



通信

電話048-480-4150

2021年10月31日発行

～祝・百寿～

大正10年10月21日生まれのツギさん



イラスト/田島薫

まどかで初めての百寿のお祝いは、利用者みなさんと2カ月前から、亀や鶴の絵やペーパーフラワーなどを飾り付けて特別にお祝いしました。

ケーキを食べながら「今日は何の日なの？」とツギさん。「ツギさんの百歳のお祝いですよ」と答えると、「ありがたや、ありがたや」と手を合わせ、その場にいるみんなが和む、暖かく楽しい場にしてくれました。みんなも、「良かったね」「おめでとう」とツギさんに声をかけていました。

長寿の秘訣を伺うと「神様仏さまに毎日お祈りすること」「悪い事はしないこと」と微笑みながらお話ししてくださいました。

百歳という記念すべき日をみんなと一緒に祝いすることができ、とても嬉しかったです。ツギさんありがとうございました。これからも楽しい時間を過ごしていきたいです。

(多機能ホームまどか/畑中由紀)

介護人材、求人倍率 48 倍の衝撃

新型コロナウイルスの第五波は感染者が激減し、緊急事態宣言も解除されました。待望の経口治療薬が承認間近といえますので、「恐ろしい病気」でなくなる日が来るのでしょうか。えんでは、ただいま毎週 1 回のPCR検査実施中。私を含む高齢層は唾液がなかなか出ず、片手に梅干し、片手に検査容器でがんばっています。また最も人が密集する事務所には二酸化炭素測定器を置き、換気の目安にするなど感染防止に努めています。次の波を防ぐために、今少し気を緩めずにいましょう。

この 8 月、品川のハローワークでは介護関連職種の求人倍率が 48 倍に上ったとのこと。「求職者ゼロ」に限りなく近い数値です。一昨年求人倍率が 15 倍(全国値)を超えた訪問介護は、3 人にひとりが 60 才以上、10 年後にこの人々がリタイアしたあとが怖い。国はコロナ禍で失業した人が介護職種に移動することを期待していたのですが、平均賃金より月額 8 万円低い介護職に応募する人は少ないことがこの 1 年ではっきりしました。このままでは長い間介護保険料を払い続けて要介護になっても、人手不足でサービスが受けられないという事態になりかねません。

介護の問題は高齢者だけのことではありません。介護サービスがなければ家族が仕事を辞めて介護しなければなりません。労働人口が減る中での介護離職は企業にとっても痛手のはずです。働いている親の代わりに孫世代が介護にあたるヤングケアラーはますます増えるでしょう。もっと深刻なのは単身高齢者です。国は「地域で支えあう」こと、互助で支えることを推奨していますが、その地域だって高齢化が進むばかり。

えんは今のところそこまで切迫していませんが、近い将来大きな影響を受けることは避けられないでしょう。私たち介護事業者にできることは限られています。有料老人ホームなどを運営する大手介護会社が一気に給与をアップするそうですが、有料老人ホームなど介護保険外サービス収入が多い、資産や収入が平均より高い高齢者が対象の事業だからできること。一社だけ、一部の業種だけ賃上げをしても問題は解決されません。少なくとも全職種の平均賃金と同等になるようにすれば、人材が戻ってきます。ただしそのために介護保険料を上げるのはやめていただきたい。



イラスト／細井美風

2025 年には団塊の世代のすべての人が後期高齢者になります。本格的な超高齢社会はこれからです。支え手の確保策さえ怠ってきたこの国の介護保険 21 年。頭を抱えている暇はありません。何とかしなくては、何とかしてもらわなくては。皆さんお力を貸してください。

(代表理事／小島美里)



『相談支援専門員ってどんな仕事？』

「相談支援専門員ってどんな仕事？」とよく聞かれます。障がいを持つ人が障がい福祉サービスを利用して生活するためのマネジメントをするのが相談支援専門員の仕事です。障がい者ケアマネジャーですね。

えんの相談支援事業所には乳児から高齢の方まで約 260 名の利用者さんがいます。先天的な病気や不慮の事故での後遺症など、原因も状態もさまざまです。私たちは障がいを持つ一人一人と向き合いながら、その人がその人自身の希望する生活を送るために必要なプランを組み立てています。

