

145号
Autumn
2018

ま
は

は
ら

ら
ま



全国まごころケアネット



コキアとコスモス畑

CONTENTS

巻頭言 「歳月」

1

まごころエッセイ「感謝」

2
～
3

「魔法の」認知症ケア ユマニチュウド

4
～
6

センターだより

7
～
11

孫子老だより ～健康管理はユーモアと笑いで～

12
～
14

介護職へのハラスメント

15

事務局通信

16

歳月



特定非営利活動法人
日本ケアシステム協会
会長 兼間 道子



幼いころ、草花が好きな母のもとで、土いじりに関心を持つように育ちました。

40年前、この地に引っ越して以来、玄関先と車庫の少しの空間に徐々に苗を植えはじめました。朝早くから庭に出るのが日課で、もはや植える場所がないほど種類も増やし、茶花を切って床の間を装うのが好きで、それを眺めるのを楽しみに暮らしてきました。

しかし、あんなに惹かれた庭いじりとの営みが難しくなって、そこは、雑草で覆われ、蚊が住みつくように至り、ちょっと外に出ただけで蚊の群衆に刺されるほどです。外に出るのが億劫になりました、その要因は何か。

心臓執刀に加えて老いの進行に違いありません。闊達に動くことが叶いません。私にとっては「地」と「土」という宝物を手放す以外にありません。

駐車場にしました。

咲き誇っていた綺麗で美しい香りは無くなって、そこはセメントで覆われた味気ないものに変貌しました。

こうやって、時は過ぎていくのだろう。

大袈裟ですが、人の努力を超えたところで支配されていることを感じます。「老い」も「死」も、摂理で避けられません。大好きな土と触れ合うこと、「土」との戯れから遠ざかりましたが、駐車場が広くなったせいで、車両の出入りがスムーズになり孫たちの訪問頻度が増えたように思います。

出来ていたことが思うようにできなくなるのは、まことに残念ですが、嘆かずに「恵み」として受け入れる楽観性も、同時に備えられていることを思います。

「感謝」

まごころにかかわって

まごころサービス岡山センター

理事 森下 清子



昭和22年岡山市内で出生。昭和43年結婚。平成6年まごころサービス東岡山センター主催、ケアワーカー中級講座受講・理事就任。平成8年ヘルパー2級養成講座受講。平成13年ケアマネジャー受験。平成30年現在に至る（71才）

79才の夫と二人暮らし

介護保険制度が始まる、10年程前、気むづかしい姑の介護をしていた頃の事、姑は胃ガンの摘出手術を終え、入院先の病院ベッド上で伏し、同じ体勢が長く続いていた所へ、研修中の若いナースがやって来てスツとその手をベッドと姑の背中の間に差し入れました。「あーいい気持ち」と姑はうれしそうに声をあげました。この一本の手が、私の進む道、現在の私を決めてくれました。姑が心から喜んでいる様子を見

て「私もこんな技術を学びたい」と思いはじめたある日、朝刊を広げ何げなく目を通して見ると、小さな記事に目が止まりました。

「愛・忍耐・技術」の理念でケア・ワーカー中級養成講座生の募集でした。さっそく申し込みをし、約四ヶ月の講義と実習を終え前代表より、修了証書をいただき、その日のうちに、ケアワーカーとして登録しました。

愛Ⅱ心は熱く、忍耐Ⅱ頭は冷た

く、技術Ⅱ手は確かにと、いつも念頭に置き、まごころカラーのピンクのエプロンを着けて利用者様宅へ訪問していました。

一番印象に残っている利用者様は、ストマのパウチ交換に毎日朝夕二回、約二年近く訪問した事。ストマという言葉すら知らず、見たこともない、交換の技も知らないケアに尻込みする私に、前代表は「家族に出来るのだから、あなたにも出来る」と、送り出してくれました。その方は「早う早う」と、毎日待っていてくれます。手際よく、パウチを交換できるようなるとうれしくなり、さらに短い時間で出来るようになると、利用者様も一緒に喜んでくださいました。「相手の喜ぶ顔が私のよろこび」と前代表がいつも言っていた言葉が身にしみて理解することができました。

やがて、介護保険制度の開始が目前にせまり、ケアワーカーの資格は通用しないとの事で、「ヘルパー2級の養成講座を開く」と、前代表はツルの一声で実行に移しました。またある日、「森下さんもケアマネジャーの資格を取られえ」と、電

話帳のようなテキスト3冊をドンと私の前に置き、「3回読んだら試験に受かるから」と否応ありません。久しぶりの受験勉強に取り組み、友人2人と受験合格、前年合格した方と3人で居宅介護支援事業所はスタートしました。

当初はパソコンもなく、代表自前のワープロ一台ですべての書類の作成をしていました。もちろんプランも請求業務もすべて手記入です。国保連へ提出する日は必ず鉛筆と消しゴム持参で、修正する所があれば即消しゴムと鉛筆が活躍します。事務所も十坪足らずの床の抜けそうなプ



会月見お



桜のお花見会

レハブ造りの建て物で、机4脚、コピー機1台（どこかで譲りうけたもの）本棚1基、でした。トイレは屋外にあり昭和の臭いがし、雨の日は傘をさして行っていました。でも徐々に色んな物が整い、パソコンも2台、トイレも水洗式に屋内に配置され、ミニキッチンでお茶を入れることもできるようになり、皆で喜びました。

前代表はNPO法人の資格をもらって、信用あるセンターとして介護保険事業所を認めてもらいたい。と膨大な申請書に取り組み、岡山では4番目に認めてもらえたNPO法人です。

そんな代表を傍らで見ていた私は



桜のお花見会

「介護保険は収益を求めらるのに、NPOは利益を求めたらいけない。相反することをするのはなぜ」と質問したら、「ボランティア精神を支えるために、介護保険事業所を開くのだ」と話されました。志も高く、困難な申請書の作成にうちこみながら、事務所を整え、動きやすくしたいと、あちらこちら物件を探した運転手として私も行きました。

