



みんなの力でみんなの幸せを

s a w a r a b i

さわらび

10

October
2007
vol.414

医学
講話

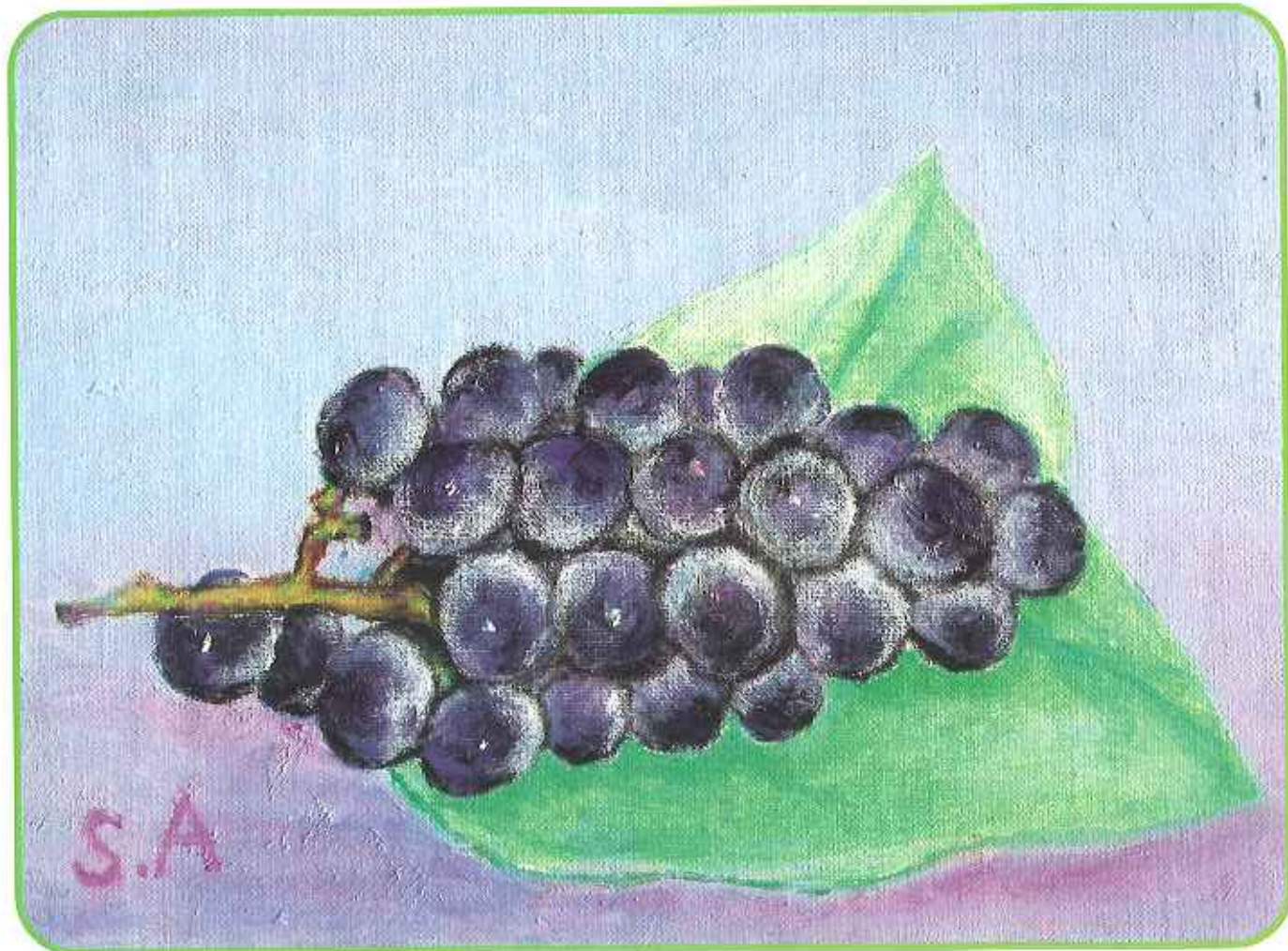
「長生きしてもぼけない生き方」

さわらび会理事長 山本 孝之

特集

介護をされるご本人様の身になって

より良いサービスの提供を



「長生きしてもぼけない生き方」



さわらび会
理事長
山本 孝之

認知症は、年をとるとともに多くなる病気で、90歳以上になると、女性の半分はほけません。

でも、認知症の遺伝さえなければ、以下の注意を守って生活されれば、120まで生きてもほけません。

食事

1. 食べる量

身長(m)×身長(m)×23(kg)の体重で、お隣のまわりを男性85cm、女性90cm以下に保つ量だけを食べることに。

毎晩お風呂へ入る前に、体重と腹囲をはかって、その日の食事についての反省をしましょう。

2. おすすめの食物

魚(サバ、サンマ、サケ、イワシ、マグロなど)、貝(カキ、アサ

リ、シジミなど)、海藻(ノリ、ワカメ、ヒジキ、モズク、コンブなど)、大豆とその製品(特に納豆)、ピーナッツ、脱脂粉乳、チーズ、緑黄色野菜(ホーレンソウ、コマツナ、レタス、春菊、ブロッコリー、ピーマン、ニンジン、カボチャ、トマトなど)、果物(柑橘類、イチゴ、キウイ、メロン、リンゴ、柿、桃など)、芋類、きのこ類、ソバ、ゴマ、シソ油、ナタネ油など。

