

われもこう

第105号

2018年9月28日発行

高槻ライフケア協会

題字 山田 一美 さん

人は老いると いずれ 歩けなくなる

「ボケ老人、スマホ片手に一人巡礼の旅に出る」後編



ケアワーカー 丸山 良雄

シエスタの時間で店から追い出され外に出てみると、ほとんどの店が閉まっている。地図を片手に、同じ格好をした人々がいるので、“さすがに巡礼者が多いなあ”と眺めていた。市役所とは知らずに、垂れ幕の鮮やかさに、“ここも教会か”と見ていると、日本語らしき言葉とリュックサックに小さい日の丸を貼り付けているのが見え、日本語で声をかけると、ピレネー山脈を越えてきた日本人夫婦であることがわかった。ものすごい幸運を感じ、名乗りを上げて、今日ここに来て巡礼を始めることを伝えた。今日のアルベルゲ(巡礼宿)はどこがいいか尋ねると、そのご夫婦も探している際中とのこと。これ幸いと、一緒に地図を頼りに歩いていると、日本人青年にも出会い、アルベルゲを教えてもらい辿り着く。すでに宿泊受付の手続が始まっており、巡礼者はクレデンシャルとパスポートを出し、ベッドナンバーを受取り、指定された二段ベッドに腰かけ、バックパックから必要なものを取り出し、先ずはシャワーを浴

びることにした。汗をかいたものを洗濯して、それを干すロープの場所どりをしてから、一服する。

この日本人ご夫婦の話で、自分の準備不足を思い知り、先輩の貴重な体験を聞き本当に感謝した。ポータフォンの店を探すことになり、帰り道の目印を気にしながら繁華街へと繰出し、シエスタが終わり、16時にやっとSIMカードを購入することができた。

夕方、お腹が空いたので、アルベルゲへの帰り道のバル(居酒屋)に立ち寄り、特にこだわりがないので、何を食べたか記憶に残ってない。頭上にぶら下がっている沢山の生ハムは圧巻で、感心した。食事の量は多く、安価だった。

幸運な巡礼の一日になり、日本人ご夫婦の指導で、明日の準備まで教わり、安心してベッドに就いた。

〈4日目〉いよいよ一人でのスタート。次はフランスへの道で第2の難所ペルドン峠であるから、朝から緊張した面々が出発の

準備を始める。峠を目指して歩くが、遠くに見える山と自分の登っている山がペルドン峠に続く道とは思えなかった。頂上に着くと、鉄でできた巡礼者の様々なモニュメントを見て、いろいろの国の人々が勝手に叫んでいる。下から吹き上げてくる風が強く、自撮り写真を数枚撮ると、早々に下山することにした。ペルドン峠からの下りの道が実に複雑で、どの小道を選ぶかで、追越し、追抜かれしながら下山する。緩やかな道になっても、長い下り道を歩いている感覚が続く。日本人とは会うこともなく、全くの一人だった。時折、韓国の方に会うと親しくされるが、同じ国の人ではないとわかれると、追越しに行く。「オラ、カミノ」(お先に)と言って、どこの国の人にも追越された。背中越しに聞こえる言葉も様々で、陽気なのはイタリアンやフランス。ドイツやオランダの老人は実に物静かで、日本流にいうとボソボソと語っている。越される側も、仕方がないと諦め、「グレ、カミノ」(先に行つて)と返事ができるようになる。アルベルゲに着くと越された人や遅れた人とも、何となく顔見知りになり、途中での様子をジェスチャーと表情で表現する。

〈5日目〉早朝の森の中を通過する日になったが、準備不足でヘッドランプがないので、森の入口あたりで、ヘッドランプをつけている巡礼者が来るのを待って、同行をお願いする。森の巡礼も2〜3日続くと普通の路になる。白くボヤッと見える路を歩き続ける。太陽が昇ってくると、自分の姿が長く、影になり、それをひたすら踏みながら毎日続ける。虹が出て美しい日もあったし、流れ星が導くように西の空に消えたと、サンチアゴへ導かれている気分に

もなって、一人歩いていることを一瞬忘れて、足に力が入る。

〈8日目〉大きな街に入った。近くにある教会はゴシック様式で大きい。教会は閉まっているが、彫刻は素晴らしい。見上げる石像や外観だけでもこの制作に要した時間とその匠さに見とれてしまう。大航海時代の富が都市にも村にも、教会の形で残されていることを思い知らされる。この感触は今まで通過した所に共通しており、キリスト教文化の根底にある力を知らされる。

