



# 通信

電話048-480-4150

2018年1月31日発行

## ～初句集3月に～

あつかんは  
ゆげの湯どうふ  
つまみつつ

93才  
伴三

雪合戦  
雪だまにぎって  
ぶつけ合い

77才  
百合子

日々過ぎし  
感じるものは  
春の音

69才  
俊明

初夢を  
忘れてなんと  
句の席よ

96才  
信子

H27年2月からデイホームえんに通われている96歳の小幡さんは、ほぼ聴力がありません。その小幡さんが通い始めたころ、えんの庭を見て、目を閉じ、おもむろに一句書かれました。そのことをきっかけに、翌年から毎週第2月曜日の午前中、ボランティアの中曾根さん(句作が趣味)、認知症ケアの大ベテラン阿保さん(元デイホームえんスタッフ)に手伝っていただきながら、デイホームえん、グループホームえんの利用者さんで句会を開くようになりました。始めてから丸2年、この3月には句集をだすことに。利用者さんの作られたたくさんの俳句を楽しみにしていきましょう！



## 小学生向け認知症サポーター養成講座のこと

2018年を迎えて最初の通信です。お届けは節分を過ぎたころになりますから、新年のごあいさつには少し遅いですが、あらためまして本年もお世話になります。本年が皆さまにとってよい一年でありますように。

昨年から市内の小学校の認知症サポーター養成講座に伺っています。この小学校は5、6年生を対象に行っていて、去年は5、6年生一緒に2時間使ってしっかり勉強しました。今年は去年の5年生が6年生になっているので、別々に行うこととしました。5年生は小学校所在地の高齢者相談センター職員が担当され、基本的な説明と手作りの台本によるロールプレイでした。さっきまでマジメな顔で病気の説明をしていたお兄さんが（看護師）認知症のおじいちゃんに小遣いをせびる子どもを熱演するなど、忙しい業務の中に準備された成果が現れていました。子どもたちの心に残ったことと思います。

私は6年生の授業を担当しました。昨年基本的な勉強をしているので、少し難しいクイズ形式で進めました。「おばあちゃんが、お財布をお母さんが盗ったと言う」、「おじいちゃんが夜中に大声を出しながら家中の電気をつけて回る」などといったかなりシビアな行動言動に対して「あなたならどうする？」と問うものです。『盗む』事例の回答例は、「お母さんのみかたになる」「あんまりひどいから嫌いになる」「一緒に財布を探す」の3つ。去年の講座を覚えてくれていたようで、ほとんどが模範解答の「一緒に探す」に手をあげてくれました。でも、日ごろ一生懸命介護しているお母さんをドロボー扱いするなんて、子どもにしてみれば「おばあちゃん嫌いだ」と思っても当然です。それでも『忘れる病気』になったことで起きることだから、おばあちゃんの気持ちを受けとめてあげたい。三択の回答どれもが決して間違っていないし、このほかにだって答えはあることを理解してもらえるように進めたつもりです。日々認知症の人と接している私たちも、正解がない中で悩みながら介護しているのですから。また少し欲張りですが、「その人（認知症の人）の気持ちになって考えるのは、友だちとの関係でも同じ」ということも伝えたかったことです。

しかし、半世紀以上前、私が小学生だった当時は『認知症』という言葉さえありませんでした。超高齢社会を生きる今の子どもたち、なかなかタイヘンですね。子どもたちのまなざしがまぶしい冬の日でした。

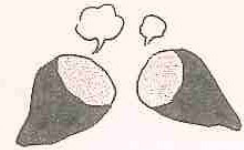
（代表理事／小島美里）





2017. 12. 3 (日)

～やきいもタイム～



12年前に初めて参加させてもらった焼いもの会が、今では小さな子どもから、おじいちゃん、おばあちゃんまで100名以上が参加する会になりました。

私は庭に穴を掘って場所作りをするのが担当です。落ち葉は一月近くかけて集めました。

当日、小枝に火がつけられて準備が始まりました。そしてお芋や焼きりんご、焼きマシュマロをほおぼる笑顔、笑顔。今年も大成功でした。

(ボランティア/中曽根忠夫)