食物の種類は多い方がよいから、おすすめ食品を一日30種類以上とり、そして、毎日献立を変えて食べれば、最高です。

一日1回魚を食べると、ほげにくくなりますし、魚を食べない人は、よく食べる人の5.3倍ほげます。

3. 危険食

霜降り肉、豚肉、コンビーフ、卵黄、レバー、バター、マーガリン、ベニ

バナナ油、トウモロコシ油、砂糖とピールは、なるべく控え目に。

4. 味つけはうすく

5. 水分はたっぷりとり特に緑茶を

6. よく噛んで

7. 食事の時間は規則正しく

特に、夕食は必ず寝る3時間前までに。

8. 家族と一緒に楽しく食べて

運動

運動は、認知症予防に大変役立つものですが、高齢者では、運動を始める前に、必ず、主治医の診察を受け、その指示に従って下さい。

1. おすすめの運動

散歩、太った人は温水プールでの

歩行、社交ダンス、体操、自転車、太極拳など。

2. 運動する時間

冬の早朝、夏の炎天下、そして、食前の空腹時に、運動するのは危険です。

3. 紫外線対策

紫外線にあたりすぎると、認知症、ガン、老化が促進されますから、夏は半袖、木陰で、冬は長袖で日光にあたりながら運動を。

4. 仲よく一緒に運動を

独りで運動するよりも、配偶者や友人と一緒にする方が、楽しくて、長続きします。

5. 頭の怪我をしないように

適量飲酒

お酒は全く飲まないよりも少しは召しあがった方が、ほげずに長生きできます。

適量は、日本酒なら1合、赤ワインならグラスに1〜3杯。

食べながら時間をかけてゆっくりと飲みましょう。

ビールをよく飲む人は、認知症が2倍発症します。

禁煙

タバコを吸う人は吸わない人の2倍、ヘビースモーカーは3倍ほけます。

どうしても禁煙できない人でも、ニコチンの貼り薬かニコチンガムを使えば、禁煙できます。

血圧の調整

血圧は、年をとるとともに、上の血圧はどんどん上がり、下の血圧はだんだん下がってきます。また、血圧は、本来、昼間は高く夜は低いものです。高齢者では、夜になって血圧が下がらなかつたり、また、朝急に血圧が上昇したりして、変動が著しくなることがあります。

このような血圧の上昇と変動は、認知症発症の最大の要因となります。

だから、朝起きた時と夜寝る前に、腰掛けた姿勢で、上腕用の自動血圧

計で血圧をはかり、上の血圧が140以上でしたら、降圧剤を飲むように。

糖尿病の患者さんでは、130以上で降圧剤が必要です。

血糖の調整

最近の研究によれば、糖尿病とアルツハイマーの間には、共通の発症機構があり、糖尿病の患者さんは、46倍もアルツハイマーになりやすく、その上、インスリン治療をしている人では、一段とアルツハイマーになりやすいとのこと。

高齢者糖尿病の治療にあたって、血糖値を正常に近づけようとして、しばしば、低くなり過ぎ、しかも、ご本人はそれにお気づきにならないことが多いために、認知症になりやすい面もございます。

だから、ご自宅で簡易血糖測定器を使って、食後2時間の血糖値をはかり、それが200位になるように、食事の調節をすることが大切です。

昼寝

睡眠は、記憶を定着させる重要な

働きをしますから、毎日午後2時頃、20分か30分位昼寝をして、夜の睡眠の質を高めますと、アルツハイマーの発症が1/5になります。

但し、60分以上も昼寝をしますと、体内時計のリズムが乱れますから、逆に、アルツハイマーは2.6倍になります。

いつも楽しく幸せに

辛く悲しいことや、不安、心配などが、認知症を起こす強力な引き金となります。

1. いつまでもよくよしない

いつ何が起るか分からないのが人生ですが、何があっても落ち込まず、いつまでもよくよしないこと。

私達は、どんなストレスもすぐに発散させるすべを日頃から身につけておき、また、悲しんでいらつしゃる高齢者を見かけたら、優しく支えてあげましょう。

2. 趣味を持つて楽しく

読書、音楽、旅行、カラオケ、麻雀、将棋、園芸など、ご本人が楽しめるものならなんでも結構。

認知症になりたくなかったら、自分の好きなことをやって、毎日を楽しく幸せに過すように。

3. みんなの役に立つ働きを
自分は全く役立たずだと感じることは、悲しいことはありません。今、自分の出来ることで周りの人に役立つ働きを毎日してゆきましょう。

4. 夫婦仲よく

独身の人は、夫婦者の2倍ほけます。配偶者の怒りは、我慢して黙って受けとめ、悲しみは、ともに泣いて慰めあいましょう。

5. 友人との付き合い

友達付き合いの少ない人は、8倍ほけやすいですから、同好会、同窓会やご近所の寄合などには、積極的に参加なさって下さい。

6. 年をとつたら環境を変えない

引越し、自宅の新築、改造、入院など環境が変わりますと、どうしたらよいかわからず、悩んだり心配することが多くなりますから、認知症発症の引き金となります。

年をとつたら、なるべく環境を変えないように心がけましょう。

さわらび



◎2007年9月13日講義

「認知症の予防」

さわらび会 理事長 山本孝之

認知症は脳の病気ですから、これを予防するには、脳の特徴を知ることが大切です。

脳の特徴

頭の血のめぐりの善し悪しが、脳の働きを左右し、認知症の発生とその経過を決定します。

頭の血のめぐりは、動脈硬化と不安や不幸で悪くなり、楽しくて幸せですと良くなります。

脳の神経幹細胞からの新しい神経細胞の発生は、自由で楽しい時に多く、ゆううつだと少なくなります。

折角、発生した神経細胞も、ストレスが続いたり、脳への刺激が少な

いと死んでしまいます。

脳は、私達の体の中で、番多く活性酸素が発生する所ですが、脳では、この活性酸素を消す抗酸化酵素の働きが弱く、その上、活性酸素で傷害されやすいものが多いですから、脳は酸化ストレスに最もやられやすい臓器です。

