りんご箱

ケアセンター成瀬住民の会だより　第１００号

2013年（平成25年）10月　発行：住民の会広報委員会　電話：729-0617　発行責任者　塚本　誠子

広報昔語り

―りんご箱一〇〇号に寄せて―

初代広報委員長　岩崎寿美男

１９９３年12月、「センター建設促進住民の会」の設立に伴い、会の広報として第一号を発行しました。これ以降、会員と地域住民の方へ向けて、会の活動内容の紹介などの目的で２、３ヶ月に１回発行してきました。

この広報は、誰でもが出来るだけ長く住み慣れた地域で暮らせるように、在宅での介護と、住民が共に支えあう地域作りを進める為の施設「コミュニティ・センター」造りをテーマとしていました。会員へは会の活動の現状について、地域へは様々な情報の提供と、住民の会への加入の呼びかけ、地域の声の収集などを伝えてきました。地域の方たちからは、住民の会の活動の支えがあれば「この町を私の終の棲家にすることができる」との声も寄せられていました。

当時、地域への広報は「介護の仕事は『公(おおやけ)』のことで一般市民がやることではない」と門前払いをされ、なかなか拡大できず、住民の会の活動を理解して頂くことが難しい時代であったことが思い出されます。でも、繰り返し広報することで支持される方も増え、発足当初、約３００世帯だった会員も１年後には７００世帯(会員数１０７８名)を超えていました。

ケアセンター成瀬が開所してからは『ケアセンター成瀬支援住民の会』の広報を継続してきました。この後、地域の高齢者介護は「介護保険」で扱われるようになり、住民の会の活動にも大きな変化が生じてきました。

当初「地域の高齢者が共に助け合い共に生きる」を理念に活動してきたことにも大きな影を落とし、全てに変化が生まれ、「共に生きる」ことを目指した地域作りも薄れていきました。広報も会員の内部機関紙のような活動が主になり、地域への広報はほとんど行われず、年月が過ぎました。

介護保険も様変わりをしていこうとしています。最近の高齢者を取り巻く状況は、住民が自らの手で活動を開始した頃よりも「地域の高齢者が共に支え合わなければ生きられない」状況が生まれようとしています。当時より高齢者が多くなったことで、むしろ深刻な状況が生じ、問題は深くなったといえます。

今、広報の昔を思い返すと、この20年の活動をベースに今一度「初心に返り」新たな活動を構築し直す時になったことを強く感じています。

目　次

＊広報昔語り　…Ｐ１
＊共にあゆむ住民の会　…Ｐ２・３
＊住民の会は今日も元気に活動中！　…Ｐ４・５
＊住民の会　広報のあゆみ　…Ｐ６
＊介護日記　その２　…Ｐ７
＊お知らせ　皆で編集後記　…Ｐ８

秋の大イベント

ケアセンター成瀬まつり　開催です！

日時　平成25年11月10日午前10時～15時

場所　ケアセンター成瀬・地下デイサービスフロア

※手作り品、バザー、産地直送農産物、お食事etc.

ぜひ、足をお運びください！！

共にあゆむ住民の会

『りんご箱』100号記念の一つとして、来し方を思い起こし、未来に繋げたいという思いで、住民の会の各分野から数名の方々にアンケートをお願いしましたところ、20名の方が回答を寄せられました。

①ケアセンター成瀬住民の会に入会されたきっかけは？

・医師西嶋先生の活動を通じて、必要性を感じた　９名
・地域で必要な施設だと思い、建設促進の会から入っている　４名
・友人の紹介　３名
・住んでいる近くでボランティアをしたい　２名
・親がケアセンターにお世話になった　１名
・亡くなった義母のボランティアを継いだ　１名

②広報紙「りんご箱」で、今までに印象に残った記事は何？

・「地域住民の活動を訪ねて」　２名
・葬儀についての詳しい記事、体験談　３名
・「心にふれあう街づくり」50号の座談会
・介護保険導入時の説明記事
・イラスト入りの介護に関する記事、認知症の方への接し方　５名
・「この人」
・実践的有意義で役に立つ記事。創和会・ＮＰＯアップルの情報など内容が充実してきて苦労が偲ばれる