アルベルゲの受付完了後に、円をユーロに交換するため市内の銀行へ出かけた。銀行でも大きなホテルでも現金交換はダメだった。日本的常識が一変した。独断した不安は高まり、現金交換が無理と知った以上、巡礼の続行か中断かの別れ目の判断をせざるを得ない。ボケ爺さんの判断の時である。

〈10日目〉ゆっくりと起きてサンツ駅へ出かけると、目の前に現金交換所があるではないか。半分驚き、当初からこの駅は利用拠点であったのに、なぜわからなかったかと不思議に思った。

〈12日目〉大きな荷物を背負い、ヤドカリのような旅は、「自分を見つめる」「今までの人生の反省」の歩きになるのではと、ボケ老人の勝手な解釈を決めてスタートしただけのことである。この歩き巡礼を知り、世界の人々の歩きを見ることができた。今の自分のボケ状態では、ここまででよいかと思つたら、カードの失敗、現金化など数々の失敗もここまでと諦めつけて、帰国することに決めた。次の日、バルセロナ国際空港で、帰国手続きをする。





2017年度（平成29年度） あすなろ地域交流センター運営事業報告書



1. 事業の背景

小規模多機能型居宅介護事業所“あすなろ”を開設した日吉台地域は、一人暮らしや高齢者の増加など、高齢化の進展がみられる地域である。包含した見守りと社会参加への支援、交流を促進する機能を持つ〈居場所づくり〉が必要になっているとの考えに基づき「地域交流センター」を小規模多機能型居宅介護事業所の中に位置づけ、サービス提供の活動をスタートした。

2. 地域交流センターの運営

地域との交流を図り、地域住民の運営参画による拠点として、周辺地域の自治会や地域福祉委員会の役員、人権擁護推進組織関係者、市役所 OB、施設の職員など地域住民で構成する地域交流センター運営委員会が運営を担っている。

3. コミュニティ・カフェ

多くの住民に利用してもらえる機会として幅広いプログラムを用意した。

(1)喫茶あすなろ(延べ参加人数 939 人) (2)歌声喫茶(全 11 回 延べ参加者数 237 人)
(3)趣味の会(カレンダー作り教室 コンサートなど) (4)あすなろランチ(全 11 回開催
延べ参加者数 263 人) (5)健康体操(全 52 回開催 延べ参加者 588 人) (6)手話教室
(全 12 回開催 延べ参加者 101 人) (7)脳トレ教室(全 19 回開催 延べ参加者数 82 人)

4. なんでも相談会の開催

関係機関などとの連携による支援のコーディネート、「つなぐ」「むすぶ」の中心となる「なんでも相談」 全 12 回開催 のべ相談者数 8 人

5. サロンあすなろ（認知症カフェ）の活動

「認知症の人と家族を支える会」との共同により、家族の会例会北部拠点としての位置づけを行い取組んだ。「家族交流会」の名称に変更し、参加の広がりとお互いの交流機会をめざすことになった。 全 9 回 延べ参加者数 12 人

6. ミニ・セミナーの開催

身近な生活課題や関心ごとをテーマに設定した学びと交流の場
全 6 回 延べ参加人数 57 人

7. 介護予防・日常生活支援総合事業「短時間通所サービス」

「要支援」の認定を受けた方を対象に「短時間通所サービス」として生活機能の維持・向上を支援する事業で高槻市の指定を受けた。曜日を固定して、1日3時間程度を単位とし、生活機能向上のためのプログラムと「コミュニティ・カフェ」のサービス等に加え、高槻市介護予防・日常生活支援総合事業実施要綱に基づく「介護予防・日常生活支援総合事業」の運営形態とした。実施初年度は、認定申請や実施方法の検討、広報段階にとどまり、サービス提供には至らなかった。

事業所だより



デイサービスでは、入浴を個別で行っています。利用者さんにとって入浴は、スタッフと二人の空間だからこそ、話せることがあるようです。子どもの頃に海に潜ってタコをとった昔話や子どもと一緒にお祭りに行ったり、お弁当を作って運動会を見に行ったりした母親としての思い出を楽しそうにしています。また、夫婦で別府温

泉に旅行に行つたいい思い出話の他、相談ごとや悩みなど、皆さんの前では話せないことをポロッと話すことができる時間になっています。私たちスタッフは、このかけがえのない時間を大切にしています。これからもこの入浴タイムに皆さんといろいろなお話をしたいと思っています。