—参加者の声—

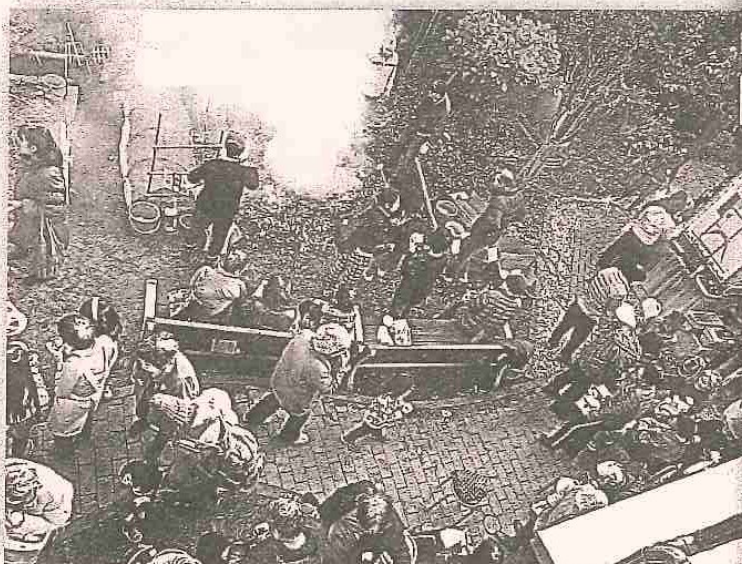


焼いもはもちろん、  
焼きリンゴもおい  
しかった。

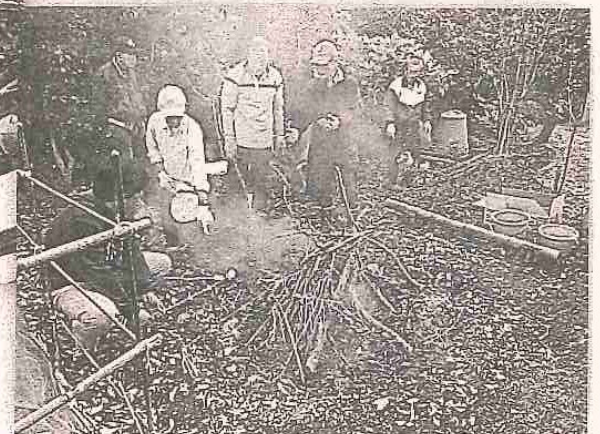
なつかしいわ。  
昔はよく焼いも  
をしたものよ。



焼きリンゴの準備



たき火を囲む子どもたち、タイム  
スリップしたような光景です。



火おこしボランティア隊の皆さん



第17回

# みんなのコンサート

2017年11月19日(日)

14:00 開演 新座市立中央公民館

## ～輝くバリトンの世界～ を終えて



出演：黒田 彰 (バリトン) 青木 芙姫 (ピアニスト)

仙台人にとっての「荒城の月」は特別な思いがあります。眼科に広瀬川が流れる青葉城址は背後が山又山の自然の要塞であり、子供の頃は格好の遊び場でした。

(黒田さんのお話より)

### —参加者の声—

奥深いお話ありがとうございました。

青木様のピアノ  
素晴らしかった!

オペラ愛好なので  
おもしろいだけでなく  
聴けて良かったです。



黒田さんの迫力ある声に感動しました。黒田さんの手の動きまで見る事ができました。

「輝くバリトンの世界」すばらしかった!!  
ブラボー!!

黒田氏は演奏会の台本を作られていました。その中から、オペラ「フィガロの結婚」より一部を紹介します。



私の名前はボーマルシェ。  
何、私の名前をご存じない?!  
作曲者のモーツァルトは知っているのになんと嘆かわしい。

— 黒田氏の朗朗たる歌声は懐かしさで一杯になりました。—



## ～家族介護教室を終えて～

平成 29 年度の家族介護教室は、昨年 11 月に『ふるさと新座館』で行われました。毎年えんが新座市からの委託を受け、自宅で家族の介護をされている方々と今後されるだろう方々に向けて、車椅子の使用法や、衣類の着脱、排泄の手順等の基本をできるだけわかりやすく伝え、少しでも在宅介護の大変さを軽減してもらうことを目的とした教室です。