Aさん(30代男性・知的障がい)は、障がいを持っていることを伝えずに働いていましたが、人間関係や業務上のトラブルが続き、仕事を辞めることになりました。この先を思い悩んでいたところ、周りの人からアドバイスを受け、まずは得意・不得意を自分自身で知りたいと思いました。今後、職場の理解も得ながら、継続できる仕事に就くために『就労移行支援事業所(働く力を身に付けるための通所サービス)』への通所を始めましたが、そこでも同じような悩みが出てきました。悩みができるたびに相談員のもとに相談に来ていましたが、提案したアドバイスを実践してみてもなかなか課題が解決しませんでした。私たちは継続してAさんの話をしっかりと聞き、改めて目的と課題を一緒に整理しました。その後、本人が自分の言葉で悩みを事業所に伝えられるよう、担当者会議を開くことを決めました。そうした調整も相談支援専門員の役割です。計画を立てれば終わりというものではありません。

Aさんだけでなく障がいがあることで人との距離感がつかめない・コミュニケーションが苦手など、人間関係で悩みを持つ人がたくさんいます。社会に出るということは「人との関係を作っていくもの」なのだ利用者さんに教わっている気がします。

利用者さんは一人じゃない。何かあれば私たち相談支援専門員と一緒に考え、悩み、医療や家族・各関係機関とも繋がりながら、共に歩んでいきます。すぐに結果が出なくとも一人一人の苦悩の先に見えてくるものが必ずあると信じて。

(障がい者相談支援ケアプランえん／須貝恵子)

✿ 祝 敬老の日～平均年齢 91.75 歳～ ✿

その昔、「敬老の日」といえば9月15日と決まっていたのに、いつの頃からか9月の第3月曜日が「敬老の日」に。今年は9月20日でした。ハッピーマンデー制度で祝日が移動しちゃったんですね。

さて、今年の敬老の日、デイホームえん、グループホームえんの利用者さん、お隣りのリビングの森の居住者さん、ボランティアさんが一堂に会し、敬老の日のお祝いの会を挙行いたしました！司会進行役を務めさせていただきましたので、当日の様子をお伝えしたいと思います。

参加されたデイホームとグループホームの利用者さん合計14名の平均年齢は91.75歳。100歳の方が1名、99歳の方が1名。若い方でも79歳。そして全員が女性でした。なかなか華やかな顔ぶれでした。男性利用者さんも1人いらっしゃったのですが、60代でまだまだ敬老の仲間入りは早いので、お祝いする側に回っていただきました。

出し物はスタッフの演奏です。暮らしネット・えんのスタッフは芸達者が多く、まず、看護師の西崎麻子さんがピアノ演奏、ピアノで『旅愁』、『故郷』と懐かしい馴染みのメロディが流れると、皆さん自然と口ずさんでくださり、中には目頭を押さえている方も。遠い生まれ故郷の風景を思い出されたのでしょうか。次にグループホームスタッフの林和秀さんは袴姿で三味線演奏。長唄で『操り三番叟』（意外と渋い声でホレボレ）、『青い山脈』、『瀬戸の花嫁』は皆さん歌詞カード片手にマスクで歌い、お馴染み『勸進帳』に、アンコールは『炭坑節』で盛り上がりました。大きな拍手、掛け声、皆さんの元気が伝わってきました。

お開きの前にスタッフ一人一人がお祝いの言葉を述べましたが、どのスタッフも利用者の皆さんから多くを学ばせてもらうことに感謝、そしてこれから

もお元気で私たちと一緒に楽しく、という思いは共通していました。

コロナ禍中であり、全員マスクをして距離をとって換気してと、制約のある中での開催でしたが、いつもとは違う時間を楽しんでいたただけなのでは、と思っています。

来年も笑顔でこの場に集いましょう！！

(デイホームえん/長谷川洋子)



「まどかは私の子供みたい」

小倉静香さん（元利用者妻・ボランティア）



お父さん（夫）は、好き嫌いがはっきりしていて朝迎えに来てくれても、行きたくないと「結構です」って断っちゃう。お父さんの介護を一人で抱えるのはやっぱりきつかったし、このままどうやっていこうかって思っていたから、みんなと一緒に考えてくれたりして面倒見るのもきつくなかった。