訪問介護

訪問すると、Sさんは明るい声と笑顔で「いらっしゃい」と声かけして下さいます。元気を運ばなければならない立場なのに、反対に毎回、元気を”注入”してもらっています。

Sさんは不自由な身体にもかかわらず、栄養面を考え、同じような食材でも様々な献立を調理し、それでいて無駄をなくす

節約家です。水1滴でも大切にし、見習わなければと思うことがいっぱいです。自立を心がけておられ「私より10歳上の方のお世話になっている場合じゃない。」と、今回職場復帰をしました。少し心配ですが、出来る限りサポートしていきたいと思っています。『頑張れ！Sさん』



くらし創造の家 朋(とも) 生活介護

今年の夏は猛暑の日々、地震や大雨と天災の連続でした。幸いなことに、皆さん元気に来所されています。

そんな中で例年行っている夏祭りを開催しました。〈今年はどういった祭りにするか〉と一から利用者さんと一緒に考え、準備に取組ました。会議をした時にTさんは「夏祭りといえばかき氷だよね。」Nさんは「焼きたてのフランクフルトを出そうよ。」Iさんは「スタンプカードを作るわ。」と積極的に意見が出ました。また、

Yさんは盆踊りのBGMを流す音響係を、Kさんは「当てもん屋の店番をしたいなあ。」と、さながら学生の文化祭のような楽しさがありました。中でもYさんは来所予定ではない日に「祭りあるから来たいな！」と予定を変えて参加しました。

何かを作る楽しさや利用者さん同士コミュニケーションができて

よかったです。来年も続けていけたらと思います。



くらし創造の家 朋(とも) 小規模多機能型居宅介護



毎日暑い日が続きますが、くらし創造の家 朋(とも)の2階では、スタッフのアイデアでビニール傘をリメイクしてクーラーの隣に置いています。傘の骨に折り紙の金魚と、以前に利用者Oさんからもらった缶をリメイクした風車がつけてありクーラーの風に当たって揺れており、皆様に涼をお届けしています。それを見て Mさんは「あの缶くるくる回ってるわあ。ずっと見てたら目まわるなあ。」Kさんは「ほんまやなあ。

金魚も一緒に回ってるで。」と井戸端会議が始まりました。井戸端会議の話題は、高校野球へと移り、男性利用者Oさんは、母校の大阪桐蔭高校が出場するので「家に帰ってテレビを見なあかんわ。昔は強かってん。」ととても楽しみにしていました。暑い夏でも、皆さんのおしゃべりはとまりません。夏を乗り切るために、たくさんお話し、いっぱい召し上がってください。



あすなろで毎月恒例行事となりつつある外食レクリエーション。7月は、「中華料理を食べたい」と言った利用者さんと共に、餃子の王将にランチを食べに行きました。

恰幅のいいAさんは、天津飯とラーメンのセットをぺろりと平らげ、隣に座っていたスタッフの炒飯を見て「美味しそうだな。」としみじみと一言。天津飯とラーメン、さらにスタッフにもらった炒飯を「美味ーい！」と言いながら完食。そんなAさんの姿に、周

あすなろ 小規模多機能型居宅介護

りからどっと笑いが起こりました。Yさんは、昔を思い出したのか「子どもが小さい頃によく来たわ」と言いながら食べていました。普段はなかなか食べられないラーメンが大好評でした。

そして食事が終わると、さっそく「次は何を食べに行こうか？」という話になり、女性利用者からは「お寿司が食べたい」という意見が聞かれました。次回の外食レクリエーションが待ち遠しい利用者さんです。



あすなろ 2号館

タンゴ・ガルーファ

アルゼンチン・タンゴ コンサート

11月16日(金)13:30~

参加費 2,500円

お問合せ/あすなろ地域交流センター

072-688-3485

あんしんサロン(第2日曜日)

くらし創造の家 朋(とも) 2F

冬場の食中毒に気を付けよう

~家庭でできる食中毒のいろは~

10月14日(日)14:00~

参加費 100円

くすっと笑える 日々の一場面



みんなで川柳



足早に
スタッフ介護
せわしない

お気に入り
イケメンリハビリ
精が出る

顔見知り
挨拶しつつも
名前出さず

気が付くと
入れ歯と飴と
勘違い

ふわふわと
笑顔でつなぐ
風船バレー

スイカ割り
棒を回して
ぼーっとする

腹減った
夕方4時の
合言葉

要注意
腹の出っ張り
服伸びた

「あんた誰？」
「吉永小百合」
「違うやろ」

「どうぞ、入って」
元氣なお声に
「安心」



第10回 食の文化祭 ～高槻ジャズとグルメフェア2018～

10月14日(日)10:00～

今年10回目を迎える「食の文化祭」が10月13日(土)と14日(日)の両日、高槻城跡公園公園一帯で開催されます。高槻ライフケア協会は、10月14日(日)城跡公園内の社会貢献の広場にブースを設け、食品販売等を行います。