今後どのような内容を取り上げてほしいですか？

・ボランティアグループに気軽に入っていけるような紹介記事
・高齢者に役立つ記事、老人の施策もよく変わるので分かりやすい解説
・健康な体力づくり、地域社会の住民の交流
・在宅介護をしている介護者の生の声を聞きたい
・現在多様化した介護関連施設の種類と内容の紹介。施設訪問記事
・自分が高齢になって、ケアセンターはどういう存在なのか？　今後どのような暮らしを望むか
・20年経った会員の考えの変遷、理想と現実
・難解な文章からわかりやすい内容へ（大分わかりやすくなったが）。ケアセンター関係の記事が多い、まだ「支援住民の会」なのかと錯覚
・会員からのホットなニュース（投稿）
・家庭介護や高齢者が自宅で暮らす工夫や情報を載せるのがこの紙面の使命では？
・住民の一人ひとりの声を聞き、取り上げるようになれば素晴らしい
・ダンケムジークの宣伝・報告は嬉しいが、これは一義的なものだと思う

③住民の会は今後どのように進んでいくべきだと考えますか？

一、団塊の世代を集団的に会に取り込み、世代交代により新しいテーマに取り組めるようにする。
二、新しいテーマの一案として、地域医療ケア集中システムを作り（医療・介護・終末関係の連携）の研究をする。（Ｉ・Ｙ）

超難問だ。皆で生み育てた「ケアセンター成瀬」本体に、今は「生きがいの場所」を与えてもらっているということを自覚すべき。老齢期は「今後」を見ようとはしない（見たくない、だから元気でいられるのだと思う）が、それは、個人ベースなら良いことだが「会」となると危機管理が必要。本体のお荷物にならないように。次世代へ繋いでいければよいのだが。（Ｔ・Ｔ）

世代交代の変化をうまくつかみ、いつまでも若々しい住民の会であってくれれば、と思う。（Ｓ・Ｔ）

作った責任上やはりケアセンター成瀬の支援を中心にした活動を行っていくべき。その様々な活動の中で培われた仲間とのつながりを大事にし、共生を目指していきたい。（Ｎ・Ｙ）

会員になって良かった、少しは自分が役に立たせていただけたという思いが持てるような会に。（Ｍ・Ｋ）

共助の精神の普及。ケアセンター成瀬（創和会）との関係をより緊密に、介護認定者予備軍への働きかけを。（Ｏ・Ｆ）

幾つかの老人クラブ、趣味活動の自主グループなど活発な地域だが、それらに参加できない方、弱い立場となった方、子育て支援を求める方、そんな地域で孤立しがちな方たちに役立てるような活動…。（Ｙ・Ｆ）

・有償のボランティアをもっと充実させて、成瀬台人材センターのような役目が果たせると良い。
・無償の純粋なボランティア（ケアセンター内でのボランティア）のコーディネート。
・相談窓口。気軽に相談や介護の情報が得られる場所や情報窓口。
・ネットワーク。いろいろなボランティア団体とのネットワーク。繋がり。
（A・S）

創和会もまだまだ経営的に大変だし、今後も支援活動を続ける必要がある。継続することが大事だ。
（T・S）

私達が造ったという自負がある。その後の運営で市の施設となってしまった。このように関わった人の優先度が全くない。政治のやり方に…誠に残念だ。
はっきり住民が関わって作ったことを主張すべきだ。政策によって少なくとも住民枠を設定しても良い筈。このことを建設に関わった方々、会員の方々に何らかの保障をせねばならず、私も皆さんにお詫びしなければと考えている。（M・T）

地域に発信しながらコミュニティを再生していきたい。「地域で老い、そして一生を閉じるには」をテーマにして。
（T・M）

初期の会員は年老いて、会員数は減るばかり…。中高年をとりこめる何かを考えないと、将来的に存亡の恐れがあるのでは？若い世代はケアセンターとイコールで拒否反応があるので、若い人に魅力のある講座を設けるとか（講師は有名人でなくて良い）その人達が何を望んでいるのか知ることも大事。人気のあるダンケムジークの会を利用して宣伝するなど、まずは会の存在を地域の人に知ってもらうことも大切。（N・M）