お父さんが亡くなるまで本当にみんな良くしてくれて感謝の気持ちで何かお礼がしたかったの。そしたらボランティアにすっかり入り込んだわけ。

面白かったこともいっぱいあって思い出すと笑っちゃうよね。後から色々聞いたら可笑しくて。お泊りなのに家に帰ってきちゃって、味噌汁をスタッフに出して。「食べなさい」って気持ちだったのかしら、最後まで先生だったのよね。

お泊りの夜、スタッフが起きてると「もう寝なさい」って電気消したって話を聞いて笑っちゃって、笑っちゃって。あんたなんかも授業をうけてくれたんでしょ？ Dさん（男性スタッフ）なんかお風呂に入れてくれようとしたら「一緒に入ろう」って言われたって大笑いしたよ。

お世話になっている時よりも、ボランティアで行き始めてからみんなのことが分かったかな。こういうところに面倒みてもらったんだ、お父さんは幸せだなって思うの。本人はまどかに「教えに行ってる」って言ってたけどね。

コロナでみんなと会えなくなっちゃってさみしいよ。話しができなくなった事は大きいね。みんな一生懸命働いていても何も手伝えないし、利用者さんとも会えなくなったからね。買い物に行くときに畑のスタッフに声をかけたりしたけどやっぱり違う。たまにスーパートヨダの奥さんに「まどかのみんながこっちの方にお散歩に行ったよ」って聞いて、会うようにもしたけれど、コロナが流行っているとなかなかまどかの中に入ることは難しいよね。みんなは変わらず元気なの？あんたたちの事も無理してないかなって心配してる。わたしも歳だからまどかにお世話になろうと思ったりするよ。息子が「こっちにこい」って言うけど、気ごころの知れたあんたたちのところにいたいと思ってるよ。

近所の奥さんやお友達も大事だけど、まどかがあるってこともわたしには安心になってるね。

（聞き書き・イラスト／多機能ホームまどか 田島薫）

丸山久恵さん 100年インタビュー ②

～100歳のお誕生日を心から祝して～



イラスト／馬場敏美

●小学校卒業後、諏訪の製糸工場へ（13～15歳）

- ・長野県のえらいさまが家に来てね、工場で働きなさいと言われたもんで、そのあと見番さんが迎えに来て同級生4～5人と一緒に親元を離れたんですよ。悲しいとかさびしいとか全然なくてねえ、旅行気分ですごくうれしかったよ。
- ・友達と6人部屋でおふとん並べて一緒に寝泊りして暮らしてたよ。工場全体で20人くらいかねえ。7時にラッパの音で起こされて、洗面所で顔を洗って支度をして食堂でお膳にのった食事と結核にならないよう毎朝小皿に細かく刻んだニンニクが出て食べさせられてたけど苦くてねえ。9時から作業が始まって、お湯に浮かんだ繭玉を小さいほうきでチョンチョンと（ほぐ）して、くずをのけてよい糸をのせるんですよ。見番さんが見回りに来て「これでよしよし」「だめだ」と声をかけてきてねえ。こわい人はいませんでしたよ。昼は鐘の合図で休憩。3時の休みにはおやつにいつも小さなそばのお饅頭が2個出て、夕方5時に終わりだった。
- ・工賃は1年分まとめて親元へ送金されてね、自分の手元には飴玉を買うくらいの小遣いだけ。
- ・とにかく働くことが好きでねえ、きれいにできてよくほめられたよ。やることは何でも楽しかった。とにかく体が丈夫で休むことなんてなかったよ。休みの日には友だちと小さい山に登ったりしたねえ。

●名古屋の紡績（木綿）工場（15～17歳頃）

- ・糸巻の仕事をしてました。6人部屋ですよその衆と一緒にあったけど楽しかった。左腕が糸に引っかかっちゃって大げがしたけど休まなかったよ。

●静岡のお茶摘み 1ヶ月くらい7人程一緒に寝起きして手伝ってたねえ。

●大阪（17～18歳頃）

- ・反物の糸が切れていないか傷んでいる所がないか見るんです。でも遊ぶ方が楽しかったなあ。

●20歳、故郷に帰る

- ・兄が出征するので家の手伝いをするため実家に帰るよう言われてね、田舎に戻ったんですよ。果樹園の仕事は3～4日に一度は消毒せにゃあいけんから、ポンプを押すのが力がいって大変だったねえ。間引きをした後新聞紙で作った手作りの紙袋を虫よけにかぶせたけど、新聞紙をわざわざお金出して買ってたねえ。