幸い近くに最適な物件が見つかりました。元大手学習塾が撤退した、夢のある雰囲気建物でした。1階の広々としたフロアはデイサービスに、2階2室の教室は訪問介護事

業所と研修室に、職員室は居宅介護支援事業所にリフォームして、平成16年10月新しい建物でスタートです。

若いナースの一本の手に感動してから進んだ私の道には、色々な方、ご家族との出会いがありました。

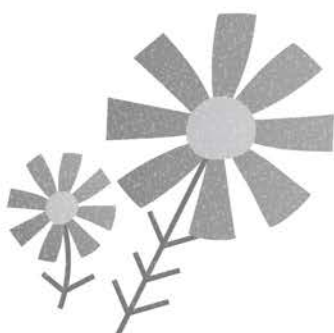
この方にとって一番良い状況は何だろうか、自立した生活が出来るには何が必要か、介護保険制度とご本人やご家族の気持ちの板ばさみに悩みながら、ケアマネ同士話し合いながら、プラン作成しています。「相手の喜ぶ顔が私のよろこび」の言葉を思い出しながら…。

私事になりますが、私の母は今年4月人生最後の花見をして百一才を目前に旅立って行きました。体力が衰えつつも最後まで気力をふりしほって「デイサービスに行くよ」と言っておりました。百才のお祝いの会には私共夫婦もデイサービスの職員の方々や利用者様達と心のこもった祝い膳を囲み皆様から祝福していただいた事は忘れられない思い出です。母は、私の尊敬するケアマネジャーさんにケアプランをお願いし、介護保険制度を感謝しつつ、私も職

場の仲間を支えられケアマネ業務を続けながら母を介護できました。きびしい日が続きましたが、今から思えば幸せな母だったなあ皆様感謝しありません。

最愛の母を送り、ケアマネ業務も体力気力の限界を覚えるようになりました。

来年3月末までまごころサービス岡山センターを退職いたします。毎年一回全国の各センターの方々とお会いして元気をもらっていましたが、今後は岡山の地より皆様を応援し、ご健康を心よりお祈りします。ありがとうございました。



「魔法の」認知症ケア ユマニチュード

「ユマニチュード」考案者

イブ・ジネスト氏



イブ・ジネスト氏(フェイスブックより)

Yves Gineste
1953年生まれ。仏トゥールーズ大学卒業。医療・介護現場での経験を基に、同僚のロゼット・マレスコッティ氏とケア技法「ユマニチュード」を考案した。昨年7月から京都大こころの未来研究センター特任教授。

技法で35年以上の歴史があります。

今、日本の医療や介護現場で広がっており、これまでコミュニケーションがうまく取れなかった患者さんと、嘘のように円滑にコミュニケーションが取れるようになったことから魔法の認知症ケアと呼ばれています。

ユマニチュードの四つの柱

具体的には400を超えるケアの技術がありますが、それらは「見る・話す・触れる・立つ」に関する4つの柱を基に考えられています。

【四つの柱】

- ① 見つめること（正面から同じ視線の高さで長く見つめる）
- ② 話しかけること（優しく歌うようにポジティブな言葉で話しかけ続ける）
- ③ 触れること（手のひら全体でゆっくり包み込むように触れる）
- ④ 立つこと（一日に計20分は立つ時間を作り、寝たきりになるのを防ぐ）

この4本柱を基礎とした技術を取り入れることで、認知症の患者さんの不安や恐怖を和らげることがができます。「私も同じ価値ある人間なんだ」「大切にされているんだ」と感じることで、ケア者との信頼関係が強まり患者さんに笑顔が戻り、感謝の言葉を口にするなど、驚くべき変化がみられるのです。

開発者はフランスの体育教師

ユマニチュード開発者のイブ・ジネスト氏と同僚のロゼット・マレスコッティ氏は体育教師で、その考え方や経験から生まれた療法です。開発者の一人であるイブ・ジネスト氏は、毎日新聞社のインタビューで次のように述べています。

「私は体育学を修め体育教師をしていました。1979年フランス国内の病院内で働く看護師の腰痛対策に取り組んだことがきっかけで、介護の現場に関わったのです。政府から患者の動かし方についての教育担当として派遣されたわけですが、現

場でショッキングな光景を目にしたのです。当時、暴れる患者を拘束するのは当たり前。動く患者は面倒なので、寝たきりになることをよしとしていました。患者は「重たい荷物」と同じで動く患者は面倒なので、寝たきりになるのをよしとしていました。これまで学んできた体育学では、動くことが健康であることの大前提です。私は、寝たきりの患者を起こすことを決意しました。人間として他者から見つめられ、触られ、話しかけられ、自分の足で立つべきだと考えたのです。同僚とともに患者との関わりを見直し、様々なケアを試行錯誤しながら生まれたのがユマニチュードです。」



不安を和らげ、心をつかむ五つのステップ

ユマニチュード導入後の施設から暴力や歩き回りなど、認知症「行動・心理症状」の軽減が報告されています。ケアを行う側からすると業務として当たり前に行っていることも相手には不快なことがあります。イブ・ジネスト氏は述べています

「認知症の方の行動には必ず理由があるのです。認知症の方は新しい記憶を保つことができません。自分がいる場所や相手の認識ができず、視野も狭くなり、すぐ隣で話しかけられても気づきません。そんな状態で突然知らない人の手が下着を剥がそうとしたらどうでしょう。認知症の方の視点で考えると、抵抗のほとんどは「防衛」なのです。」

ユマニチュードは、出会いから別れまでを五つのステップに分け、一連の手順を踏むことで、こうした不安をやわらげ、相手の心をつかみます。関係を築いた上でケアを行うのです。

【五つのステップ】

- ①ノックなどで来訪を知らせる
- ②正面から視線を合わせ「あなたに会いに来た」と伝える
- ③見る、話す、触れる、これらの技術を常に二つ以上使ってケアを行う
- ④受け入れてくれたことへの感謝などを伝え、ポジティブな感情を残す
- ⑤また来ることを伝える

ある施設では、介護を行うのに患者さんの部屋を訪れる際、3回ノック→3秒返事を待つ→再び3回ノック→3秒返事を待つ→1回ノック後入室、という流れを行っています。もちろん途中で患者さんから反応があればそこで入室しますが、大切なのは相手の反応を待つ、相手に準備時間を与えることなのです。結果、ケア者もケアがスムーズに行え、ありがたうの言葉をもらう機会が増えたといえます。

ユマニチュードの日本への導入

日本への導入は、2011年10月、国立病院機構東京医療センター総合内科の本田美和子氏がユマニチュード開発者の「ジネスト・マレスコッティ研究所」を訪問したことが端緒でした。南フランス各地のユマニチュードを導入している病院や療養施設を、ケア技法開発者の二人とともに訪れ、この技法が現在、日本の看護・介護現場で直面している困難事例の解決策となる可能性を感じ、帰国したことから始まります。