当地域は超高齢社会になりつつある。今までつくり育ててきた、創和会（介護事業者）・住民の会（ボランティア）・ＮＰＯアップルサービス（介護保険外の作業協力）の三者の協力連携はより大切になっている。ＮＰＯなどの活動を通じて後継者の育成が可能になる。住民の会は仲間づくりの役割を果たすことになる。この種の団体で数百名の組織ができたことは「ケアセンター成瀬」（活動拠点）が在ったこと。「りんご箱」の発行を持続することである。
（K・K）

会員のメリットを考えてしまう。「りんご箱」99号の編集後記にあるような―私にとっては大変頼りになる「ケアセンター成瀬」であり「住民の会」である―この気持ちを多くの住民の会会員が持てるような行動がほしい。今では地域住民として会費を出している気分の方が多い。会員が参加しやすい催しを期待し、また日曜日以外の、土曜日とかに催しができないものか。
（T・N）

創和会への支援活動は欠かせない活動だと思う。更に地域の輪を大切に、力を貸してもらえる人材の発掘、後継者の育成などが最大の課題だ。この会を拠点にして老若男女が年を重ねても住民の会があってよかったと思える日が来ることを希望している。
（S・N）

会員が高齢化していくなかで、役員を始めとして「後継者育成」が急務だと思う。会員の拡大、趣味活動の充実・推進が必要だ。（S・Y）

住民同志の繋がりを保ちながら、穏やかな生活を続けていける環境を作りあげていけたら…。そんな会であってほしい。
（H・R）

今後10年を見据えた、地域に根付いた住民の共助、自助活動をリードする活動方針の作成と新しい会員加入と活動参加。
（K・K）

新しい人が入りやすいムードが必要。ボランティアの心を大切に発足当時の気持ちが取り戻せたらよいにだが。４人の親、身内の老後を見てきて、人生の終わりがいかに難しいかよくわかる。介護保険ができて助かることは大きいが、行政のできることは常に平均的なラインで、その隙間を埋めるのはボランティアだと思う。
（T・N）

「住民の会」会員減少が今一番考えなければならないことだと思う。親の代は入っていても亡くなると、その次の代はやめてしまう方々が全てだ。それは何故か？「住民の会」の今後を考える上で重要なことだと思う。
（F・W）