更に、最近、糖尿病とアルツハイマーとは、その発症機転に共通項が多く、糖尿病の患者さんは、普通の人の4.6倍アルツハイマーになりやすいことが分かってきました。

認知症予防の原則

認知症にならないようにするには、動脈硬化と酸化ストレスを予防し、糖尿病の発症と進行を抑制し、かつ、いつも楽しく幸せに、みんなと仲よく暮らすことが重要です。

認知症を予防するための、日常生活での具体的な注意は、今月号の医学講話（2ページ）に書いておきました。ご参照下さい。



◎2007年9月27日講義

「成年後見人制度について」

さわらび地域包括支援センター

社会福祉士 石川 正敏

成年後見人制度は、認知症・知的障害・精神障害などにより、自分で物事を決める自信がなかったり、判断が十分にできなくなった場合に、自分に代わって自分の思いを大切にしながら、法的な手続きを決めてくれたり、アドバイスしてくれる人（成年後見人等）を家庭裁判所で決めてもらう制度です。

判断能力の低い本人の代わりに財産管理をする事や、身の回りの生活支援の調整をしていくことを、法律で認められた成年後見人等が支援していきます。

例えば、一人暮らしの高齢者が認知症で入院をしているが、本人の意思は確認できず、会話が成り立たない。本人は父親の財産を相続しており、その家賃収入と年金収入で暮らしている。弟夫婦が身の回りの世話

や財産管理をしているが、他の兄弟は横領をしていないかと不信感を持っている。こういった場合に後見人の申し立てをし、後見人として本人の財産管理を法的にきちんとすることが出来ます。もちろん家庭裁判所への財産管理の報告義務があります。

軽度の知的障害をもつ子の親の事例ですが親じき後のことが心配。悪質商法の被害にあったりしないだろうか。こういった場合には前もって親と第三者の後見人（弁護士・司法書士・社会福祉士・法人など）と任意後見人契約を結んでおけば、親亡き後も本人の生活を後見人がサポートしていきます。

地域包括支援センターでは、高齢者の権利擁護についての相談をさせていたでいます。また、地域の高齢者の様々な相談に応じることが出来るように、保健師・主任介護支援専門員・社会福祉士が配置され、それぞれの専門性を生かしながらチームで業務をしています。



「JPP事業」開発に
あたって

インドは、人口11億人のうち約30%が貧困家庭であり、世界の妊産婦死亡者の25%（1/4）がインドであるといわれています。インドのシン首相は今年の8月15日に開催された独立60周年記念式典の席上で「脱・貧困」宣言を発表しました。

この度私たちは、日本のODA国家予算のうち約1千万円を使って、アーナンダ病院を基点として「保健衛生教育と人材育成」を行うJPP（JICA PARTNER PROGRAM）事業をJICAとの間で契約しました。

このJPP事業は重大な使命を持っており、インドの子供達と婦人達をみると、生活環境にもよりませんが、基礎的な保健衛生教育の必要性が大きく、今回、妊産婦の母子健康手帳の利用を計画しました。このことにより妊婦、乳幼児の死亡率改善を進めます。母子健康手帳の利用はインドネシア、マレーシア、ネパール等ではすでにJICA事業のもと国

家的に取りあげられ、普及が図られているのに、インド政府には立派な計画はあっても、未だ普及していないといわれております。ニューデリー

市においても、ポリオワクチンの接種を受けたにもかかわらず、その記録が各家庭には皆無であります。MCH（Maternal Child Health）ハンドブック（母子健康手帳）には検診とワクチン接種記録簿があります。

この私たちのJPP事業は、婦人・妊産婦・子供達の幸せの回復につながる小さなプランでありながら、大きな目的を持ち人々の生活向上に貢献でき、平和な生活発展に寄与出来ることを期待するものであります。

今後ともご支援ご協力賜りますようお願い申し上げます。



●インド福祉村病院のスタッフのみなさん

JPP事業の概要

① 対象国名	インド国ウッタル・プラデシュ州(UP州)
② 事業名	北インド農民民への保健衛生教育と人材育成
③ 事業の背景と必要性	インド・UP州クシナガラ地域は貧農村民が多く、かつ保健衛生の整備も遅れている。これらにより栄養不良、貧血、感染症罹患、及び妊産婦の死亡率も高い。インド政府開発計画は第10次5カ年計画(最終年度2009年3月)として、母子保健衛生向上(栄養指導、妊婦検診、母・乳幼児の感染予防)等を掲げている。この計画に従い、アーナンダ病院で基礎的な保健衛生教育を行うことで、衛生的で感染症の少ない生活向上に貢献する。アーナンダ病院は8年間の診療実績があり、これを基盤として妊婦指導、母子健康手帳配布、乳幼児の感染症予防等に高い効果が期待できる。また、アーナンダ病院内に教育ホールを建設し、保健衛生と感染予防教育の知識向上及び保健普及員の人材育成の場としても活用し、此の普及員が各村落で指導できる体制を整えたい。
④ 事業の目的	1. 対象地域村民の基礎的保健衛生の知識普及 2. 感染症の軽減と予防対策の普及 3. 母子健康手帳配布による母子衛生の向上
⑤ 対象地域	インド国ウッタル・プラデシュ州クシナガラ県クシナガラ・シルシア地区
⑥ 受益者層	対象地域の女性と乳幼児、子供(約12万人)
⑦ 活動及び期待される成果	1. 基礎保健衛生指導の巡回指導により住民の関心と理解が強まる 2. 教育施設により各種保健衛生指導環境の充実が進む 3. 病院内での各種講習会の実施が計画される 4. 母子健康手帳配布と妊婦検診の充実により継続的な検診が可能となる 5. 保健衛生普及員の育成が進み、保健衛生環境が改善される
⑧ 実施期間	2007年9月1日～2010年8月31日

