



あいのわ福祉会

Ayase River Times

みんなで 「ほっと、いっしょに、いきいきと」
～安心・信頼を大切に 共に考え・学び お互いの自己実現を目指します～

< 園長より >

高齢者・障害者の要介護生活の場は、これからの超高齢者社会対策として、また自分らしく生きるためにということで施設中心から在宅中心への転換が推進されている。

その高齢者や障害者の在宅生活を支える「在宅福祉サービス3本柱」とは、①デイサービス（通所）②短期入所（ショートステイ）③ホームヘルプサービスの3本の柱である。

2週間程前、84歳の母が体調を崩し、ケアハウスでの自立生活がかなり危うくなった。①デイサービスは週3回の利用、利用時入浴は見守りで入れてもらっている。②ショートステイをすぐに利用し、これからのことを考えようと手配したが空きなし。とりあえず遠くから姉を呼ぶ。③ホームヘルプサービスに頼るしかないと思った。食事は提供されるが、毎朝、夕、30分の身体介護、デイサービスの無い日の週4日は、昼間30分の身体介護をプラス。週1回1時間の家事援助も必要だろう。自分では、必要最低限のサービス量だと思っていた。排泄も日に2回や3回ではないし、失敗するかもしれない、後始末できないかもしれない、それに部屋の中で転ぶかもしれない。このサービス量を現在要介護1の母で計算すると一月で介護保険内自己負担が1.7万円、保険外の自己負担が22万円だと告げられた。理屈では知っていたが、いざ自分が言われるとすごいことだと思った。それでも、これしかないホームヘルプサービスを利用しはじめた。3日後、幸いにも私の気持ちを知ってか母は、ほぼ以前のように動き出したのでホームヘルプサービスは中止することとなった。頼むまでいろいろと相談にのっていただいたのにすぐに利用を中止することとなった。それにも拘わらず、居宅事業所から部屋の鍵を返していただいた封筒に「また困ったら何時でも声を掛けてください。」とメモが入っていて、姉と涙が出るほど嬉しかった。

今回はこれで終わったものの自立生活はかなり危ういのが現実で、明日はどうなるのかしらという毎日である。電話が鳴るたびに「お呼出」かと思ってしまう。

ショートステイもホームヘルプサービスも少し使い慣れて、自分流にうまく使いこなせるようにしておけば良かった。ただ、サービス量の多い要介護4でも5でもの在宅介護の需要と供給は合わないのだろうと感じた。介護保険の在宅3本柱の2本は少し細めなようだ。

母のような支援が必要な高齢者は、高額な利用料を支払うか、施設入所しない限り、家族の支援が必要不可欠なのが現実だとつくづく認識した。もちろん、生活の全てを家族から優しく支援されるのが一番だが、これがまた一番シンプルでありながら難しい。

当の母は、ここ数日間の騒ぎのことはすっかり忘れ、この暑いのにズボン下を4枚履いて、のんきに「しっかりしなくちゃ。」と言いながらにっこり笑っている。

そして、自分は「この人の子」なのだ……とつくづく思い、将来を憂う。（太田 記）

< 事務室より >

梅雨時になると紫陽花の花を思い浮かべますが、花言葉を調べてみたら「移り気、心変わり」などと書いてありました。紫陽花は色が変わることからそんな花言葉が付いたのでしょうか。

ときどき鎌倉を訪れるのですが鎌倉には紫陽花の名所が多く、特に名月院は別名紫陽花寺として有名です。ただこの時期に行くとぞろぞろと蟻の行列のような観賞になってしまいます。少し足を伸ばして江ノ電に乗り極楽寺駅のすぐ近くにある成就院の紫陽花もまた見事で、参道脇の紫陽花は般若心経の262文字と同じ株数が植えられていると言われていいます。ここからは由比ガ浜をバックにキラキラと光る海も眺めることができます。また長谷寺の本堂奥にある散策路の紫陽花も多彩な彩があって一見の価値あります。

参拝をしていつも感じることは、車椅子用の参道がほとんどなく、また階段が多いことから身体に障害がある方にはちょっと厳しい観光になってしまうことです。障害がある方にとっても楽しめる整備がほしいものです。（山中 記）