（聞き書き／長谷川洋子・西崎麻子）

一手作りおやつレシピー しっとりさつま芋ケーキ

今年の2月からデイホームとグループホームに手づくりおやつを出しています。りんごゼリー、水ようかん、バナナケーキ、みかん入り牛乳寒天、パンプディング、オレンジゼリー、スイートポテト、黒蜜かけ豆乳プリン、さつま芋ケーキ、あずきミルクプリン…。グループホーム、デイホームのスタッフにどのようなおやつが良いのか、どのようなものがダメなのか、聞きながら作っています。モチモチしたもの、のどに詰まりそうなコロコロしたもの、パサパサしたものは除き、安全で食べやすいおやつを心がけています。今は月に2回程度ですが、徐々に出せる日を増やせるように頑張っています。

先日、さつま芋をいただいたので、お菓子作りが得意な食卓スタッフが「しっとりさつま芋ケーキ」を作ってくれました。好評だったのでレシピを紹介します。

〈材料〉バット1台分(200×150×45mm)

- ・さつま芋 1本(正味250g~280g)
- ・無塩バター 100g(常温に戻す)
- ・卵 2個(常温に戻す)
- ・ベーキングパウダー 小さじ1
- ・お好みで(ラム酒 小さじ1)
- ・牛乳 50ml
- ・砂糖 70g
- ・薄力粉 30g
- ・黒ごま 適量

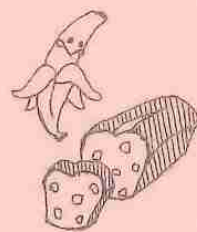


イラスト
えんの食卓 松崎有依子

〈作り方〉

- ① さつま芋は少し厚めに皮をむき2cm角くらいの大きさにカットし、水にさらす。
- ② 耐熱ボウルに水気を切ったさつま芋と牛乳を入れラップをして600wのレンジ5分加熱する。さつま芋が柔らかくなったらマッシャー(フォーク)でよくつぶし、粗熱を取る。
- ③ 別のボウルに無塩バターを入れ泡だて器でクリーム状になるまで混ぜる。砂糖を2回に分けて入れ、ふんわり白っぽくなるまで空気を含ませながら混ぜる。溶き卵を2~3回に分けて加えながらしっかり混ぜる。(卵が冷たいと分離しやすくなるので注意!)
- ④ 粗熱をとったさつま芋を加え、泡だて器で混ぜる。ふるっておいた薄力粉とベーキングパウダーとラム酒を加え、粉っぽさがなくなるまで全体を混ぜる。これで生地完成。
- ⑤ オープンシートを敷いた型に流し込み黒ごまをお好み量散らす。170℃に予熱したオーブンで30~35分焼く。竹串を刺して何もつかないことを確認したら焼き上がり。

食べやすく、おいしいのでぜひ作ってみてください♡



◆ 認知症電話相談のお知らせ ◆

毎月第3水曜日 10時から16時まで

認知症に関する知識や、受けられる介護サービス等の情報提供、悩みごと、認知症のある方に対する介護のコツや症状を踏まえた生活の工夫等々、お気軽にお電話ください。

TEL 048-480-4150



◆ 今後の地域交流事業について ◆

認知症カフェ、だれでも食堂にいざはお休みさせていただきます。
再開が決まりましたらお知らせいたします。

◆ グループリビングえんの森入居者募集中！ ◆

高齢になっても、障がいがあっても、自分らしく住み慣れた地域で心豊かに暮らせる新たな住まいです。

バリアフリーの住まい、大きな浴室、栄養豊かなあたたかい食事、同じ屋根の下に暮らして声をかけ合える仲間。高齢期を迎えて一人暮らしが不安になる条件をクリアし、できる範囲での役割分担を受けもちながら地域住民として暮らします。いきいきと毎日の生活を楽しむ、「自宅に暮らす」日々をつくりあう住まいです。



～ 職員大募集！！ ～

離職率が低いと評判の暮らしネット・えんで一緒に働いてみませんか？
ヘルパー(訪問介護職員)・介護職員・送迎運転担当者募集しています。
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。

地域で暮らし続けていくために 2021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。

郵便振替(00180-5-314344)



イラスト/田島薫



■ 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

ホームページ:https://npoenn.com/