今回は 16 名の年齢も性別も様々な方々が参加されました。私は車椅子の操作方法のデモンストレーションを行うという大役を仰せつかったのですが、説明を始めた私の周りを囲む参加者の皆さんの熱心な眼差しを一身に受けガチガチに緊張してしまいました。専門用語を使わずにすべての皆さんにわかりやすく伝えることの難しさも痛感しました。教室終了後もスタッフに色々と質問されている方もいらっしゃり、在宅介護に対する前向きな熱心さとそれに伴う不安を抱えているご家族のお気持ちが感じられました。

つい最近、家族介護教室に参加された M さんにお逢いする機会がありました。お母様がえんの利用者で、私も以前ケアを担当したことがある方です。お母様の介護に不安を持っていたとのことですが、教室で講義を聞き、実践指導を受けて、「何とか親の介護ができるのでは」と前向きに考えることができるようになったと言ってくれたのです。表情が以前お会いしたときよりも晴れ晴れと明るく感じられました。

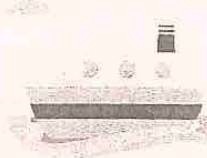
教室終了後のアンケートでは次のような感想をいただいています

- ・ 実技も説明もとてもわかりやすかったです。
- ・ おむつをつけたり、実際に体験できてよかった。
- ・ 今まで自己流で大変でしたが、今回の講義で楽になりました。
- ・ これからの介護について相談するところがあるとわかり、気持ちが楽になりました。
- ・ 介護する側される側、いずれ来る事と思います。その時は皆様がやさしい態度で接して下さったことを思い出し、対応していきたいと思います。

1 年に 1 回ではありますが、家族介護教室に参加される方々の不安を少しでも取り除くお手伝いをできるのであれば、うれしく思います。

(ケアサポートえん／西本恵理)





# 世界一周航海記 1



グループリビングえんの森 安岡芙美子

昨年8月13日から11月24日まで世界一周の旅に出ました。横浜を出港し、東シナ海、南シナ海を経て東南アジア諸国をまわり、海賊を警戒しながらアラビア海を横断、スエズ運河を通過し地中海の国々に立ち寄り、ジブラルタル海峡を抜けて大西洋を北上、アイスランドを回り南下、アメリカへ、さらにカリブ海では中米の国々を訪問後、パナマ運河を通過し、ハワイを経て横浜に帰るといふ長旅となりました。

様々な国に立ち寄る中で特に気づいたのは経済発展によるそれぞれの国の雰囲気の違いでした。中国の厦門(アモイ)では経済発展のさなかの勢いと自信が感じられました。長い鎖国状態が続いたミャンマーは経済・社会の発展が遅れ、首都を一步出ると戦後すぐの日本のような荒廃した風景が広がっていました。そんな中で仏塔ばかりは燦然と金色に輝いており仏教による支配の強さを感じさせられました。その他の東南アジアの諸国はなかなかの繁栄ぶりで、日本は安閑としているとすぐにでも追いつかれ追い越されそうな気がしました。これらの国々は国民の平均年齢も若く、子供ばかりが目立ちました。

地中海諸国は古い文明を擁した観光国でとにかくすばらしく美しいところでした。エーゲ海を見下ろす岬にたつポセイドン神殿(ギリシャ)、迷宮で有名なクノッソス(クレタ島・ギリシャ)、エーゲ海の真珠とうたわれたドブロブニク(クロアチア)、火山噴火で埋もれたポンペイ(イタリア)はまだ半分しか発掘が進んでいませんでしたが、高度で見事な文明の跡がみられました。地中海地方最後に訪れたスペインではカタローニャ地方の独立分離の運動の真っ最中で街中をカタローニャの国旗をまとった人々が歩いていました。

大西洋にはいって訪れたのはポルトガルリスボンで、ヨーロッパ最西端のロカ岬には「ここに地終り海始まる」と書かれたオベリスクが建っていました。大航海時代、地球が丸いことが知られていなかった頃、つまり海の果てに行けば奈落に突き落とされると信じていた時代に勇気ある船乗りたちがここから海に乗り出したのです。当時の人としてはエンリケ航海王子、バスコ・ダ・ガマなどが知られています。