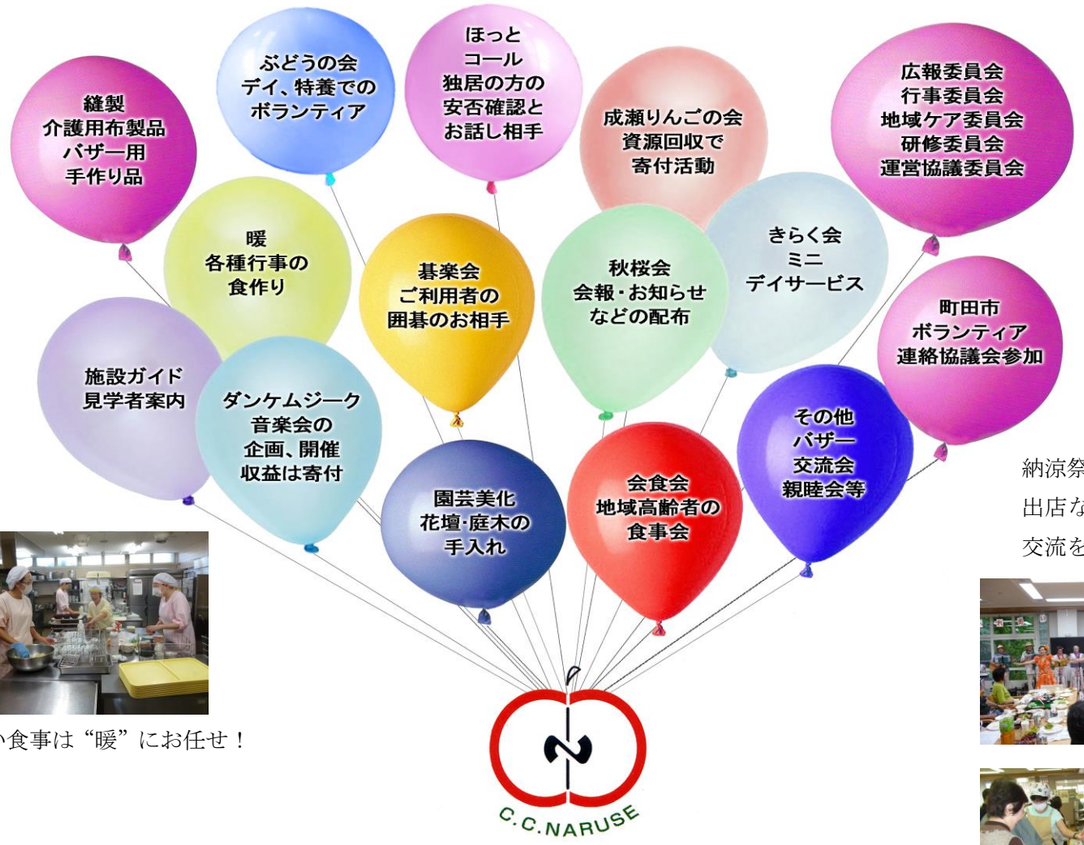
ケアセンター成瀬 住民の会は
今日も元気に活動中！！

文化刺繍、書道、絵手紙、囲碁将棋などなど・・
デイサービスの趣味活動を支えるぶどうの会

住民の会は様々な形で活動を続け、“共に支え合い、共に生きる”を合言葉にケアセンター成瀬と地域を結ぶ架け橋としての役割りを果たしています。

ボランティアメンバーの層の厚さは特筆に値し、今や他の高齢者施設からも羨まれる存在です。

住民の会の多彩な活動をほんの一部ですが、写真でご紹介します。



広報委員会の作った「りんご箱」を
秋桜会が仕分けして地域に配布

ダンケムジークコンサートは年３回♪♪♪
デイサービスでも随時出張ミニコンサートを
おこなっています

おいしい食事は“暖”にお任せ！

納涼祭、新春交流会、バザー、なるせだいまつり
出店など多彩な行事を行い会員同士や地域との
交流を深めています-

中庭の美しい緑は
日頃の手入れの賜物

ご一緒にボランティア活動をしませんか？
メンバーを募集中です！！
“どうぞお気軽にお問合せください”
住民の会事務局　Phone 042-729-0617

ケアセンター成瀬住民の会　広報のあゆみ

平成8年	6月	＊「ケアセンター成瀬支援住民の会だより」第1号　発行 B5版　4P 【会員数　1118世帯　1725名】
	11月	＊第1回「ケアセンター成瀬まつり」開催
9年	1月	＊第1回「ダンケムジークの会コンサート」開催
10年	1月	＊きらく会開始
11年	4月	＊「支援住民の会だより」第18号　A4版に変更　8P
	8月	【会員数　1361世帯　2211名】
12年	4月	＊介護保険法施行 ＊NPOアップルサービス設立
14年	4月	＊第36号「地域住民の活動を訪ねて」シリーズ開始
	6月	＊第38号「高齢者の食生活を考える」シリーズ開始
16年	4月	＊「ケアセンター成瀬支援住民の会」の名称変更 「ケアセンター成瀬住民の会」へ
	6月	＊「ケアセンター成瀬住民の会だより」第49号　発行
	8月	＊「ケアセンター成瀬住民の会だより」第50号　記念号 発行　A4カラー版　1万部印刷　周辺住民に各戸配布
19年	2月	＊「りんご箱」と愛称をつけて、第65号　発行
	4月	＊ケアセンター成瀬設立10周年
	12月	＊第70号　「介護技術講座」シリーズ開始
20年	2月	＊第71号　「この人」シリーズ開始
	12月	＊第76号　二色刷りになる
23年	10月	＊第92号　4Pに変更
24年	4月	＊新生ケアセンター成瀬がスタート ショートステイが特別養護老人ホームへ移行
25年	10月	＊「りんご箱」第100号　発行 【会員数　663世帯】

第１号

第５０号　記念号

第６５号

遠距離介護も捨てたもんじゃない！

―私の介護日記―　その２

古田玲子

母を病院に預けて、６年過ぎた頃、書店を営みながら独りで生活していた父に老いが見え出した。88歳になっていても、自分の食事の仕度も、母の洗濯も難なくこなしてきた。姉も私も父はしっかりしていると思って安心していたが、商売ができなくなった。