翌2012年2月、この二人を招き、国立病院機構東京医療センターでの講演と患者へのケアの実践を実現しました。この様子を見た看護師の強い要望にこたえる形で、当センターを中心に研修会が継続的に開催されました。そのような中、これまでの6年間で4000人を超える看護・介護の専門職がユマニチュードの研修を受け、20施設以上が本格的な導入を進めています。

福岡市では、人生100年時代を見据え、誰もが心身ともに健康で自

分らしく生きていける個人の幸せと、持続可能な社会を両立できる健全社会のモデルを作るプロジェクト「福岡100」を推進しています。その一つとして、認知症の方やその家族が生き生きと暮らせる認知症にやさしいまち「認知症フレンドリーシティ」を目指し、推進していきます。その一環として、認知症の家族介護者を対象に、ユマニチュードを取り入れた研修に取り組み、介護の負担感が軽減されたとの結果が出ています。この4月からは、中学校や一般市民への研修が始まっており、自治体としては世界初の取り組みとのこと。



ユマニチュードの実践施設

イブ・ジネスト氏は述べています「病院などの施設では、一つのベッドに一人の人間という「常識」があります。認知症になって施設に入ると、愛する人やペットと過ごせないのは当たり前で、ほとんどの場合は飲酒も禁止です。特に誰も気にしていないようですが、これらは深刻な人権侵害だと思っております。ユマニチュードを実践するフランスの施設では、愛する人と同じベッドで寝ることとは勿論、ペットと暮らすこともできます。人権は、認知症になっても全く変わらず続くのですから。」

また、日本の施設を視察し、感想を述べています。

ベッドで終日過ごす高齢者が多く、身体を固定するケースも非常に多いと感じました。こうした身体の抑制は転倒を防ぐために行われていますが、逆に本人の立つ能力を奪っています。日本の看護師や介護士が認知症者の尊厳を重要視していないとは思いません。皆さま、強い使命感を持ち、優しい心で患者の接しています。ただ技術が足りないだけなのです。

認知症イコール絶望か

認知症となった親が、子供である自分を認識できなくなったと涙する話をよく耳にします。認知症の人が家族を認識できなくなると、家族は愛する人を失ったような悲しみに襲われます。

イブ・ジネスト氏は、認知症の両親を介護した自らの経験から次のように述べています。認知症となっても、その人の中に、子や夫、妻を愛した感情は残っています。92歳で亡くなった母は、私が息子だと分からなくても、息子を愛する気持ちを忘れることはありませんでした。母の2年後に94歳で亡くなった父は、介護する私に毎日「愛している」と言ってくれて、私自身も初めて父に「愛している」と直接伝えることができました。認知症は、介護する家族をより深い人間に成長させてくれる贈り物だと考えています。

ユマニチュードの注意点

・理解して行う

技法だけを知り、やり方だけを真似するのは逆効果になります。目線を合わせていても優しく触れていても、声色を穏やかにしていても、そこに本質の相手への気遣いがなければ見せかけだと感じさせてしまいます。ユマニチュードは、ケアが人と人との間で行われるものであるという根本的なことに立ち返り、本質の考え方を理解したうえで取り入れてこそ心が通じて相手が変わるのです。

・乱暴に行わない

乱暴に扱われると、私たちでも大事にされていないと感じます。そこで、自分の子供に接するような気持ちで相手に触れてください。突然腕をつかんだり、無理に立たそうとするのは絶対に避けてください。

また、ユマニチュードの押し売りもよくありません。まずは「見る」の目線を合わせることから始

めていき、相手の反応をしつかりと見てください。すぐ相手が変わらなくても根気よく続けることでやがて成果が表れます。



【参考】

福祉ビデオライブラリーでDVD3巻セットを無料で貸し出しています(往復送料負担)

NHK厚生文化事業団福祉ビデオシリーズ

電話：03-3476-5955

オンライン予約システム：<https://www.npwo.or.jp>

第1巻 ユマニチュードって何だろう-入門編(112分)

第2巻 ユマニチュードをやってみよう-実技編(68分)

第3巻 私のユマニチュード-家族の実践編(52分)

センターだより



まごころケア旭川 センタートピックス

旭川センター今年度最大の出来事は理事長の交代です。10年余にわたって私達を大きな温かい心で見守り、導いてくださった浦川理事長が健康上の理由から退任なさいました。教育、福祉に長い間携わり、広い見識を持った理事長の退任はとても心細いものでした。一日も早い回復を祈っているところです。

新理事長には旭川センターがNPO法人として活動を始めたばかりの頃、2代目の管理者として基盤づく



りに力を注いでくださった西多恵子理事が就任しました。会議や研修に出てくださる機会が増え、この頃若返った気がするとうれしいことをおっしゃっています。

また、研修事業部も体制一新しました。三人の部員が総入れ替えして、ユニークな研修を企画実施してくれます。写真は7月の介護実技演習「熱中症・嘔吐への対応」熱中症を疑われる方の対応と、嘔吐している場合の処理の仕方を体験しました。嘔吐にもいろいろな原因があり、その中のノロウイルスについての演習をしました。うどんと豆腐で作った疑似嘔吐物を前に、知識として知っているものか実際にはなか



なかうまくいかず、四苦八苦。アイデアを出し合い、全員参加の奮闘で終了しました。

8月は基本的なコミュニケーションスキルに関する講演。9月は在宅での看取りがテーマの観劇です。新しい視点での楽しい研修に今後も期待しているところです。

まごころケア塩釜

夏祭り

松葉 恵美子

毎年恒例の「夏祭り」を、八月六日(月)及び十日(金)の二日間行いました。



全員参加はなかなか叶いませんが、利用が多い曜日を選び、夏祭りを行いました。

盆踊りの曲でお祭りを盛り上げ、利用者さんとスタッフ一同が一緒に参加します。お祭りの昼食メニューは、焼き鳥、焼きそば、フランクフルト、他いろいろです。

皆さんは、何時もより食が進み完食されていました。

ゲームは、「水ヨーヨー釣り」と、「スイカ割り」です。

「水ヨーヨー釣り」は、こよりに針が付いている為、なかなか釣れず四苦八苦です。

又、「スイカ割り」ではスタッフ



も参加しました。

五〜六回転する為、方向が分からなくなり、皆で爆笑です。

ある利用者さんが見事スイカを割り、おやつにそのスイカを頂きました。

皆さんの表情が、とても生き生きとして楽しそうでした。全員参加はとても難しいのですが、今後も限られた時間を調整し、利用者さんとスタッフが交流できる、楽しい時間を作れたら素晴らしいと思います。