障害者と障害児支援

* 田原市の障害児支援

以

前、田原市内には障害児を受け入れる施設等の設備がなく、障害をもつ児童とご家族の方は、隣接する豊橋市まで通ったり相談に訪れるしかありませんでした。

そういった状況をご家族から見聞きすることでかねてからサービスの必要性を痛感していたさわらび会は、田原市との委託契約により、平成17年7月に障害者居宅介護事業所田原事業所を、そして平成18年6月に田原市障害者生活支援センターを開設しました。今回は、その事業内容を紹介します。

田原市障害者生活支援センター事業

● 田原サロン

田原市内にお住まいの障害をお持ちのご家族の皆さんや事業所の職員、行政の方、ボランティア、地域の方など、どなたでも参加でき、お茶を飲みながら気軽にお話をする会です。

- 長期休暇中の児童宿泊体験グループ宿泊・個別宿泊等、個別のニーズに応じています。

● 児童放課後アートクラブ

講師を招き、創作活動を行います。お子さんの活動中は、支援ワーカーとご家族の方でグループ相談会を実施しています。また、その他スポーツ教室・パン教室・調理教室等の教室活動や児童緊急預かりを行っています。対象年齢、時間等はお問い合わせ下さい。

放課後児童クラブ(学童保育)へのヘルパー派遣事業

障害を持つ児童が、安全に放課後児童クラブに参加できるよう、個別支援が必要な児童に対しヘルパー派遣をし、健常児とともに地域の中で暮らしていけるような支援を目指しています。

小さな声を大切に

現在まで「田原サロン」の中でさまざまな要望やご意見をいただき、それを参考に「障害児支援」を田原市独自の事業として委託契約し、実施してきました。

なかでも、障害をもつ小さなお子さんを抱えるご家族から、「養護学校を卒業した後は大変だと学校から聞いているが、実際はどうなのか知りたい」という意見が出され、お子さんがすでに成人した「先輩」から

話を聞く「十年後を語る会」がサロンから発展した形で開催され、内容も非常に充実したものとなりました。まだまだたくさん「小さな声」があります。

- 養護学校の分校を田原に！
- 児童デイサービスがほしい
- 発達障害児の支援を

などなど。これからも「小さな声」を大切にし、障害をお持ちのお子さん達も「すこやかに」地域の中で暮らしていけるような環境作りに取り組みでいきたいと考えています。



● ダンボールアート 児童放課後アートクラブにて



お問い合わせ等は…

田原市障害者生活支援センター

☎ 0531)45-3828

090-3484-2452

田原市赤羽根町赤土1

赤羽根福祉センター内 池田まで

* ネットワークで支える高齢者支援

65

才、その時障害者は福祉施策の変動に伴い、大きな不安に駆られます。障害者制度と介護保険の間で揺れる高齢障害者達。今回は具体的に高齢障害者が抱える問題を提示し、何が出来るかを考えていきたいと思います。

施設入居者

「介護保険適用除外施設」である身体障害者療護施設「珠藻荘」には継続利用を希望された65才以上の利用者の方がたくさんみえます。

制度上、障害を有する方は65才を迎えたら、介護保険を優先して利用することになります。障害者施設に入所の方は、特別養護老人ホーム等の高齢者施設への移行を考えなければなりません。しかし、65才になったからといって、高齢者施設に移るにはいくつかの問題があります。その問題の一つに、利用料の増加

があげられます。例えば珠藻荘の利用料が月額6万円程度の方が、高齢者施設へ移行した場合、介護度や施設のスタイルにもよりますが、月額6〜10万円程かかるようです。収入が年金のみの方には、利用料の増加は大きな負担になります。

また、65才という年齢ではご本人のニーズや目標の設定が高い為、障害者が高齢者施設での生活に対応してゆけるのか？また、障害特性から特に自閉傾向の強い知的障害者等への対応が、人員配置の厳しい介護保険施設で行えるのか？といった課題もあります。

在宅障害者

在宅障害者は、施設入所者と違い、65才になるとすぐに介護保険を利用することになります。しかし、これは在宅障害者にとって非常に大きな問題であり、継続して安心した生活

を送るためには多くの課題があります。

「昨日まで来てくれていたヘルパーが明日から変わる」ことで、今まで通りの日常生活が行えなくなってしまう知的障害者の方もみえます。

高齢者を専門にヘルパーをしてきた方が、自閉、多動傾向の強い知的障害者へのヘルパーとしてどこまで対応できるかという問題もあり、なかなかヘルパー派遣に対応してもらえないのが現状です。

また、介護保険を利用するために要介護認定を受けなければなりません。調査項目が適合しない面が多くあるため、実際より低い介護度が出てしまう可能性があります。それにより、今まで使えていたサービスの量が減ってしまうことになってしまいます。

障害者制度では社会参加を重視していますが、介護保険制度では外出などの支援が出来ません。制度上で

は双方を上手く組み合わせ利用すれば、外出などの社会参加は行えますが、支援者が「障害のことはわからない」「高齢者のことはわからない」では、利用者にとって不利益となる制度になってしまっているのではないのでしょうか？

障害者が高齢になっても、自分らしく安心した生活が送れるよう、さわらび会では高齢者施設、障害者施設、高齢者在宅サービス、障害者在宅サービスの各事業所が協力し、月に一度「在宅医療福祉部会議」を開催しています。高齢者・障害者の課題解決のための非常に有効なシステムであり、様々な情報交換や現場レベルでの話し合いを行っています。

また、さわらび大学を有効に活用し、高齢者施設の職員にも障害者に関する講義を受講していただき、障害特性の理解につなげてゆきたいと思えます。

●特集

介護をされるご本人様の身になって より良いサービスの提供を

身体障害者療護施設 珠藻荘の取り組み

職員の利用者体験とは？

珠藻荘では、職員の発案により施設利用者の方を想定した利用者体験を行いました。車イスでの生活や、視覚障害などの障害を持った状態を体験し、施設で普段されている介護を受ける側になってみました。