お客さんに迷惑をかけるようになり、やむなく、子ども達３人で相談し、むりやり廃業させた。父は抵抗した。けれども、どうしようもない。悲しかったと思う。祖父の代からの書店を閉じたのだから、私は何という親不孝者かと、辛かった。

でも父はすごかった。あっさり気持ちを切り替えて、お寺の檀家総代を引き受けたり、元々持っていた古書店を続けて営業し、自分の生きがいを作っていった。

この時「東京に呼べばいいのに」と何人にも言われた。町田で母を預かってもらえる病院を西嶋先生に相談し、実際に見学に行ったこともある。しかし、私や、姉のそばに来ないかと言っても「ばあちゃんがおる。ばあちゃんを見ないかん。」「お前の所に行って、わしは何をする。何もすることがないだろう。」父はそう言い張り、決して動こうとはしなかった。

父の幸せはこの金沢で生涯を終えることだと、兄妹で話し合い、独り暮らしを続けさせるために、母でお世話になった支援センターに相談した。まず、介護認定を受けること。「そんなもんいらん」という父に88歳を過ぎたら、誰でも認定を受けなくてはならない決まりだと、半ば、騙して介護認定を受けさせた。要介護２だった。

こうして、ケアマネージャーＨさんとのお付き合いが始まった。まず、週一回のデイサービスを勧めてくれた。初めて行ったところは、寝ているだけだと、気に入らなかった。それならと、次に勧めてくれたデイは、いろいろなところに連れ出してくれ、活動的な父はとても喜び、楽しそうに通いだした。89歳になっていた。

自力で何でもできた父だがこのあたりから認知症は進んでいった。玉ねぎの箱が５箱、バナナが30本、食パン８斤・・・。不安なのか、毎日買い物に行く、そして同じ物が茶の間に山積みになっていた。ねずみの被害も出てきて、もう、目を離すことができないと、私と姉はシフトを組み、月に１回、実家に通った。私が１週間から10日滞在し、10日ほど間をあけて、姉が10日間行く。ゴミの山、汚れ物との戦いが始まった。

周りの皆は私の健康をとても心配してくれたが、遠距離介護は移動が大変なだけで、気持ちは割り切ることができる。滞在している間は両親のことだけを考えていればよいし、10日しかいられないと思えば、計画的に役所、銀行、病院とまわることができた。父と大きな声をあげて喧嘩するのも毎回だった。こんなに抵抗できるなら、まだまだ元気だと妙な安心感を持った。

非常に汚い生活だったので、ヘルパーさんを入れるのを躊躇していた私が、住民の会で、一言愚痴ったら、「古田さん、それが私達の仕事なのよ、安心してまかせなさいよ」と言葉をもらった。本当に目が覚める思いだった。

それからは、ヘルパーさんにも入ってもらい、姉、私、ヘルパーさん、デイサービスの４体制で父を守ってもらった。連絡帳代りの日記は８冊にもなった。

帰りの飛行機の窓から富士山が見えると気持ちは我が家ヴァージョンに切り替わる。もう、父母のことは任せてきたのだからと、無理やり気持ちの外に追いやった。遠距離介護はこう思うしかない。

ただ一度、成瀬駅に着き、まだ家の玄関にもたどりつかない時に母の病院から電話が入った。発熱して、転院する必要があるといわれたが、私には羽田に舞い戻る気力はもうなかった。従姉妹に連絡してフォローしてもらったが、戻れなかった自分が情けなく、自己嫌悪に苛まれた。

それから母は、胆石の破砕処置を受け、直腸がんの切除手術を受け、胃ろうになり、人工肛門になった。こうまでしても母には生きていて欲しかった。かわいそうだったが、最後の１年は父のために生きてもらったのだと思う。

母が亡くなり、半年後に父に食道がんがみつかる。それまで、何の兆候もなかったのに、母が呼び寄せたかのように１周忌も待たずに父は逝った。それでも、ぎりぎりまで、自宅で過ごし、母のいた病院で姉と私に手を握られながら亡くなった。

町田でボランティアをする。私が誰かのために動くと、実家の父母も必ず誰かに助けられているのだと思った。このおばあちゃんの手をにぎっていると、この先には母の手がある。母の手に繋がっていると感じた。お弁当を届けると金沢できっと、誰かが父にお弁当を届けてくれていると思った。介護は自分一人では絶対にできない、たくさんの人に守ってもらい、助けてもらってできるのだと思う。