まごころケア国分寺

夏祭りをしました

センター長 川上 美佐子

7月21日に、あじさい夏まつりを開催しました。歌謡ショーやフリーマーケット、バザー会場が一番人気は、やはり「かき氷」でした。また今回初めての職員考案の「すだちソーメン」は思いがけず好評で、大半の来場者からおいしかった。中にはレシピが欲しい。という人もいました。

歌謡ショーは、デイサービスに定期的に来ていただいているボランティアさんで素晴らしい歌声です。聞き逃した人が残念がるほど盛り上がり、大盛況でした。

夕方4時から6時の短い時間で、来場者、スタッフ合わせて100人程度の小さな夏祭りでしたが、応援に駆けつけてくださった民生委員さんたちから、「こういうコンパクトな夏祭りもいいなあ」と言っていただけでした。

猛暑の中盛り上げてくださった皆様には感謝ですが、今年の猛暑を考えると、来年が思いやられます。来年は、クリスマス会のほうが良いのかなと思ったりしています。



まごころケア にこにこ三豊

にこにこ納涼祭

センター長 内田 恵子

八月八日、九日十日の三日間デイサービス内で納涼祭が開催され、にこにこ観音寺から来られた利用者さん職員のみなさんで、笑顔笑い声いっぱいの時間を過ごしました。

磁石を使って釣り上げた用紙の中心は？駄菓子屋さんのように開けて楽しいくじ引き型ゲーム。当たりが出た時の笑顔には子供の時に戻られたような表情がみえ、ゲームを考えられた職員さんの利用者さんへの思いに感動です。ほかにもペットボトルに当たりあり！どれが当たりか？

倒してみないとわからない打倒ペットボトルゲーム。「どれが当たりや？」と真剣な表情で投げたボールがペットボトルに当たった時の顔には利用者さんの「よしー」の心の声が聞こえてくるようでした。

また、最終の炭坑節の曲を使ったデイサービスの歌に合わせ、法被姿で踊る職員のみなさんを拍手子で盛り上げて下さいました。さて、デイサービスで過ごす楽しい時間は利用者さんの家族にとっても嬉しい出来事につながっているようで、お嫁さんへの思いやりを行動に移すことができるようになられた方がいらっ



しゃいます。仕事から帰ってしんどいだろうからとお風呂の用意をしてくれたりそうです。お掃除やお湯はりなど準備はほとんど家族さんがされたようですが、ばらばらだった思いと考え行動がひとつにまとまり、きちんと言葉と行動で示してくれたこと。デイサービスの笑顔作りのちからに感謝されていきました。



まごころサービス 徳島センター

「老いの坂道」泣き笑い

センター長 道辻 明子

私は78才になりました。若い頃出ていた事が出来なくなり、物わすれが豊かになって泣き笑いです。

そんな時に、「いのちの希望」の新聞が届きました。その一面に川のある風景と坂村真民氏の詩が私の心を元気づけ大切な事を忘れていた事に気づきました。

「鳥は飛ばねばならぬ」

坂村 真民

鳥は飛ばねばならぬ
人は生きねばならぬ

怒とうの海を飛びゆく鳥のように
混沌の世を生きねばならぬ

鳥は本能的に暗黒を突破すれば
光明の島に着くことを知っている
そのように人も一寸先は闇ではなく
光であることを知らねばならぬ

新しい年を迎えた日の朝
わたしに与えられた命題

鳥は飛ばねばならぬ
人は生きねばならぬ

私は大自然の中で生かされている
自分に感謝してお互いに支え合い、
助け合ってありがたい言葉をお互いに忘れ
ないように！「ありがたい」だけは
忘れないように大自然に感謝して！



まごころケア西春日

逆境を乗り越えて…

センター長 笠井 圭介

皆様、いかがお過ごしでしょうか。先日、北海道で震度7の地震が起こり、多くの命が失われました。亡くなられた方にはお悔み申し上げます。旭川センターも地震の直後から停電になり、復旧するまでの間は大変だったと聞きました。関係者の皆さんは、ご苦労されたことと思います。

しかし、北海道でこれだけ大きな地震が起こることを誰が予想したでしょうか、誰も予想できなかったと思います。もちろん、こうした被害を最小限にするために日頃の備えも大切ですが、それでも対処できないことはあるものです。特にブラックアウトという北海道全域で停電が起こる等、まさに一寸先は闇（シャレではありません）と言えますね。

ここで筆者は逆境を乗り越えた人物として徳川家康を思い浮かべます。家康は皆様もご存じのとおり、江戸幕府を創った人物として知られて

いますが、何が素晴らしいのかといえば、逆境を跳ね返して成功しているからです。例えば、当時は辺境の地であった江戸に城を築いたの



は、家康の力を恐れた秀吉が、京から遠ざけるためでしたが、それを逆手に取って京を上回る都に発展させました。それが今の東京です。

被災地の方々は、大変な思いで生活されていると思われませんが、ぜひ家康のように逆境を乗り越えて元の生活を取り戻して欲しいと思います。

写真は、東京駅と東京スカイツリーの展望台から外を眺めている人達。徳川家康がいなければ今の東京はなかったでしょう。

まごころケア高松

平成最後の年、猛暑に思う

今年の夏は、全国的に猛暑が続き、ここ高松でもまさに命の危険を感じるほどに、連日の酷暑でした。

7月17日、愛知県豊田市で校外学習から教室に戻った小1の男児が熱中症で死亡するという痛ましい事故がありました。これをきっかけに全国の小中学校のクーラーの設置が話題となりました。

新聞によると、全国の小中学校普通教室約39万教室を調査したところ、クーラーの設置率は49%でした。47都道府県別の設置率をみると、最高が東京都99.9%で、20%未満の設置率は14道県で、全体の約3割を占めていました。

驚いたのは、香川県が全国第2位の97.7%だったことです。これは猛暑だった、1910年、保護者らの要望を受け香川県の西部に位置する、観音寺市など一部自治体が行先してエアコンを設置し始めたのが、きっかけのことです。

