ではないので、春二番も先に吹いた春一番はわれ関せずで、春一番と思って吹いているという意味である。このところの異常気象を揶揄した句でもある。何を言いたいのか色々考えさせられる俳句もまたあってもよいのではないかと自己陶酔してみた訳である。

さわらび日記

（H20・2・16～3・15）

■福祉村病院・ジュゲム

2月19日　施設長会議（理事長出席）
知多中南部介護サービス事業者連絡協議会主催研修会にて伊苅弘之副院長が「認知症への対応の仕方～認知症の心身を知ろう」について講演
21日　橋詰先生によるCPC（理事長出席）
豊橋市社会福祉協議会主催認知症座談会にて伊苅弘之副院長が認知症ケアについてアドバイザー業務を行う
23日　豊田市主催認知症研修会にて伊苅弘之副院長が「認知症介護こんな時どうする」について講演
29日　早蕨編集会議（理事長出席）
3月3日　施設長会議（さわらび荘）に理事長出席
4日　大塚薬報が取材のため来村
福祉村病院にて東三河神経病理カンファランスCPC開催（理事長出席）
7日　豊橋みなとライオンズクラブより福祉村へ防災倉庫寄贈
8日　豊橋市医師会南部会（ホテル日航）に理事長出席
11日　社会福祉法人さわらび会理事会（豊橋グランドホテル）に理事長出席
13日　豊橋みなとライオンズクラブ例会（ホテルアソシア）に理事長出席
14日　倫理委員会
病院幹部会
名古屋市緑保健所主催認知症予防教室にて伊苅弘之副院長が「認知症の予防」について講演

■さわらび荘

2月18日　愛知県認知症介護実践者研修（施設長　刈谷　～19日）
20日　全国老施協認知症介護実践者研修
施設実習2名受入れ
一誠福祉会創立二十周年記念式典（施設長　ホテルアソシア豊橋）
22日　地域包括打合せ（松下・浅見　市役所）
老人ホーム三河部施設長会議（施設長　吉良町）
職種別地域ケア会議（石川　つつじが丘）
25日　認知症対応型サービス事業管理者研修（施設長　刈谷　～26日）
27日　愛知県老人福祉施設大会（渡辺憲・住田・浅見・内垣　名古屋）
愛介連ケアマネ部会（白井　名古屋）
災害時避難受入れ作業部会（白井　しろがね）
28日　ケアマネ相談窓口担当（浅見　名古屋）
3月4日　愛知県社協老人ホーム部会・デイサービスセンター合同部会（施設長　名古屋）
職種別地域ケア会議（松下　つつじが丘）
5日　認知症対応型開設者研修（施設長　岡崎）
6日　愛介連東三河ブロック研修会（施設長・藤原・松下・白井・浅見・鳥山・本江　豊橋市公会堂）
10日　在宅介護支援専門員研修（浅見・渡辺憲・小出　名古屋）
11日　認知症サポーター講座（松下・浅見　豊橋看護学校）
12日　介護給付等審査会（施設長　市役所）
職種別地域ケア会議（浅見　つつじが丘）
13日　GH協議会（施設長　名古屋）
愛老協介護士研修（田沼　蒲郡）

■第二さわらび荘・カサデローザ

2月15日　グループホームヒヤリング（山本施設長　豊橋市役所）
18日　日本介護支援専門員協会役員会（長坂　名古屋）
19日　豊橋市高齢者虐待防止ネットワーク運営委員会（山本施設長　豊橋）
20日　一誠福祉会20周年記念式典（山本施設長　ホテルアソシア）
全国老人福祉施設協議会正副会長・委員長会議（山本施設長　東京）
21日　認定審査会（長坂　豊橋市役所）
22日　老人ホーム三河部全体施設長会議及び委員会（山本施設長　吉良町）
26日　愛知県老人福祉施設大会（山本施設長・奈良施設長・西崎・谷川・蝦名）
27日　東愛知新聞50周年記念会
東海北陸ブロック老施協正副会長会議（山本施設長　福井　～28日）
29日　松下社会福祉事業福利厚生基金運営委員会（山本施設長　名古屋）
3月3日　愛知県老施協役員会（山本施設長　長久手）
4日　県社協老人ホーム部会・デイ部会合同常務委員会並びに施設長セミ