散歩がてらにお立ち寄り下さい。お待ちしております。





サービス提供実績報告 (2018年6月～8月)



◇社会福祉法人

《訪問介護》

利用件数	2,483 件
利用時間	1,773.79 時間
生活援助	879.20 時間
身体介護	894.59 時間

《介護予防訪問サービス》

利用件数	898 件
利用時間	839.59 時間

《ケアワーカー派遣サービス》

利用件数	388 件
利用時間	386.5 時間
家事援助	256.0 時間
身辺ケア	58.5 時間
社会的援助	72.0 時間

《障害福祉・居宅介護》

利用件数	2,493 件
利用時間	2,608.50 時間
家事援助	1,332.50 時間
身体介護	1,088.50 時間
通院介助	187.50 時間

《重度訪問介護》

利用件数	153 件
利用時間	287.50 時間

《同行援護》

利用件数	379 件
利用時間	1017.50 時間

《移動支援》

利用件数	605 件
利用時間	2,015.0 時間

◇特定非営利活動法人

《福祉移送サービス》

利用件数	53 件
利用時間	2,740 分
利用距離	854 km



物品販売にご協力ください



●コーヒー（豆、挽）

コーヒーショップのブレンドです。

1 kg : 1,700 円 500 g : 850 円

●泉州産塩わかめ

ぜひ、一度お召し上がりください。

130g 300 円

●おとひめこんぶ

1 袋 : 500 円（南北海道鍛法華村の黒口浜一帯で育成された真昆布）



●信州リンゴ

長野県の岩下りりんご園から。

シナノゴールド・サンふじ

3L 5 kg : 4,200 円他

りんごジュース

1 箱 6 本入り 4,560 円

●島原手延べ素麺 眉山の糸

コシのある美味しい素麺ですよ。

1 kg～5 kg : 1,200 円～5,300 円

*高槻市、茨木市、島本町、枚方市は
送料無料（その他の地域は実費）

ご協力に感謝します 2018年6月22日～9月20日（敬称略・順不同）

<社会福祉法人>

◇寄附金 2018年度累計 314,000円

川浪スエ子、仲谷順子、森本英樹、森本直樹、森本美奈子、重松良一、高峯景子、堀越真弓、深尾政子、森田とよ子、牧口明、村上利男。

◇寄贈 小川早苗、森岡光好、上田裕司、大友誠子、大坪美子、豊田裕子、小林みどり、平野スズ子、三次弘子、福田昌子、丸山幸子、平井和子、嶋田仁美、藤井典彦。

<NPO 法人>

◇後援会費 2018年度累計 267,000円

栗飯原みき子、三田村啓子、森田とよ子、大槻信子、清水俊夫、東 和、田中龍虎。

◇寄附金 2018年度累計 32,000円



あすなろ2号館の安全対策整備にご支援ください

地域交流センターあすなろは、2015年(平成27)年度から活動をすすめ、今年で4年目を迎えます。地域のひとり暮らし高齢者等の見守り、社会参加と交流をすすめる<コミュニティ・カフェ>は年を追うごとにプログラム内容も多彩になり充実してきました。

あすなろ2号館は、1階ではランチの会や季節のお茶会が、2階ではミニ・コンサートなどが催されています。今年の6月には大阪北部地震、9月には21号の大型台風があり、災害への備えが重要になりました。高槻北消防署の指導の下で、次の通り防火用機器等を整備します。

・火災警報システム ・避難誘導灯・消火器の設置 ・防燃カーテンの取付け

目標額50万円の寄付金募集にご協力下さい

あすなろ2号館は、地域交流センターが運営や環境整備を行っていますが、自主財源では難しいのが実情です。地域交流センターやあすなろ2号館に<安全対策募金箱>を設置しました。ご支援ご協力をお願いいたします。

あすなろ地域交流センター 石名田

TEL(072)668-3485



【編集後記】

この仕事に関わるようになって14年が経ちました。何年経っても気持ちに葛藤があります。「やっていることは正しいのか?」「これでいいのか?」と。利用者の方からこの関わり中で、「あんたがいたからここに

るんや。」という言葉をいただいた時、「やっぱりこの仕事をしていてよかった。」と思える嬉しい瞬間です。利用者の方から力いただき「今日も頑張ろう!」と思う毎日です。

(A)

社会福祉法人高槻ライフケア協会

〒569-0806 高槻市明田町5-7

TEL (072) 683-4945

特定非営利活動法人高槻ライフケア協会

〒569-0802 高槻市北園町4-19

TEL (072) 682-4119