観音寺市では財源の一部に合併特例債を活用したほか、県中部の宇多津町は同年に初当選した町長が自身の給与から一部カットして費用を捻出し、両市町は2011年エアコンの整備を完了したとのこと。こうした動きが他の自治体に広がり県内全体の整備が進んだものです。まさに時代の先取りというか、全国屈指と言われる教育県の面目躍如といったところでしょうか。宇多津町長さんは「地域全体で子供を健康に育てるという視点で考えれば、学びの場を快適にすることは重

要だ」と話されているほか、2015年度までに設置を終えた名古屋市の教委の担当者も「ほとんどの家庭にエアコンがあり、子供も慣れてい
る。『授業に集中できる』『体調を崩す生徒が減った』などの声があり、設置してよかった」と話しているとのことです。

しかし一方で、クーラーが設置されない背景には、旧態依然とした教育観があると指摘する専門家もいます。教育評論家の尾木直樹氏は「子供は暑さ、寒さに耐えてこそ」という考えが一部の大人に根強く残っている。」また、自治体間の格差については、国の補助を少なくとも2分の1にしないと、小規模予算の自治体においては整備が進まないのでは、と話しています。

7月11日の大阪北部地震では、倒壊したブロック塀による小4女児の痛ましい事故などもありました。い
ずれも、次代を担う子供たちの学びの場の環境整備であるだけにその整備が急がれています。

また、8月には岐阜市の病院で、エアコンが故障して4人の高齢患者がお亡くなりになりました。高齢者

は体の諸機能が低下し、脱水症状などが自ら自覚しにくい、といわれています。脱水症状は、気温に関係なく冬でも起こりうるともいわれています。介護に関わる私たちは、常にこのことを肝の銘じながら日々の活動に努めたいと思います。

避難訓練を実施しました

住宅型有料老人ホーム「長寿閣」
「あかりの里」で火災・震災などに
対応するため、避難訓練を実施しま
した。

7月19日、長寿閣は午前9時から、あかりの里は10時半から実施しました。台所から出火したとの想定で、初期消火や自動通報設備の作動状況の確認をはじめ、施設入居者全員を安全に屋外へ誘導する訓練を実施しました。今回は、消防署の立会は無
で入居者と施設職員、本部職員による訓練でした。

両施設ともスプリンクラーを整備
していますが、昨年冬場には電気器具からのボヤ騒ぎがあったところ
もあり、真剣に取り組みました。
秋には、消防署にも立会していた

だき、ご指導いただく予定となっております。本番ではなかなか思うよう
にできないかもしれませんが、でき



るだけ落ち着いて行動できるよう訓
練を重ねたいと思っています。



まごころ 孫子老だより

健康管理はユーモアと笑いで



みなさま、お元気ですか、 西日本豪雨で被害にあわれた方々は、心よりお見舞い申し上げます。最近の気候変動はどうなっているのでしょうか？豪雨の次は、連続猛暑、渇水、相次ぐ台風増加、口永良部島の噴火、ハワイのキラウエア火山の噴火、宮崎の霧島連山の噴火予兆など、これら以外にも日本列島では100箇所以上、いつ噴火してもおかしくない山があります。とても心が休まりません。

昨年の冬は記録的な低温と豪雪により雪道で車が身動きできなくなったり、センサー試験が一部振替になったりと厳しい冬になりました。データーによると猛暑の夏の年末は、低温、豪雪傾向になるようです。今年の冬も厳しい寒さになるかもしれません、くれぐれもみなさま、体に気を付けてご自愛ください。

自称パワハラ解雇になった愛妻は、 何週間は自称プー太郎主婦として食べて寝てドラマ見て食べて、の生活を続けておりましたが憲法27条を思い出したのか、旦那のスズメの涙の乾く寸前程度の薄給では身の危険を感じ取ったのか就活して再びパート勤めに行くようになりました。給料日ごとの私を見る白い目を気にすることも無くなりほっと一安心ついたかと思つた矢先、ビデオデッキが壊れ乾燥機が壊れ、その他10年選手の家電製品が申し合わせたように壊れ、夏休みに入り次男の語学研修費、部活遠征費など三ヶ月上の請求書が食卓の私の席に置かれ、へそくりどころの話では無くなり、あなたどうやって私に内緒でへそくりを持っていったのかと詰問され。内緒で作る金だからへそくりと云うのではないかと言いつ返すと、それを世間ではヘリクツと言っているので。他に金は残っていませんね！とカツ井も出さない取調室状況の中で、ここで自白したら相手の思うツボなので、「逆立ちしてもありません」と答えたら私は逆立ちぐらいで信用はできませんと更にくいさがつてきたので「無い袖は振れない・スツテン・一文無し・金欠・鼻血も出

ない・おけら・スツカラカン・すかんぴん・アップアップ・天をあおぐ・やつの生活・ギリギリ・うだつの上がない・ツメに火をともしようなどという言葉の出るスマホ画面を彼女に見せて、これが今の私の状態ですと言いました。金金金と人生金だけじゃ生きていけない、愛情も必要と更に言おうとしましたら、愛妻の姿はすでに無く、ああこのままずっと帰ってきませんようにとプチお祈りをしました。所詮夫婦は赤の他人、金の切れ目が縁の切れ目、諸先輩方はりっぱな格言をよくぞ残してくださいました。

愛妻が、最近特にイライラや怒りっぽいので、 何かの時に母親に妻の様子がおかしいと話したところ「キャサリンも50歳にもなるから女のアレだ。」と一言で片づけたの





で、早速スマホで「女のアレ」と検索したところ、この紙面では表現できない内容がずらっと出てきたので「女、50歳代」と再検索をかけたならそこにも性の悩みか求人募集広告が列記されました「女、60歳代」と検索をしたら60代に勧める趣味と病気問題の関心事が多く、「女、70歳代」と検索したら70歳代80歳代が喜ぶプレゼントという項目が上位に出てきます。求人募集は50歳と言う言葉にはヒットしますが60歳以上は記事としてほとんどありません、ネット情報は適確ですな感心いたしました。結局、母親の言う女のアレとは、閉経時期の更年期症状の事を言おうとしていたのですが、私は理解不足で聞いたときもピンときませんでした。

説によると男性に産産時の痛みを与えるかと死ぬとか、陣痛の痛みは男性の股間を蹴るのより痛いなどと言われています。体に出産する機能のない男性には全く検討がつかない話です。