私達職員は介護に必要な知識、技能を身につけた上でサービスの提供をさせて頂いています。それなのに、なぜそのような体験が必要なのか、と思われるかもしれませんが、しかし知識や技能といったものは、あくまで「身体の介護」だけの話です。珠藻荘は介護だけではなく、身体に障害を持った方々が生活をする場所です。利用者の方を想定して「利用者の生活を体験する」ことが、より良

いサービスの提供には不可欠であると考えました。

日常生活の中では、周囲の環境や季節、温度、日照など、普段あまり深く考えないことや感覚に依存することが多くあります。利用者の方々が互感で感じる問題などは、毎日介護をしている職員でも気がつかないことがたくさんあります。それらに気づき、改善するべき点を知るために、利用者体験が必要だと考えました。

体験の実施方法

単に介護技術の問題ではなく一日の生活に基づいた問題を洗い出すため、体験は朝から夕方までを原則として行いました。これはあくまで

職員の自主的な活動であるため、利用者のみなさんに迷惑にならないよう、休みを使って行いました。

また、利用者体験をする職員は全職員としました。介護士だけではなく様々な職種からの違う視点で体験を行い、様々な角度からの考えを出していく事が必要でした。

利用者のみなさんも協力してください、方針や体験方法などについて、幅広く様々なご意見をいただき、より内容の充実したものにしていきます。こうして利用者と職員が協力して利用者体験を行うことができました。大きな収穫でした。

視覚・聴覚障害の体験を通して

私の利用者体験の様子を紹介させていただきます。

私は、視覚・聴覚・発声を封じて一日体験を実施しました。目が見えない・耳が聞こえない・声が出せないという想定です。まず驚いたのが、日課の時間には職員が誘導してくれ



たので、これから何か活動があるのだと理解できましたが、待ち時間には何をしていたのか分かりませんでした。また、施設内を歩いてみると、廊下にはカドのものがつたものや倒れやすいものが置かれていないので、考えているほど危険ではありませんでした。何より、手さぐりで歩いていると職員が手を引いて誘導してくれたので安心しました。

食べる事は楽しみの一つと言われますが、驚いたことに視覚・聴覚が無いせいか味はほとんど感じず、食感を楽しむ物になっていました。全身の触覚は鋭敏になり、室温は職員が快適でも肌寒く感じ、風邪を引くのではないかと心配しながら過ごし

ました。また、時々通りすがりにポ
ディタッチで挨拶する職員がいまし
た。私は以前より、「あまり触るの
はストレスに繋がるのでは？」と考
えていたのですが、自分には予想外
に嬉しいものでした。日は口ほどに
……といいますが、肌も口と同様に相
手に語りかけてくるものでした。

職員の利用者体験を終了して 職員研修会での共有と課題

各自が体験で気が付いた事、感想
を施設内職員研修にて発表、意見交
換を行いました。意見として多かつ
たのは、職員と利用者さんとの体感
温度の違いでした。夏場では冷房を
強く感じ、冬場では暖房の中にい
ても肌寒さの訴えが多かったです。他
には、職員の偉かな仕草、歩行速度
なども目に付くことが多かったよう
です。速く歩くので話しかけにくい
などは実に反省すべき点です。また、
職員側の都合で利用者さんの日課を
規制しているように感じたことなど
もあり、日課の見直しも考えていか



▲目が見えないと、わずかな段差が転倒につながります。

なければならぬと感じました。研
修会には、元は珠藻荘の利用者でも
ある副施設長の田中さんにも同席し
ていただき、率直な意見を頂きまし
た。

今回職員間で再認識・共有した問
題点をこれからどのように改善し、
生かしていくかが重要で、それこそ
が利用者体験を行った目的でもあり
ます。

僅か、日の体験でどれ程のことが
分かったのか、利用者さんへの理解
が深まったのかは疑問が残ります。

この程度の事では表面しかわからな
いと思われるかもしれませんが。しか
し、これで終わりではなく継続して
利用者体験を行い、情報を共有する
ことで、よりよいサービスの提供を
常に求めていきます。一步一步確実
に歩を進めるために、今後も利用者
のみなさんの協力を頂き、問題点の
抽出、改善に務めていきたいと思
います。

東海北陸大会にて発表

今回、身体障害者施設の東海北陸
大会にて発表する機会を頂きました。
ありがたいことに、予想以上の反響、
ご意見を頂く事が出来ました。これ
から、障害者の施設のみならず、高
齢者の施設においても被介護体験を
実施して頂けたら幸いです。(高松)

職員の利用者体験を通して 珠藻荘自治会 会長 佐藤行央

珠藻荘の職員が、私たち利用者の
障害を想定して、車イスや目隠し、

片手を使えなくなるなどの工夫をし
て、日体験を行いました。

体感温度の違いや歩く速さなど、
私たちがより暮らしやすくなるには、
どのようなことがポイントになるの
か知ってもらえたと思います。職員
が私たちと同じ視線に立って、同じ
問題に気がついてくれたことが嬉し
いです。これからも利用者や職員が
協力して、より良い珠藻荘にしてゆ
きたいと思います。



▲利用者のみなさんの助言を生かし、1日の体験を行います。



• SPYKER FORMULA ONE TEAM
<http://www.spykerf1.com>



灼熱のヨーロッパ
トルコGP・イタリアGP・ベルギーGP
価値ある3連続完走

そして舞台は日本へ!!