フランス、イギリスなどは皆さんなじみのあるところなので省略しますが、イギリスでもスコットランドのエディンバラは城を後ろに石造りの街並みが続く重厚、壮麗なところで日本が木の文化であるのに対して、石の文化を感じるころでした。  
(次回えん通信No.6へ続く)



## 「おにぎり・おむすび」雑感



御飯の美味しい季節です。

コンビニやスーパーでは珍しい発想のおにぎりが多数売られています。私も時々購入しては楽しんでいます。でも一番美味しく感じるのは、炊きたてのご飯を少し手に取り、塩をたっぷりつけてにぎったおむすびです。熱さで手は真赤になりますが、その美味しさは格別です。

おむすびには人それぞれの思い出があると思います。戦争を体験された方々の「白米のおむすび談義」には、現代の豊かな食生活からは想像できないほどの苦勞を感じます。又、被災地で行列を作りおむすびを求める姿には、厳しい状況の中生き抜いていかねばならない現実を感じます。それに比べ私には大きな苦勞もなく、食べるのに困った経験ありません。只、心に残っているのは、遠足等に母が持たせてくれたおむすびの味と、作ってくれていた母の姿です。幸せな子供時代に感謝するばかりです。

さて、おむすびに関する別の思い出です。

以前、大切な家族を亡くした時、急遽、新幹線で駆けつけてくれた親戚が、早朝からおむすびを作って届けてくれました。そのおむすびの味と親切は忘れられませんし、人との切れない繋がりを感じた経験でした。豪華なご馳走もない、ただのご飯の固まりなのに、おむすびにはお腹を満たしてくれるだけではない不思議な力がありますね。

おむすび・おにぎり、名称は違って同じことでしょう。

※『だれでも食堂』でも、今度おにぎりを皆で楽しみます。感染症が騒がれる時代です。素手でにぎるのではなく、具をあらかじめ混ぜた御飯をラップでにぎるという方法です。食中毒を考慮すると当然の流れだと思います。作り方は以前と変化しても、なんらかの想いを伝える「おむすび・おにぎり」の美味しさを大事にしたいと思うのは、私の郷愁かもしれないですね。



(まどか・だれでも食堂ボランティア/胡桃沢良子)



## まどかコンサートのお知らせ

### 「パラグアイ民族楽器アルパ」

予定曲：コンドルが飛んでいく／ハナミズキ／コーヒールンバ 他

出演：ポコ・ア・ポコ（スペイン語で“ゆっくり”という意味）



と き：2018年4月15日（日）  
じかん：13：45開場 14：00開演  
ところ：多機能ホームまどか

参加費：300

## だれでも食堂

しょくどう

～月こいと、日曜日のおひるごはんを  
みんなで作って、みんなで食べよう～

毎月最終日曜日 11:00～15:00（食事は 12:00 から）

グループリビングえんの森にて行います。

材料費：こども無料・おとな 300 円



## 職員大募集！！

暮らしネット・えんで一緒に働いてみませんか？  
ケアマネジャー・介護職員募集しています。資格  
がない方も資格取得のお手伝いをいたしますの  
で、ご相談ください。

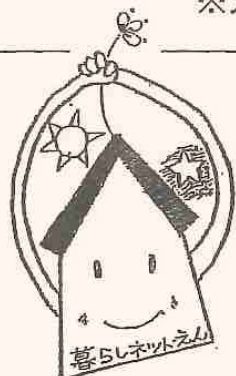
ゆずってください！

シーツ・布団カバー  
バスタオル

地域で暮らし続けていくために 2017年度新規・継続会員募集中！

正会員：1000 円 賛助会員：3000 円

※入会を希望される方は、事務局までご連絡ください。



■ 編集・発行 認定NPO法人暮らしネット・えん

〒352-0033 埼玉県新座市石神2-1-4

電話：048-480-4150 FAX：048-201-1311

Eメール：[npoenn@jcom.home.ne.jp](mailto:npoenn@jcom.home.ne.jp)

ホームページ：<http://npoenn.com/>