二つ目は愛妻のへそくりです、どこにあるかどれくらいあるか徳川埋蔵金を探すより難しいと思います。

三つ目は、中高年の女の体の変化です。モデルは我がキャサリンしかいませんのでデータ的には疑問ですが日々の体験談としては、正確だと思えます。まず中高年になってから体から出る物、回数が激しくなっています。あくび、くしゃみ、独り言、文句、おなら、しかも私の隣で実行するので、あてつけかと感じます。何か不満でもあるのでしょうか？聞いてみたい気もしますがヤブ蛇になるのでやめておきます。鶴とタヌキは動物の中でも一夫一婦制で一生同じパートナーと添い遂げると言われています。わたくしども夫婦も鶴のような美しい夫婦と言いたいところですが、容姿的にはタヌキに近いのでこのまま化かし合いをつづけて高砂人形のように婆さんのほうきで家から掃出されないよう愛し続けたいと思います。

まごから言葉づかいは心づかい、よくある間違い返事

リビング新聞引用

×お求めやすい ○お求めになりやすい

「求める」の尊敬語は「お求めになる」こちらに「やすい」が付く

×分かりました、了解しました ○かしこまりました、承知いたしました、承りました

「分かりました」は謙譲語に言い換えること、「了解しました」は敬語ではありません

×ご持参ください ○お持ちください

持参は謙譲語なので「ご」をつけても尊敬語にならない

×お名前を頂いてもよろしいでしょうか ○お名前をお伺いしてもよろしいでしょうか

名前は頂戴するものではありません

×お戻りになりましたか ○お戻りになりますか

二重敬語の「られ」敬語は使いません

×お久しぶりです ○ご無沙汰しております

「久しぶり」は対等な相手向けの言葉です

×つまらない物ですが ○心ばかりの物ですが

「つまらない物」というへりくだった言い方は逆に失礼にあたる

×質問はございますか ○質問はありでしょうか

「ございます」は謙譲語的な丁寧語なので使いません

×開催させていただきます ○開催いたします

開催することをへりくだる必要なし

×よろしかったでしょうか？ ○よろしいでしょうか？

まごから年齢当て検定、あなたは何人のスターがわかる？

次の昭和のスターの名前と顔が思い浮かべられて、名前を声を出して間違えなく言える方、全問正解60歳以上、50〜40問正解50歳以上、10問までしかわからない、あなたは平成生まれです。

1原節子 2杉村春子 3山田五十鈴 4高峰三枝子 5山口淑子（李香蘭） 6淡路千景 7高峰秀子 8京マチ子 9乙羽信子 10新珠三千代
11嵯峨三智子 12香川京子 13山本富士子 14岸恵子 15北原三枝 16岡田茉莉子 17淡路恵子 18扇千景 19司葉子 20有馬稲子 21佐久間良子 22吉永小百合 23藤村志保 24倍賞千恵子 25野際陽子 26山本陽子 27浜美枝 28星由里子 29大空真弓 30富司純子 31松原千恵子 32酒井和歌子
33栗原小巻 34倍賞美津子 35団令子 36越路吹雪 37江利チエミ 38雪村いづみ 39長谷川一夫 40上原謙 41志村喬 42池部良 43小林桂樹 44鶴田浩二 45高橋貞二 46佐田啓二 47大川橋蔵 48田村高廣 49市川雷蔵
50萬屋錦之介 51田宮二郎 52赤木圭一郎 53若尾文子 54三船敏郎 55石原裕次郎 56美空ひばり 57浅丘ルリ子 58大原麗子 59片岡千恵蔵 60高倉健

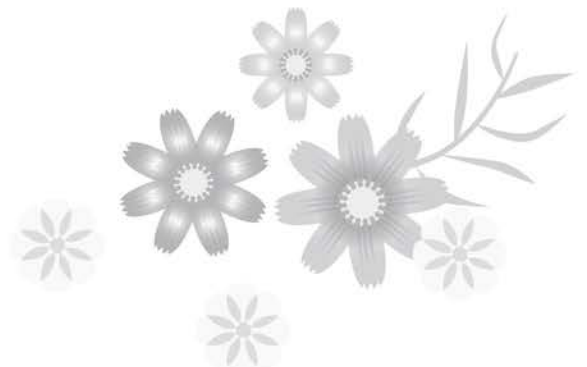
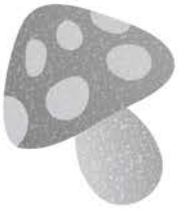
昭和の銀幕のスターたち、青春時代を思い出して仲間と語り合いましたよ、若いスタッフの人はほとんど知らない人ばかりでしょう、中高年の方にどんなスターだったか尋ねてみるのも話のきっかけで良いかと思えます。確かに昭和のスターの方々は今よりずっと美男美女の多かったことか、懐かしいです。

まごからおもしろ川柳のご紹介

歩こう会 アルコール会と 聞き違え
何回も 話したはずだが 初耳だ
味のある 字とほめられたが 手の震え
目覚ましの ベルはまだかと 起きて待つ
いびきより 静かな方が 気にかかり
忘れえぬ 人はいるけど 名を忘れ
食べたこと 忘れぬように 持つ楊枝
あれよあれ それよそれよと 答え出ず
久々の 友の電話は 生きてたの
無病では 話題に困る 老人会
紙とペン 探してる間に 句を忘れ
中身より 字の大きさと 選ぶ本
大事なら しまうな二度と 出てこない
昼の顔 入れ歯外せば 夜の顔
暑いので リモコン入れると テレビ点く
LED 使い切るまで 無い寿命
孫たちに アドレス聞かれ 住所言う
ひ孫の名 読めない書けない 聞き取れない
ばあちゃんの 入れ歯出し入れ 孫騒ぎ
飼い犬が 徘徊防止に ついて来る
振り返り 犬が気遣う 散歩道

食欲の秋、読書の秋、スポーツの秋、芸術の秋、どれか一つ思い出の秋となりませう、健康で安らかで朗らかで楽しい秋がみなさまに訪れますよう心よりお祈り申し上げます。

孫子老 太郎



介護職へのハラスメント

このところ、相次いでスポーツ界でのパワハラが話題となっており、

あまり表には出ませんが、介護職員が高齢者や家族からパワハラやセクハラを受けるケースがあり、介護現場に深刻な影響を与えています。厚生労働省は実態調査を行った結果、今年度内に介護事業者向けの対策マニュアルを作ることを決めた、との報道がされていました。