◆ Photo / IMAHARA Taro (TIPP)





Schedule
of
Sakon

2007 F1レーススケジュール

開催日	開催国・開催地
10/07	中国
10/21	ブラジル



選

ばれし世界最速の男たちが、チャンピオンの名をかけて命がけの戦いを繰り広げるF1グランプリ。

今季、F1直下のGP2に参戦し活躍をしていた山本左近選手は、その類まれなセンスが常にF1界から注目されていた。そして、シーズン半ばにしてスパイカーF1チームからの要請を受け、F1の舞台に舞い戻った。

昨年はスーパーアグリF1チームから参戦し、一戦ごとに確実な進歩を遂げた左近選手の驚きの能力。最終戦では一番難しい区間で、マクラーレンやルノーなどの並みいる強豪よりも速い走りを見せた。不利な状況の中、車の限界性能を引き出した結果だった。その続きが見られることに、期待が膨らむ。

現在、F1の世界で戦う日本人はわずかに二人。日本のモータースポーツ界にとって左近選手の存在は大きい。

そして9月、早くも参戦2戦目のトルコGPで、チームの指示どおり見事な完走を果たした。急な参戦のため左近選手のマシンセッティングは間に合っておらず、パーツやタイヤのテストをしながらのレースだった。

私たちが普段運転するとき、タイヤやエンジン音など、不安のある車を運

転するのは本当に怖い。それなのに、左近選手は時速300キロで戦いながら車の調整を行うのである。まさに命がけであり、左近選手の技術や勇氣は私たちの想像をはるかに超えている。

昨年、左近選手をレポートしたダウンタウンの浜田雅功さんは「さっきまで普通に話していたのに、ある瞬間からレーサーの目になった。声をかけられない。」とレース直前の様子を表現した。まさにその集中力、レースへの姿勢、そして抜群のセンスがあるからこそ、スパイカーF1チームは左近選手に助けを求めた。そしてトルコGPに続いて行なわれたイタリアGPでは、待望のBスベックマシンが投入された。これは空気の流れやサスペンションの改良がされたマシンで、左近選手も「乗りやすい」と評価した、これらが期待されるマシンである。

そのイタリアGPで、まだ不慣れなはずのニューマシンで左近選手はまたも完走を果たした。手選ではかなりのペースでアタックをしていたものの、ライバルに進路をブロックされてしまったタイムが伸びなかった。その苦境にも「もう起きてしまったことだし、明日のレースに向けて集中力を高めてい

く。」と、さわやかなコメントを残した。

レースでは、そのコメントの通り、集中を切らさず前へ前へと走り続けた。今回もレースをしながらのマシン調整が続いたが、チームの期待どおり完走し、貴重な情報を収集した。その上でライバル達を抑えて順位を上げ、昨年のチームメイトの佐藤選手とも長時間にわたり見ごたえのあるバトルを繰り広げた。

そして欧州ラウンド最後となるベルギーGPでは、一台また一台とテクニカルなコースにリタイアするマシンが出てくる中、左近選手は終始危なげない走りを見せ3戦連続で完走した。

Bスベックマシンになりまだ2戦目。手探りの部分が多くチームにはたくさん不安もあるだろう。最初のピットストップではウィングの調整までをも行った。しかし左近選手は、それを不利だとは決して言わない。常にチームを励まし、メカニックに感謝を表し、そしてBスベックマシンの性能を確実に引き出していく。チームの志気を高めるように前へ前へと走りつつ確実に完走をし、チームにより多くの情報を提供している。

施設長直筆の書で
季節感を



ジュゲム施設長・金井芳之

この夏はとにかく全国的に異常な猛暑であった。私の経験では、特に東京地域であるが、数十年ぶりという感がある。九月に入っても夏日は相変わらず続いているが、流石に朝夕はしのぎ良くなってきた。「暑さ寒さは彼岸まで」とよく言われるが、ことしは本当にそうなるのだろうかと思いたくもなってしまう。しかし自然を良く観察すると、確実に秋はやって来ているのだ。抜けるような青さの野依の天空にひと筋の飛行機雲を認めた時、確かに秋の風情を感じる。今日この頃である。

ひと筋の

飛行機雲に

天高く

芳之

さわらび日記

11月19日・8月19日・9月

■福祉村病院・ジュゲム

8月17日 合同懇話会(陸奥市)

18日 医療法人さわらび会45周年記念講演会
並びに懇話会(小ナルメソシアにて開催)

19日 いきいきフェスタのウォークフェスタ
に病院看護士も参加

21日 野依健康教室にて理事長が「人生を生き
てもいけない生活」について講話

28日 名古屋山認知症介護実践者研修会にて
伊勢弘之副院長が「認知症の医学的理
解」について講話

29日 病院NST主催「治療職場へ」(理事
長出席)

30日 豊川市民病院土曜講演
会にて伊勢弘之副院長が「最新の認知
症治療」について講話

31日 早稲田大学
ジュゲム職生会

9月5日 LAKERT 施設委員会

7月 さわらび荘委員会に理事長出席

8月 ファイオンスクラブ合同アクティビティ
に理事長出席

10日 名古屋大学医学部学生会(理事長出席)
埼玉県・埼玉県看護協会主催講演会に
て伊勢弘之副院長が「認知症ケアあな
たならどうする」について講話

11日 第一さわらび荘教生会にて理事長出席

12日 シュゲム幹部会

13日 シュゲム家訪会

14日 さわらび入塾「認知症の予防」さわら
び心本キックオフ

18日 福祉村病院倫理委員会

20日 徳島県などミニオンスクランON30周
年記念大会実行委員会に理事長出席

21日 若狭介護学会に理事長出席

24日 施設委員会(理事長出席)

■さわらび荘

8月17日 徳島県于土市消防団救急隊(小野 中消防
団)

20日 在野区医療福祉推進委員会(施設長・
施設副・渡辺・松本・渡辺 第一さわら
び荘)

21日 地域包括支援センター打ち合わせ会
(松本・石川 市役所)

24日 介護保険事業推進委員会(福原・渡辺・
渡辺 名古屋)