さわらび大学公開講座案内

☆参加費無料で
どなたでも受講できます

- 4月10日㈭　看護の基礎「高齢者の看護」
  講師►福祉村病院　総看護師長　山本 淑子
- 4月24日㈭　介護の基礎「障害者の介護」
  講師►障害者支援施設　珠藻荘　介護主任　小原 正敏
- 5月 8日㈭　心のカウンセリング
  講師►福祉村病院長寿医学研究所　所長　堀　映
- 5月22日㈭　ベッドサイドのリハビリ
  講師►福祉村病院　リハビリテーション部長　理学療法士
  榊原 利夫
- 6月12日㈭　急変時の処置
  講師►福祉村病院　看護部教育委員　看護主任　村井 孝枝
- 6月26日㈭　感染症予防について
  講師►福祉村病院　院長　小橋　修

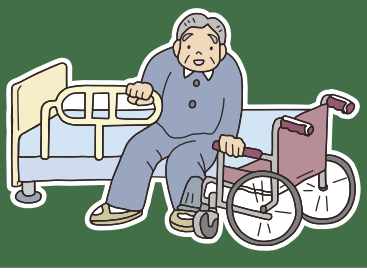
さわらび大学の開催

時　間◉第2・4木曜日、午後3時～4時
会　場◉福祉村病院会議室

尚、都合により日程及び講座が変更となることもございますのでご了承ください。

◉7月の講義には接遇を予定しています。

◉講義内容へのご意見・ご要望がございましたら、下記までお申し付けください。



◉お問い合わせ・受講申し込み
軽費老人ホーム若菜荘
☎ (0532)48−1138　FAX (0532)48−2365

5日　ナー（山本施設長　名古屋）
6日　面接
7日　認知症実務研修施設研修（白井新城市）
豊橋市介護保険関係事業者等連絡会全体会（山本施設長、長坂、東郡）
愛介連正副会長常任理事会（山本施設長　名古屋）
県社協社会福祉施設経営者委員会常任委員会（山本施設長　名古屋）
全国老人福祉施設協議会正副会長・委員長会議（山本施設長　東京）
10日　元厚生労働大臣坂口力氏来荘
13日　介護士研修（遠山、山本、鈴木名古屋）
14日　愛介連理事会（山本施設長　名古屋）
南消防署査察

■珠藻荘
2月18日　県サービス管理責任者研修（小原名古屋）
20日　自治会主催カラオケ大会
22日　障害者の就業生活支援セミナー（松井）
25日　重症心身障害児（者）関係施設等職員研修会（金子　合同庁舎）
26日　豊橋市自立支援協議会相談支援部会（施設長・田中）
27日　自治会
28日　愛知県身体障害者療護施設長会（施設長　名古屋）
30日　地域生活支援推進研究会議（田中・山本　東京）
3月5日　自治会主催DVD鑑賞会
12日　自治会役員会
14日　県社協心身障害ホーム部会（施設長　名古屋）

■若菜荘
2月21日　居酒屋
22日　老人ホーム三河部役員会・施設長会議（施設長　吉良町）
26日　誕生会
愛知県老人福祉施設大会（永田名古屋）
3月1日　南消防署より査察
27日　インド福祉村協会ワーキンググループ（施設長　名古屋）
3日　各階別会議
食生活会議
4日　民老協役員会（施設長　長久手）
県老施協老人ホーム部会（施設長　名古屋）
5日　若菜会役員会

6日　防災訓練
7日　若菜会地域活動日
11日　懇談会
14日　若菜会福祉村公園清掃

■あかね荘
2月22日　東陵地区講義（施設長）
23日　のぞみの園より研修受入（～26日）
24日　絵画教室（鈴木先生）
27日　コロニーにて研修（中陳）
29日　消防署査察
3月1日　語りべの会
3日　顕彰委員会（施設長　県社協）
5日　主任会議
9日　豊橋公会堂にて語りべの会発表
10日　理容奉仕（浅倉さん）
12日　福祉協会（施設長　名古屋）
生活サポート協会（施設長　県社協）

■明日香
2月23日　田原ジャスコにて販売（～24日）
25日　居宅介護支援部会研修会（林　名古屋）
3月4日　社会福祉会計研修（藤井陽　名古屋）
6日　苦情解決制度研修（林　名古屋）
愛知県社会就労センター研修（鈴木陽　名古屋）
10日　自治会
14日　工賃倍増会議（山本）
15日　豊橋競輪場にて販売　岡崎）