お父さん、どうだった？今はお母さんと仲良くしてるかな？

（終り）

7月27日、28日 なるせだいまつりに NPOアップルサービスと 住民の会で出店しました

一日目は 7 時過ぎに雨が降り出し、どうなることかと思いましたが、主だった物は売り切れており、早めに閉店となりました。二日目も順調に売れ行きもよく、無事収益４万円（過去最高額）をあげることができました。

皆様のご協力に感謝いたします。

ケアセンター成瀬住民の会 20 周年記念事業

記念講演会

『輝いて生きるために』

講師　アルフォンス・デーケン先生

日時　平成２６年２月９日(日)
　　午前１０時～１２時
会場　ケアセンター成瀬地階
　　デイサービスフロア
会費　５００円
申し込み締め切り　11 月末(先着 100 名)

講師略歴　上智大学名誉教授
　　北ドイツ生まれのドイツ人
　　死への準備教育の必要性を強く感じ
　　日本の死生学リーダーとして活躍
　　「生と死を考える会・全国協議会」名誉会長

申し込み・問い合わせ　住民の会事務局
TEL　042-729-0617

これからの催し物（予定）

★ケアセンター成瀬まつり
　11 月 10 日（日）　午前 10 時～
★ボランティア親睦会
　12 月 8 日（日）　午後 12 時～
★きらく会(ゆりの木会館)
　11 月 23 日、12 月 21 日
　手話ダンス　11 月 11・25 日
　　12 月 2・16 日
★ダンケムジーク第 51 回コンサート
　11 月 24 日（日）午後 2 時～
★資源回収（毎月第４月曜）
　10 月 28 日、11 月 25 日、12 月 23 日

「秋の“ものおもい”
　　コンサート」
～歌いつがれる愛唱歌 PartⅡ～

第１部
　川口彩子（ビオラ）
　田中田鶴子とお仲間（琴）
第２部
　ダンケムジークメンバーと共に
　「歌声喫茶風」日本の歌
※チケット（700 円）は 10／25 より発売

ケアセンター成瀬住民の会 20周年記念号が、来年1月に発行されます！ 乞う、ご期待！！

【皆で編集後記】

▼５～６年前、「ボランティアを始めたいのなら住民の会に入って下さい」と言われて入会。ダンケムジークの会や趣味活動のお手伝いをするうち、いつの間にか広報メンバーになっていた。いまだに新入り気分で戸惑うことの多い日々だが、人々との出会いと様々な経験が何よりの財産だ。（さ）

▼広報に係わりだして10年になる。過去のりんご箱を開いてみると、あんなこともあった、こんな取材もした、たくさんの人と会えたなと懐かしい思いがいっぱい。くやしいけれど、年を取ってしまったと実感。何の何の、まだまだがんばるわよ。（れ）

▼私が広報にスカウトされたのは、44号が発行された時だったと記憶する。あれから約10年。八十路前のわたしは戦力外通告を受けたも同然の体ながら、若い仲間と離れがたく、ずるずると今に至っている。（か）

▼100号の特集として、幾人かの方にアンケートをお願いした。返ってきた原稿量は思っていたよりはるかに多く、嬉しい悲鳴。皆様の「住民の会」に対する溢れるほどの思いが伝わってきた。できるだけそのままを掲載したい…、でも紙面が足りない！（き）

▼「りんご箱」の編集に加わって10年。中でも、シリーズ「介護講座」の取材を21回も担当できたことは幸いだった。昨年12月、93歳の実母を天に送った。30数年の同居、介護と看取りが出来て私は幸せだった。それは私だけに聞こえ、私だけがわかる無言の言葉。母からのサイン「ありがとう」。現在、介護をしているあなたにお伝えしたい。「あなたが黙ってそばにいてあげるだけでいいのです」（と）

▼編集委員６名のうち４名までが、高齢の家族を介護しながら、きっちりと仕事をしてきた。お互いに支え合い、分かち合い、会えば楽しくおしゃべりも。

　アンケートに回答をお寄せくださった皆様ありがとうございました。（せ）