24日 愛知県住宅介護事業推進協議会リ
マネーチャーター組合後援会例会(白井
名古屋)

25日 豊老協会(施設長 市役所)

26日 愛知県老齢福祉士研修(柴田美 名
古屋)

28日 ビアガーデン

30日 認知症介護実践者研修(柴田竹 白井
有 20日)

9月4日 愛知県認知症グループホーム連絡協議
会役員会(施設長 名古屋)

5日 石巻民生委員連合会(松本・石川 浪
見 石巻地区市民館)

6日 小イブ(松本 6日)

7日 愛知県老齢福祉士研修会(渡辺美
名古屋)

8日 防災訓練

9日 家族介護者交流会(松本・石川 浪見
パシフィックススナーツ)

10日 敬老祝賀会

11日 福祉の就職フェアin豊橋(施設長
土井 商工会議所)

12日 青木幼稚園訪問

13日 介護給付等委員会(施設長 市役所)

14日 福岡ケア会議(松本・渡辺・石川 本江
岡山 つつじヶ丘地域福祉センター)

15日 豊橋市保健所巡回指導

■第二さわらび荘・カサデローザ

8月16日 豊老会

17日 認知症委員会(長坂 市役所)

18日 徳島県三書及同協議会(井上・白井)

19日 医療法人さわらび会45周年記念講演
会(山本施設長)

20日 在野区医療福祉推進委員会(長坂・奥野)

21日 介護保険推進協議会(長坂・奥野)

22日 海外出張(山本施設長)

23日 老人ホームニッポロ野津ケア会議(奈良
施設長 岡崎市)

24日 豊橋市老人福祉施設協議会と介護保険
課の懇話会(長坂 市役所)

25日 栄会上研修(長坂 名古屋)

26日 東海北陸介護協会(山本施設長
福井県 30日)

29日 認知症委員会(長坂 市役所)

30日 愛知県・名古屋市中野区(山本施設
長)

9月5日 豊老会(名古屋)

8日 タママネ講習会(長坂 名古屋)

福祉法人研究会(長坂 豊橋西工芸院)

「お遍路さん」

～四国八十八ヶ所めぐり～

第15回

厄落としの階段に一円玉



福祉村病院 副院長
伊莉弘之



平成十五年三月二十一日、お遍路さんの二泊三日が三月月ぶりに再び始まった。名古屋から神戸経山で徳島へ。海岸沿いを南下して阿波の国最後の霊場、第二十三番医王山（いおうざん）薬王寺（やくおうじ）へ。

この寺には「厄落としの階段」がある。三十三段の女厄坂、四十二段の男厄坂、六十一段の還暦の厄坂がある。厄年の人は一円玉を置きながら一段一段をお参りしながら上がることで厄が落ちるという。「お金を踏んでもいいの」と中二の娘。「お参りしながら上がれば踏んでもいいんだよ。それで



「厄が落ちるんだから」と母。

階段を上がりきると遠くに日和佐の海岸が見える（写真の左上）。日和佐はウミガメ産卵のために上陸する景勝地として有名だ。「日和佐のおやくっさん（お薬師さん）」と親しまれている薬王寺の本尊薬師如来は二体ある。一一八八年に寺が焼失した時、本尊は光りながら西へ飛んでいった。再建後新しい薬師如来の開眼供養を行っていると、飛んでいった先の本尊が戻ってきて後ろ向きに本堂に入ったといわれている。戻ってきた「後ろ向き薬師」は本堂の裏からお参りした。「今でも飛べるのかなあ。不思議だね。」と小三の娘。

思い出に残る 敬老会



さわらび会の各施設では、それぞれ工夫を凝らした敬老会が行われました。老人保健施設ジュゲムの敬老会では、福祉村保育園の園児達が遊戯を披露しました。1〜3歳までの園児20名が、歌と踊り、タンバリン演奏を、生懸命行いました。

子ども達にとっても日頃の練習の成果を披露する絶好の機会ですので、皆はりきって歌ったり、踊ったりしていました。子ども達のかわいい姿におじいさん、おばあさんは目を細め、「かわいいね」

「小さいのによくできるね」「私たちもがんばらなきゃね」と話されていました。とても有意義な敬老会になりました。



- H19・8・15～9・14
- 市内八町通一〇一七 壹百萬円
 - 森 澄氏
 - 市内若松町中山三七 参萬円
 - 島田寛三氏
 - 市内牧野町九〇 伍千円
 - 小松ツメ氏
 - 東部世田谷区深沢五三〇一三 壹萬円
 - 竹木成之氏
 - 新城市南畑七四 壹萬円
 - 光田屋様
 - 市内入舟町二〇 壹萬円
 - 藤三忠薬品
 - 名居市段西又五町三三三 壹萬円
 - ハヤシヒロ子氏
 - 市内大清水町字富士見八〇四一 壹萬円
 - 棟松谷建設
 - 市内小池町三六一 伍千円
 - 共和印刷様
 - 市内高塚町神田六八 伍千円
 - 田京徹明氏
 - 市内中岩田三丁目一 壹千円
 - 白井良治氏
 - 市内弥生町西豊和九一九 壹萬円
 - 林 昭氏
 - 市内菅町一〇 壹萬円
 - 市内野新松商店
 - 市内瓜郷町前川五〇一 壹萬円
 - 鈴木弘生氏
 - 市内間屋町一五二五 壹萬円
 - 藤スズケン
 - 市内東山町一五四 壹萬円
 - 菅竹山商店
 - 市内飯村北二丁目二六一一六 壹萬円
 - 南流川器械店
 - 市内東藤三丁目一七 壹萬円
 - 森田由利子氏
 - 市内内河町一〇〇 壹萬円
 - 中部ガク氏
 - 市内神野塚頭町三 壹萬円
 - 神野臨海様
 - 市内東新町三二四 壹萬円
 - 磯日医工新和
 - 市内野依町山中九一四 壹萬円