ハラスメントは、介護職員の離職の原因にもなっています。ある高齢者介護施設で聞いた話ですが、大声で怒鳴る入所者に対し、今後いつか、介護職員自身が自分をコントロールできなくなるのではないかと、この不安から職場を去っていったとの話を聞いたことがあります。ただでさえ人手不足が深刻な介護現場を守るためにも対策を急がねばならないと思います。

介護職員が一人で高齢者の自宅を訪ね、入浴や着替えの介助をする訪問介護などで被害にあうことが多く、暴言を浴びせられたり、体を触られたり、わいせつなことを言われたりすることです。

訪問介護事業所では、女性職員の比率が8割程度と高いため、男性利用者の介助に女性職員が入らざるを得ない実情があります。厚生労働省が定めた介護サービスの運用基準では、正当な理由なく事業者がサービスマニユアルを拒むことを禁じています。

介護職員の労働組合では、セクハラなどをする利用者は拒めるよう基準を改め、必要に応じて二人体制での訪問介護ができるよう介護報酬を改定することを求めており、自治体によっては、一人での訪問介護が難しい場合、複数で訪問介護ができるよう独自の補助金を出すことを計画

しているとのこと。

しかし、介護現場はストレスが多く、家族も疲弊しています。家族による暴力やセクハラは論外ですが、高齢者の場合、孤独感や疎外感などから問題行動をしたり、認知症の症状からセクハラ的な言動に及ぶことがあるともいわれています。

専門家は「高齢者の心情の理解と、認知症への適切なケアによって、問題行動が改善することも多いことから、介護職員への支援を充実させる一方で、そうした改善を目指すことも必要だろう。」と指摘しています。皆様いかがお考えでしょうか。



暑い夏がようやく一段落したこの頃ですが、ここしばらく6月からこれまで全国で災害が多発しました。

平成30年6月18日大坂地震、6月末から7月初めにかけて梅雨前線と台風7号の影響による西日本豪雨、相次ぐ台風の襲来、9月6日の北海道胆振東部地震などです。

災害に遭われ、お亡くなりになられた方々のご冥福をお祈り申し上げるとともに、被災された方々には心からお見舞い申し上げます。

胆振東部地震では北海道全体が停電し、旭川センターでもしばらくの間、大変なご苦勞をされたことと存じます。心よりお見舞い申し上げます。ニュースなどで、様々な情報は得られましたが、何もできないもどかしさを感じました。

震度7という激震で、あれほどの山々が一気に崩落し、尊い人命や財産が一瞬にしてなくなるという恐怖はいかばかりかとお察し申し上げます。



全国から、様々な現場でボランティアの方が駆け付け連日復旧活動に携わっておられ、頭が下がります。一日も早い穏やかな日常が戻ってきますようお祈りするばかりです。

今回、秋号をお届けしましたが、発行にあたりましては、皆様方から多くの原稿をありがとうございました。

今後ともご意見ご要望、各センターの取り組み、PRなどお寄せいただき、当会報を十分ご活用いただきますようお願い申し上げます。

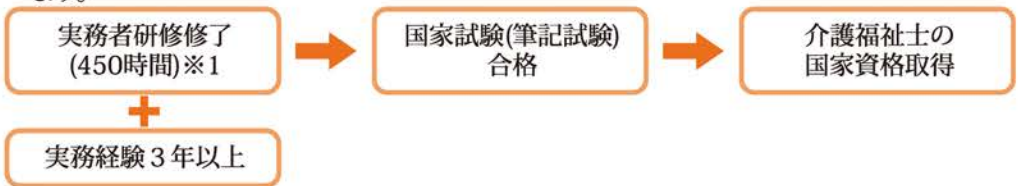
下記のとおり、介護福祉士実務者研修（通信課程）の受講生を募集していますのでご案内いたします。

○介護福祉士実務者研修受講生募集<通信課程>

◆介護福祉士「実務者研修」とは

平成28年度（筆記試験は、平成29年1月末）から実務経験者については、「実務者研修」の修了が義務付けられています。

★第29回試験（平成28年度）から国家試験受験の際、「実務者研修」の修了が必須となっております。



※1受講期間6ヶ月（無資格者）但し「訪問介護員研修2級課程」及び「介護職員初任者研修」の資格取得者は、「4ヶ月」で修了可能です。

◆サービス提供責任者

「実務者研修」を修了することで、訪問介護事業所において「サービス提供責任者」になれます。

◆資格別・受講期間・受講料等

資格	受講期間	受講料	募集コース・募集定員
無資格者	6ヶ月	100,000円	4月・5月・6月・7月・8月・9月
介護職員初任者研修	4ヶ月	60,000円	10月・11月・12月・1月・2月・3月
訪問介護員2級課程	4ヶ月	60,000円	・募集コース12コース ・募集定員各月共24名
訪問介護員1級課程	4ヶ月	45,000円	
介護職員基礎研修	1ヶ月	33,000円	

★通学「医療的ケア含む」6.5日間★※テキスト代は、別途必要です。

介護保険業務の
様々なご要望にお答えします

介護保険トータルシステム「Rely II」
株式会社
アール・シー・イス

高松市錦町2丁目2番17号
西日本放送錦町ビル
TEL:(087)804-8811
FAX:(087)826-5010

はじめて
まいとうんメール便
です

高松メールセンターからのご案内

メール便... **ハガキ** **封書** **カタログ** など

**激安価格で
配達します**

お問い合わせは
こちらから **四国メールネットワーク協同組合**
(有)タウンネット 高松メールセンター
高松市朝日町4丁目10番60号
TEL.087-813-0426 FAX.087-813-0436
E-mail takamatsu@carol.ocn.ne.jp
http://www.shikoku-mp.com/

www.sanuki-taberu.net

**讃岐を
食べると
なつと**

こだわりの味
「おぼろめい」を直送します!

www.sanuki-taberu.net

株式会社 ウエイ企画 〒760-0062香川県高松市堀上町2-2
TEL:087-837-1159 | FAX:087-897-3007
コーポレートサイト http://www.network-way.com