■しろがね
2月18日　サービス管理責任者研修（平野）
TFM合唱団
サービス管理責任者研修（平野）
19日　さなえ会おやつ奉仕
22日　さなえ会おやつ奉仕
3月4日　TFM合唱団
10日

■各施設共通
2月18日　人事制度改革セミナー
19日　施設長会議
21日　在宅医療福祉部会議
さわらび大学運営委員会
3月3日　防災倉庫引渡し式
11日　栄養士会議
12日

いかり先生の

「お遍路さん」

～四国八十八ヶ所めぐり～

第21回

二つの三十番札所

福祉村病院　副院長
伊苅弘之

第二十八番大日寺から第二十九番摩尼山国分寺まで九キロ、車で二十分。

国分寺は聖武天皇の勅願により各国に建立されたが、ここは土佐の国分寺。参道の突き当たりが本堂。なだらかな薄茶色の寄棟屋根が茅葺きのように見えるが、こけら葺きである（写真中央奥）。老樹が茂り森閑としている。自然に合掌していた。

第二十九番国分寺から第三十番百々山善楽寺まで七キロ、車で三十分。

かつて四国霊場には三十番として二つの札所があった。善楽寺と安楽寺である。善楽寺は元々は土佐一の宮の別当だった。ところが明治の廃仏毀釈により廃寺となり、本尊の阿弥陀如来と弘法大師像を第二十九番国分寺に移した。その阿弥陀如来像は明治九年に同じ高知市内の安楽寺に移され、安楽寺が第三十番札所となった。一方で善楽寺は昭和四年に弘法大師像を引き取り、第三十番札所として再興した。この後は第三十番札所が二箇所ある状態が続いたが、平成五年十月一日以降は、第三十番札所は善楽寺となり、安楽寺は善楽寺の奥の院と決まった。善楽寺の本堂は昭和五十八年に改築したものである。本堂がとてもピカピカと輝いて見えたのはなぜだったのか。

●ステンレス製浴槽台R“あしぴた”シリーズ　浴槽内・洗い場兼用

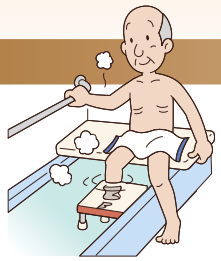
あしぴた

浴槽内での立ち上がりをラクにしたい方や、出入りする際の踏み台として利用していただけます。

①吸盤付で中でも外でもらくらく入浴！

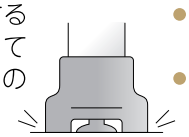
- 浴槽の外でイスとして使えます。
- 浴槽の中でもっと安心。
- 浴槽の種類も選びません。

※浴槽内にぬめりがあるときは、使用しないでください。



②あしぴた（ステンレス製+吸盤付脚ゴム）の場合

- 自重で吸着するので、吸着しているかどうかの確認が不要。



- 格子状のすべり止めと小吸盤のダブル効果で横すべりをしっかり防止。
- 取り外すときはそのまま持ち上げるだけで外すことができます。

問い合わせ先

◉福祉村指定居宅介護支援事業所　☎(0532)46-3566
◉福祉村病院訪問看護部　☎(0532)46-7521
◉さわらび指定居宅介護支援事業所　☎(0532)51-3521
◉福祉サービス㈱　☎(0532)66-1011

さわらび会後援会寄附ご芳名

H20・2・15～3・14

参萬円
伍千円
弐萬円
壱萬円
伍千円
伍千円
壱萬円
壱千円
伍千円
四千円
壱萬円
壱萬円
壱萬円
壱萬円
壱萬円
壱萬円
壱萬円
壱萬円
壱萬円
壱萬円
壱萬円
壱萬円
壱萬円
壱萬円
壱萬円
壱萬円

