

2015 年度年間テーマ — 「いい人生だったね」と言えるように—

「いつも、しみじみすべし」という教義をもった「しみじみ教」なるものと出会ったのは、二〇〇三年十二月だった。

「朝目覚めて、新しい一日にしみじみし、昼あわただしい人生にしみじみし、夜寝る前にいろいろあった一日を振り返ってしみじみする。いつでもどんな場合でもしみじみする。歓喜でも落胆でもない。物事やできごとの表面に惑わされず、その一番深い所にある何かを感じ取ろうとしてしみじみする。

パーツとはしゃぐのもいいが、えてして歓喜は覚めやすい。もつと深く長く、静かにしみじみするのがよろしい。」と教祖は言う。

私はこのしみじみ教が大好きだ。

昨日、平和デモのニュースが目にとまった。炎天下ベビーカーを押したママと子たちだ。ああ私はそんなエネルギーはもうないと悲観し、でも平和であってほしいとひたすらに願う。老いた自分の姿を、しみじみと見つめた。

「限界があることを謙虚に引き受けて、常により大きな目で全てを受け止める感性こそ大切にしよう。」教祖の言葉を思い出す。

終戦記念日・お盆・マリアの被昇天は同じ八月一五日。これには意味があり、一番深い所にある何かと繋がっているのではないだろうか。世界中で吹きあふれる祈りの風と共に、平和を願い、手を合わせたい。

(橋詰)



勉強会

6月27日(土) 10:00~12:00 会場：福祉会館 視聴覚室

内容：「岡崎市の老人福祉施設の現状」について

講師：柴田睦 岡崎東病院ソーシャルワーカー

I 老人福祉施設は、どこにどのくらいありますか ※具体的な施設名と住所は、通信と一緒に同封

名称	対象	何ヶ所・何人・入れるか
特別養護老人ホーム	要介護3以上が対象で看取りも可能 在宅に向けデイサービス・ショートステイ・ケアマネも有り	16ヶ所(内8ヶ所は岡崎市で保険料を支払っている在住者のみ可能) 952名
介護老人保健施設	要介護1・2・3対象で病状安定、家庭復帰をめざしリハビリもある	7ヶ所 806名
介護療養型医療施設	長期間療養必要とされ介護職員が手厚く配置	岡崎東病院1ヶ所のみ 107名
軽費老人ホーム (ケアハウス)	自立から支援までが対象。家庭環境や住宅事情の理由により家庭で生活できない人が入居。生活のサポートをする	5ヶ所 170名 A型(食事○) 6万~17万 B型(食事×) 3万~4万
有料老人ホーム	自分で契約し入居し、給食健康管理等のサービスを受けながら生活する	26ヶ所(内12ヶ所は介護保険給付が受けられる) 962名
認知症高齢者 グループホーム	認知中程度以上の人が日常生活や機能訓練をうけながら共同生活をする	17ヶ所岡崎市で保険料を支払っている在住者 306名
住宅型有料老人ホーム 高齢者住宅	一人暮らしが不安になった時に入居し家と同じで訪問介護等受けられる	

Ⅱ介護費用と保険料金はどのくらい必要ですか（介護が必要になった時、家賃以外に必要な金額）

主な在宅サービスの支給限度額（岡崎市の場合） ※各市町村で違いがあります

一律、以下の **1 割** が利用者負担。8 月から所得金額 160 万円以上の人は **2 割負担** になる。

要支援 1 = 52,131 円	要支援 2 = 109,128 円	
要介護 1 = 173,930 円	要介護 2 = 204,398 円	要介護 3 = 280,621 円
要介護 4 = 320,998 円	要介護 5 = 375,797 円	

先生は資料を用意され「施設の案内パンフレットに書いてある金額以外に、お金がどのくらい必要かを聞くことが大切で、中には部屋に食事を運んでもらう代金・おむつ代金・夜間コールをすると必要な金額もあり、1 回分は小金だが、1 か月に換算すると大金になる」と今までのご経験から具体的に見落としやすい細かな部分に触れてアドバイスされました。（橋詰）

【感想】

- ・具体的な事例などを交え大変参考になりました。1 年前母が（95 歳）脳梗塞になり入院後施設入所となりました。その間母の家を処分したのですが本当に断捨離のたいへんさを味わいつくしました。多大のエネルギーを要しました。身体が動き判断力が残っている間にシンプル生活へシフトすることの大切さを強く感じました。今日のお話を聞いて自分が何を望んでいるのか、考えを確かにしておく必要を感じました。
- ・ユーモアを交えたお話で解り易かった。介護の色々な仕組みを知り勉強になった。将来に向けて知識の必要を感じましたので賢くなりたいと思いました。
- ・難しい内容を解りやすく話していただけてありがとうございました。現実的にお金がないとどの施設にも入所することができず、元気であることが必要だと痛感しました。入所する時には詳しく聞くということ、ケアマネさんとかのスタッフもかなり重要なポジションにあるので信頼できる人との出逢いも大切だとわかりました。



貯えと残る命を照合す
高齢者住宅見学の後に
（阿部啓子）

- ・いつものように楽しく分かりやすい解説に納得したり考えさせられたりと大変参考になりました。これらの資料を持ち帰りホームのスタッフと勉強していきたいと思います。
- ・知らないことばかりなので大変勉強になりました。睦先生の話は大変解り易く色々勉強になり今日出席したことに強く嬉しく思いました。
- ・全く知識を持たず（家族母 93 歳で一人暮らししているので）でもわが身（一人暮らし）にはとても大事なことでした。
- ・柴田先生のユーモアを混えたお話、参考になりました。次回は在宅での費用援助などについて講和いただけますように。
- ・年とともにさみしくなることしきりです。