あいおいニッセイ同和損保代理店

(株)フリーエージェント

八田 和忠 

損保・生保・社会保険労務士
扱っています。

高松市伏石町 2028-2
TEL 087-816-8123
FAX 087-815-1171

PRIUS
プリウス S (2WD) 助手席回転シート車「8タイプ」
ボディカラーのサーモテクトライムグリーン (6W7) はメーカーオプション。

Weicab 福祉車両



香川トヨペット
定休日 月曜日 本社/高松市香西町577-2
https://www.kagawa-toyopet.com/

詳しくは香川トヨペットまでご連絡ください。
(代) 087-882-5561

総合印刷・イベント事業・マニュアル制作
デジタルコンテンツ企画制作

SEIKO-SHA
株式会社 **高松** **東京**

成光社

〒760-0065 高松市朝日町5-14-2
☎087-823-0222 ☎087-823-0211
www.seiko-sha.co.jp

実務者養成施設
(平成30年4月1日開講)

介護福祉士実務者研修 < 通信課程 >

★4月から翌年3月まで毎月受付
「年12コース」各コース定員24名
★全国どこからでも応募できます
★スクリーング(通学)は
「医療的ケア演習」を含み6.5日間

【照会先】 ラポールカレッジ 研修所/事務局
TEL 087-815-0760
〒761-8052 高松市松並町802番地1/日本ケアシステム協会内
駐車場有り(無料)/宿泊1,000円～

地域とともにこれからも。

あつて
おはなしすると
もつと
つたわるね



香川銀行
トモニホールディングス

消防設備士の店

**四国防災設備
有限公司**

消防設備保守点検

〒761-0612 香川県木田郡三木町氷上1833-6番地
TEL(087)898-3913
FAX(087)898-8801

ご利用ください。

● E-mail (電子メール) ●

magokoro@hyper.ocn.ne.jp

● URL (ホームページ) ●

http://www.jp-care.gr.jp

編集後記

ふと気が付くと彼岸花、秋桜がちらほら。柿がほのかに色づき、栗のイガが膨らんで、季節は巡っていきます。あれほど暑かった夏の間も、草木はこの日のためにちゃんと準備していたのかと感動です。

先月9月17日は敬老の日、新聞によりますと、わが国の65歳以上の高齢者は約50万人増えて3514万人、全体の28.1%、これは世界最高。そして、彼ら彼女らの就業率は23%、これは主要国中で最高だとか。ご同輩の皆様、頑張りましょう。

(K)

全国まごころケアネット
 特定非営利活動法人 日本ケアシステム協会
 まごころケアサービスセンター

センターの名称	住 所	Eメール	TEL	FAX
本 部	〒761-8052 香川県高松市松並町802番地1	magokoro@hyper.ocn.ne.jp	087-815-0771	087-815-0773
まごころケア旭川	〒070-0037 北海道旭川市7条通8丁目セントラル7条ビル202号室	magokolo@tmt.ne.jp	0166-26-8639	0166-74-3172
まごころケア塩釜	〒985-0043 宮城県塩釜市袖野田町39-2	jms@cococn.ocn.ne.jp	022-362-2030	022-362-3303
まごころケアサービス 福島センター	〒960-2262 福島県福島市在庭坂字南林60-2	magokoro@safins.ne.jp	024-573-7539	024-591-5441
まごころケアサービス 二本松センター	〒964-0903 福島県二本松市根崎1-9	kuwabara.masaaki@ivory.plala.or.jp	0243-22-0112	0243-22-0112
まごころケア国見	〒969-1761 福島県伊達郡国見町大字藤田字南54-2	magokoro923@yahoo.co.jp	024-585-5923	024-585-5924
まごころケア千葉	〒262-0033 千葉県千葉市花見川区幕張本郷1-23-15 グランドウール第2 107号	magokoro12315@nifty.com	043-274-9711	043-274-9718
まごころケア横芝	〒289-1738 千葉県山武郡横芝光町鳥喰上2283		0479-82-1762	0479-82-1835
まごころケア京田辺	〒610-0331 京都府京田辺市田辺北川44番地	sqkg13630@leto.eonet.ne.jp	0774-64-3722	0774-64-3722
まごころサービス 岡山センター	〒703-8232 岡山県岡山市中区関19番地1	magokoronowa@mx4.et.tiki.ne.jp	086-278-2926	086-278-2966
まごころサービス 倉敷センター	〒706-0001 岡山県玉野市田井3-12-18	rappyon@lime.ocn.ne.jp	0863-31-6640	0863-31-5110
まごころケア高松	〒761-8052 香川県高松市松並町802番地1	magokoro@hyper.ocn.ne.jp	087-865-8001	087-865-8039
まごころケア国分寺	〒769-0102 香川県高松市国分寺町国分1284-1	ajisai@eagle.ocn.ne.jp	087-874-6625	087-874-6685
まごころケアにこにこ三豊	〒767-0001 香川県三豊市高瀬町上高瀬1883-1	nikoniko-mitoyo@shirt.ocn.ne.jp	0875-73-6750	0875-73-6751
まごころケア丸亀	〒765-0032 香川県善通寺市原田町1317-7	tyusan.n-377-p4376-o@wing.ocn.ne.jp	0877-64-0278	0877-64-0279
まごころケア屋島やすらぎ	〒761-0111 香川県高松市屋島東町1414	mal1ka1584yasuragi@swan.ocn.ne.jp	087-843-9590	087-841-3853
まごころケアサービス 大川センター	〒761-0904 香川県さぬき市大川町田面1198	okawa@samariya.or.jp	0879-43-3191	0879-23-2712
まごころケア西春日	〒761-8051 香川県高松市西春日町1510番地1	keisuke64kasai@gmail.com	087-869-1165	087-869-1195
まごころサービス 徳島センター	〒770-0923 徳島県徳島市大道3丁目22-1	magokoro@coral.plala.or.jp	088-624-6578	088-624-6585
まごころケア ぽっかぽか川之江	〒799-0101 愛媛県西条市川之江町1660-1	tani280610@yahoo.co.jp	0896-59-1150	0896-59-1150

「日本ケアシステム協会」会報

平成30年10月1日 発行No.145

発行所 〒761-8052 高松市松並町802番地1
 TEL087-815-0771 FAX087-815-0773
 編集発行人 兼間 道子
 郵便振替 口座番号 01610-0-92689
 印刷所 (株)成光社

まごころケア高松
 特例認定NPO法人 長寿社会支援協会

〒761-8052 高松市松並町802番地1
 TEL087-865-8001 FAX087-865-8039
 E-mail magokoro@hyper.ocn.ne.jp
 URL http://cho-jyu.info/