その他匿名希望多数の方よりご寄附頂きました。

計　**弐拾参萬円**

現在までにご寄附いただきました金額は

八億壱千九百九拾壱萬　弐千四百壱拾円

インド福祉村協会寄附ご芳名

H20・2・15～3・14

参千円
壱萬円
四千円
壱萬円
伍萬円
弐拾四萬参千円
壱萬円
壱萬円

計　**参拾四萬円**

募金方法（インド福祉村）

■振込先
郵便振替・郵便振込　口座番号
〇〇八三〇―二―六五〇〇八
インド福祉村協会
■連絡先　軽費老人ホーム若菜荘
〇五三二―四八―一一三八まで

お礼コーナー

ありがとうございました

※印は豊橋善意銀行を通して

▼õサンビシ様
ポン酢醤油寄贈※
（第二さわらび荘・珠藻荘
あかね荘・若菜荘）

▼奥田隆様
キャベツ寄贈※（珠藻荘）

▼花王õ様
石鹸・洗剤寄贈
（さわらび荘・珠藻荘・若菜荘
あかね荘・しろがね）

▼大鳴戸後援会様
大相撲番付表寄贈※（明日香）

豊橋みなとライオンズ様より六台の車いすをいただきました。心より感謝申し上げます。

õ目録贈呈式と寄贈された車いす

さわらび会のわ　リレーコラム　Vol.3

障害者支援施設珠藻荘　副施設長
黒柳　晴彦

最近お腹周りが気になる、運動不足だと感じる方は多いのではないでしょうか。そういう私もそのなかのひとりなのです。メジャーで腹囲を測定すると予想どおり八十五cm。以上、立派なメタボリックシンドローム予備軍なのです。現在毎日三十分の散歩（早足）と奮闘しております。

私のことはさておき、豊橋市には「健康の道」と言われるものが、十コース整備されているのをご存じですか。自然の中を歩き森林浴効果によりリフレッシュした気分を味わったり、木や草花の観察、鳥のさえずりが楽しめるコースが多いようです。ここではその内の一つ「岩屋展望コース」を紹介させていただきます。

スタートは総合動植物園→二川駅→視聴覚教育センター→大倉山展望台→岩屋観音→総合動植物公園、総距離約四・七km、所要時間約一時間二十分、身近な自然を体験し、展望台から市内を展望できるコースです。

この時期は岩屋緑地の桜も咲き、より一層楽しめるのではないでしょうか。この他にも牛川ハナミズキコース、葦毛湿原・ホタルコース、賀茂しょうぶ園コースなどがあります（コースの地図については、豊橋市役所のホームページに掲載されております）。

歩くことは、健康づくりの基本です。皆さんも季節に合わせ散策してみてはいかがでしょうか。

次回は、福祉村病院総看護師長、山本淑子さんです。

春爛漫

みんなの力でみんなの幸せを

2008年4月1日発行　早蕨　第420号
（昭和62年2月21日第三種郵便物認可）

充実した医療と福祉

- 特別養護老人ホーム **さわらび荘** ☎(0532)54-3501
- 特別養護老人ホーム **第二さわらび荘**
- ケアハウス **カサ デ ローザ** ☎(0532)37-1209
- 軽費老人ホーム **若菜荘** ☎(0532)48-1138
- 障害者支援施設 **珠藻荘** ☎(0532)47-1050
- 知的障害者更生施設 **あかね荘** ☎(0532)48-2825
- **福祉村病院** ☎(0532)46-7511
- 知的障害者授産施設 **明日香** ☎(0532)46-6579
- 福祉村障害福祉サービス事業所 **しろがね** ☎(0532)48-1032
- **福祉コンビニ**（東雲町） ☎(0532)69-5666
- **第二福祉コンビニ弥生** ☎(0532)38-9090
- **さわらび会障害者居宅介護事業所 田原** ☎(0531)24-0722
- 福祉村老人保健施設 **ジュゲム** ☎(0532)46-7501
- **田原市障害者生活支援センター**（市委託） ☎(0531)45-3828

社会福祉法人 医療法人 さわらび会

編集責任者：武田和敏　　印刷：共和印刷㈱　　定価：100円

■表紙写真：福祉村保育園の子どもたち

編集後記

昨年度は原油の高騰により、公私とも何かと大きな出費となった。原油を原料としたレジ袋も最近では有料化の動きである。レジ袋は、一九七〇年代に登場したが、私が保育園か小学校低学年の頃はまだ、家から買い物かごをもってのおつかいであった。しかし、それからすぐに何も持たずに買い物に行くのが当たり前となった。この四月から一人暮しを始める長男の準備のために、買い物をしても、スーパーのレジ袋や服屋などの厚手のファッショナブルなポリ袋や手提げの紙袋が山のようにでた。長男にはエコバックを持たせたが、私も出来る事からもったいないと節約を一所懸命取り組もうと思う。

（武田）