さわらび会後援会
寄附ご芳名

- H19・8・15～9・14
- 名古屋市中区新築一七一一二 四千百円
 - 東海労働金庫
 - 名古屋市中区徳川一二五一一八 参萬円
 - 柴田 伸氏
 - 名古屋市中区泉三三三二一七 壹千円
 - 富永 伸氏
 - 名古屋市中区山崎町八一三 壹千円
 - 西田篤子氏
 - 名古屋市中区徳川町二六二五 伍千円
 - 本田栄助氏
 - 名古屋市中区徳川一六四三三 伍千円
 - 鈴木玉忠氏
 - 名古屋市中区筒井二二〇一一 伍千円

インド福祉村協会
寄附ご芳名

市民病院名誉院長のご遺志にて、さわらび会後援会に壹百萬円のご寄付をいただきました。ここに厚く御礼申し上げます。



森外科ク
リニック院
長森澄先生
より御亡父
様の森泰樹
先生(豊橋市

- ご寄付の御礼
- 福礼村病院職員有志 四千百円
 - 匿名希望氏 壹萬円
 - 匿名希望氏 壹萬円
 - その他匿名希望多数の方よりご寄附頂きました。
 - 計 壹百貳拾壹萬円
 - 現在までにご寄附いただきました金額は
八億壹千七百伍拾貳萬
四千八百七拾伍円

- H19・8・15～9・14
- 神戶忠子氏 伍千円
 - 名古屋市中区小橋中一〇九二一四 参萬円
 - 嶋川 智氏
 - 名古屋市昭和区山花町五〇 壹萬円
 - 医療法人 生寿会
 - 理事長 酒井宏氏 伍萬円
 - 一宮市大和町名醫寺地蔵忠八八 壹萬円
 - 鈴木勝美氏
 - 名古屋市中区知意一〇一四七 伍千円
 - 小野純世氏
 - 岐阜県大垣市宝和町五 伍萬円
 - 香村晋吾氏 伍萬円
 - 香村光良氏 伍萬円

お礼コーナー
ありがとうございました

募金方法(インド福祉村)

■振込先
郵便振替・郵便振込 口座番号
〇〇八三〇一三二六五〇〇八
インド福祉村協会

■連絡先 軽費老人ホーム若菜荘
☎四八一―一三三八まで

- 計 貳拾萬八千百参拾百円

さわらび大学講座案内

- 10月11日(木)「高齢者の栄養支援チーム -NST(nutrition support team)-」
福祉村病院 医師 赤津 裕康
- 10月25日(木)「みんなの力で支える障害者の地域支援」
たまね荘障害者生活支援センター 相談支援専門員 松井 伸夫
- 11月8日(木)「高齢障害者の支援を考える-身体障害者編」
身体障害者療護施設 珠藻荘 介護士長 小原 正敏
- 11月21日(木)「高齢障害者の支援を考える-知的障害者編」
あかね荘障害者生活支援センター長 鈴木 正俊

※さわらび大学の開催は、第2・4木曜日の開催です。
時間は午後3時～4時。会場は、福祉村病院会議室です。
また、12～3月は風邪等の流行する季節となりますので、さわらび大学は休講とさせていただきます。
尚、都合により日程及び講座が変更となることとさせていただきますのでご了承ください。

●お問い合わせ・受講申し込み
軽費老人ホーム若菜荘
☎ (0532)48-1138 ㊟ (0532)48-2365

いつまでも
お元気で

あかね荘と珠藻荘の自治会から
敬老の日(に)心のこもったプレゼント




山本理事長から
敬老のプレゼントを
受け取る大野さん
(若菜荘にて)

秋の風景 ■ The Scenery of Autumn



●「キャベツの定植」(豊橋市東七根)

みんなの力でみんなの幸せ

2007年10月1日発行 早蕨 第414号

(昭和62年2月21日第三種郵便物認可)

充実した医療と福祉

- 特別養護老人ホーム さわらび荘 ☎(0532)54-3501
- 特別養護老人ホーム 第二さわらび荘 ☎(0532)37-1209
- 介護老人ホーム 若葉荘 ☎(0532)48-1138
- 身体障害者療養施設 珠蔭荘 ☎(0532)47-1050
- 知的障害者更生施設 あかね荘 ☎(0532)48-2825
- 福祉村病院 ☎(0532)46-7511
- 知的障害者授産施設 明日香 ☎(0532)46-6579
- 福祉村障害福祉サービス事業所 しろがね ☎(0532)48-1032
- 福祉コンビニ(東富町) ☎(0532)69-5666
- 第二福祉コンビニ弥生 ☎(0532)38-9090
- さわらび会障害者居宅介護事業所 田原 ☎(0531)24-0722
- 福祉村老人保健施設 ジュゲム ☎(0532)46-7501



社会福祉法人 さわらび会
公益法人

編集責任者: 武田和敏 印刷: 共和印刷所 定価: 100円

■表紙作品: | 巨峰 | 珠蔭荘 味岡 さよ子 (挿絵)

編集後記

生まれて初めてドームでプロ野球を観戦した。熾烈な優勝戦線真っ只中で大変盛り上がる球場の雰囲気と、観客を巻き込んでゆくように工夫された応援に、私も気がついたら声を出して応援していた。また、ファールボールもメジャーリーグのように観客にプレゼントされるなどファンサービスも充実してきている。幸運にも私も捕ることができたが、近くにいた子供さんにプレゼントさせていただいた。特にひいきの球団があるわけではないが、また行きたくなるような球場の雰囲気を感じた。私達も現状に満足することなく今以上に利用者の方達の幸せを日指さなくてはと野球を通じ、強く思うことのできた一日であった。

(武田)