< 保健室より >

梅雨の時期である6月は気温・湿度共に上がり、ジメジメ・ジトジトとうっとうしい日々が続く食中毒の発生が多くなる時期でもあります。7月・8月になるとさらに発生件数は増えるばかり。食中毒の原因は細菌・ウィルス・真菌(カビ)類、フグや毒キノコなどの自然の毒物、あとはヒ素などの化学物質が代表的なものです。以前は食生活や食品流通が原因となっていました。現在ではその他の要因も考えられています。現在では清潔志向により過度に細菌を寄せ付けないようにすることで細菌に対する抵抗力や免疫力を下げってしまう結果となっています。抗菌効果のある調理器具や台所用品、除菌効果のある洗剤、除菌アルコールに頼りすぎて、衛生の基本である手洗いを忘れがちという結果も招いていま

す。また、ストレスや疲労がたまっても、免疫力が低下します。食中毒にならないためには、日ごろからの健康に気をつけ生活の乱れなどで、抵抗力を弱めないようにしましょう。
(記 野口)

< 2F にこにこグループより >

「にこにこグループ」では、6月末に小外出の第1便が出発します！！5月にも小外出を予定していたのですが、日本で新型インフルエンザが流行していた時期で…。外出をとて楽しみにしていたので、延期になってしまい残念でした。6月末は、つくば方面へ行く予定です。天気に恵まれると良いですね(o)／

7月25日に行なわれる園祭ですが、「にこにこグループ」は、イベントでは、ライオンキングをアレンジした勇気と感動いっぱいの劇「にこキング」を。出店では、昨年も大好評だった「にこピンボール」を行います。「こんなセリフを言ってみようか？」「にこピンボールの景品は〇〇〇にしてみる？」など…いろいろなアイディアがたくさん出ています☆園祭にお越しの際は、元気いっぱいの「にこにこグループ」に是非ご注目下さい(*´`*)！！

(相田 記)

< 3F ゆいま～るグループより >

今月半ばから梅雨入りしていますが、あまり雨が降らない日が多くて嬉しいです。しかし、足立区が降っていなくて油断をして園から帰宅すると、埼玉では雨が思っきり降っており、ずぶぬれで帰ることが最近多くあります…。綾瀬から自宅があまり離れていないと思っていたのですが、やっぱり東京と埼玉の天気は違うんですね(悲)

さて、ゆいま～るでは延期が続いていた小外出がやっと始まりました。6月12日はおおたかの森。6月19日は上野動物園へ行っています。買い物をしたり、動物園を楽しんだり、みんな外出を満喫出来たようでした。しかし、その一方で、外出が延期になったメンバーは、悔しい思いがあるようで、あまりの悔しさに妄想で外出に行っている方も???今後の小外出は、晴天で気持ちのいい日に行けることをゆいま～るみんなで願っています。

(星野 記)

< 4F グループより >

毎日ジメジメした日が続き、今年も梅雨がやってきたんだなぁ～としみじみ感じています。

蒸し暑さにぐったいしてしまいそうになりますが、利用者みなさんの明るい笑顔でそんな気分も吹き飛んでしまいます。

さて最近の4Fグループですが、新たに加納亜美(かのう つぐみ)支援員が入り、益々賑やかになりました！間近に迫った園祭の出し物についても準備が進み、これから忙しくないそうです。因みに…今年のイベントでは「ルーキーズ」をテーマに有志で歌やダンスを披露する予定です。自主生産品も販売しますので、皆さん楽しみにしてくださいね。

(高城 記)

今月のボランティアさん

ボランティアの皆様、

いつもありがとうございます！

さて、今月のボランティアさんは何人？

5月20日～6月22日まで… 延べ10人！！！！

綾瀬あかしあ園では、日常的な活動をお手伝いいただけるボランティアを常時募集しております。詳細については地域ボランティア担当阿部・高城・清水宛にお電話ください。

(地域ボランティア担当一同 記)

☆ 7月の予定 ☆

11日(土)あいのわ感謝のつどい

25日(土)綾瀬いっしょ祭

28日(火)移動美容室レインボー

< 編集後記 >

近頃めっきり初めてのことが少なくなってきましたが、先日姉と妹、私の3人でレイトショーにいつてきました。夜遅い映画は少しお安くみることができそうです。話題の映画でしたが、客席は疎らで比較的良好な席でゆったりと楽しむことができました。次の初めては、1人映画に挑戦してみようかな？と考えています。(清水 記)