- ・主治医を持ち自分がどうしたいか明確にケアマネージャーに言えるようにし、自宅で過ごせるようにしたいです。平成 30 年までに地域包括支援センターで、いろいろ相談できるようになるといいと思います。睦先生解り易かったです。ありがとうございました。
- ・親そして自分自身に必要な事ばかり教えていただきました。これから始まるであろう介護に少し不安が減ったように思います。
- ・とても楽しく解りやすく教えていただき本当にありがとうございました。昨日 3 時間も寝ていないのに今日の講義はおめめパッチリ！
- ・今日の話で施設での暮らしの中で自分は何を望みいくらかかるかを具体的に目途がついてきた。施設のパンフレットに書かれている金額の他に細かい金額があることが分かった。家族の状況の中で在宅か施設、どちらも選べるように勉強していきたい。
- ・自宅での老後を過ごすことができるように望む気持ちを強く持つことが大切だと感じました。

緩和ケア病棟ボランティアの報告

ティーサービス・アロママッサージ・季節の模様替え・楽器演奏
毎週金曜日 1:30~4:30 愛知病院緩和ケア病棟
アロママッサージ 第1,3,4火曜日 1:30~3:30 練習第4金曜日 11:00



七夕会（7月3日） ティーサービス

医師と看護師、看護学生合わせて 17 名が浴衣を着て、患者さんとラウンジで七夕会を楽しめました。いつも忙しそうな看護師さんと歓談する患者さんから笑顔がこぼれていました。笹の葉に飾られた短冊に書かれた願いごと、かなえられるといいなと思いながら、優しい時間をお茶とお菓子のおもてなしで一緒にさせていただきました。毎年のことながら着付けでお世話になる会員の神谷さん山崎さんのおかげで浴衣姿でのひとときはとても七夕らしく患者さんやご家族の方々には素敵な思い出が増えたように感じました。吉岡さんのピアノに合わせての全員合唱の響きを聞きながら、今を大切にされている緩和ケア病棟の姿勢を見たように思いました。（柴田由紀子）

一期一会 アロママッサージ

付き添いの奥さまにマッサージをさせていただいた時「気持ち良かったよ」と言われた奥さまを見た病床のご主人さまが、胸の上で手を合わせ「ありがとう」と微笑みながら私にひと言。「あっ笑ってる」と奥さまひと言。涙が出ました。またマッサージ後、私の手を握り「暖かいね」と言ってくださった方。そのひと言で私の心は手以上に暖かくなりました。相手を思いやる家族の愛、ご夫婦の愛、考えさせられる言葉、ボランティアの私たちを受け入れてくださる気持ちに寄り添えるよう、一期一会、大切なときを思い、これからもマッサージをさせていただきます。（神尾弘美）

♥アロママッサージ曜日変更のお知らせ

4 月より毎週金曜日と火曜日に変更になりました。（13:30~）

練習も第 4 金曜日 11:00~12:30 になりましたので、いつでも見学においでください。

“つどい”の報告

患者・家族・遺族（誰もが遺族）の集まり
第3木曜日 10:00～12:00 事務局（橋詰宅）

主人が亡くなりもう14年、今年は父の7回忌を迎えます。「死」で地上の人生は終わります。しかしその人たちとの会話、想いはずっと続き終わりません。
「死」で終わらないということなののでしょうか。そんな話もしています。（山崎明美）

“手縫い”の報告

愛知病院・市民病院・国際病院・施設へ雑巾や依頼された品を作り届ける。
・第2火曜日 10:00～12:00 愛知病院地域緩和ケアセンター・各自宅

今年度も市民病院で使われる布製のカバー（アイスノンカバー・尿袋カバー等）を作り始めました。キルティング布が沢山必要なので購入しようかと思っていたら、柴田睦先生を通してキルティングや綿の布を沢山寄付して頂き本当に助かりました。お孫さんのお世話や親戚の方の介護などで皆さんお忙しい中、引き受けて縫ってくださり、こちらも感謝しています。

最近愛知病院での手縫い雑巾の参加者が少なく、ひっそりと活動しています。（勝川）

♥お願い

タオルが足りなくなってきました。

使い古したもののでも大丈夫ですのでご寄附頂けると助かります。よろしくお願いします。



「大切なこと」

永谷美雪

年を重ねるにあたり大事な三つの言葉があると聞きました。

① がくれき

② きょういく

③ きょうよう

『ええつどういうこと？今さら何を言ってるの？』と思いました。

よく読んでみると・・・

① 「がくれき」は「楽しい歴史」と書くそうで、誰でも今まで楽しい歴史がありましたよね。

② これからも楽しい歴史を作っていきますよ。

③ 「きょういく」は「今日行くところはありますか？」

病院ばかりに行かず、ちゃんと予定を立てて今日行くところを決めて行動しましょう。

③ 「きょうよう」もうお解りですね。
「今日何か御用がありますか」です。

今日は何をするかと予定を決めて実行すると、一日があつという間に過ぎて、認知症予防にもなるそうです。いつでも、楽しいこと、行動、用事を意識して決めることが大切だそうです。

今日も一日出かけて用事（仕事）をすませ、それが私の楽しい歴史になるよう心掛けて過ごそうと思っています。

◆運営委員よりお知らせ

1. 副代表を柴田睦さん、新運営委員に神尾弘美さんが引き受けてくださいました。
2. 愛知病院より平成27年度「緩和ケアボランティア養成講座のご案内」が届きました。

日時：10/5 10/19 10/26 11/2 11/9 11/16 11/30 14:00～16:00

◆ご寄附をありがとうございました。柴田睦さま

- ◆あとがき：スイカには血液状態を改善してくれるシトルリンというアミノ酸が含まれています。手足のむくみの改善も期待できるそうです。暑さ厳しい折ご自愛ください（永谷）