

桐鈴凛々

第106号
平成28年3月15日発行
発行責任者
社会福祉法人 桐鈴会
理事長 黒岩秩子
南魚沼市浦佐 5142-1
電話 025-780-4118
FAX 025-777-3731
e-mail
info@toureikai.com
<http://www.toureikai.com/>

桐鈴会の理念

・終のすみかを目指す
・「迷惑をかけ合える関係」を目指す
・高齢者、しょうがいしゃ、子どもたちが
安心して住める地域を創ろう



スペシャルオリンピックス

★ひまわり戸田聡さん★

★「銅メダル」ゲット★



2月12日から14日まで、知的障がい者のスポーツの祭典！スペシャルオリンピックス(SO)が開催されました！！

SOの大会は地区大会・全国大会・世界大会があり、今回は全国大会が新潟市・南魚沼市を会場にして行われました。

桐鈴会では、ひまわり入居者の戸田聡さんが新潟市の朱鷺メッセまで行き、戦ってきてくれました。参加種目は「フロアホッケー」です。南魚沼市ではチームが組めず、阿賀野市のチームに入り、プレーしてきました。

初めて会う仲間とチームを組むのはとても難しいことではないでしょうか。しかし戸田さん曰く、「そんなに大変じゃなかった」そうです。そして見事、16チームの中で銅メダル受賞です。

Q 大変だったことは何ですか？
「石川のチームが強くて、負けました。惨敗だった。でも他は全部勝ちました！！」

Q 嬉しかったことは何ですか？
「勝った時が嬉しかったです」

Q 次回の北海道大会にも参加したいですか？
「はい！」



フロアホッケーで銅メダルの戸田聡さん
写真は応援に行った大竹伸一さん撮影



戸田さんはハーフマラソンに年に何回も参加するくらい走ることが大好きで、浦佐から小出までくらいであれば自転車で出かけています。そんな、日々頑張っている戸田さんが、このSOで結果を残すことができるともうれしく思います。「また来て」と言われながらの別れだったそうです。

次回大会ではスノーシューも参加したいし、フロアホッケーもしたいと迷っているそうです。参加資格を得ることも難しく狭き門ですが、練習に参加してぜひ行ってもらいたいと思います。

SOの創設者ユニス・ケネディ・シュライバー氏によると「SOで大切なものは、最も強い体や目を見張らせるような気力ではない。それは各個人のあらゆるハンデに負けない精神である。この精神なくしては勝利のメダルは意味を失

う。しかしその気持ちがあれば決して敗北はない」

創設者の目から見ても、戸田さんは強い精神をもって、勝利したのではないでしょうか。

戸田さん！お疲れさまでした。おめでとうございます！！

(ひまわり生活支援員

富永なつみ)

スペシャルオリンピックス

報告

理事長 黒岩珠子

以前、凛々でもお知らせしましたが、桐鈴会では、2年前からの2月の大会に向かって取り組み、グループホームひまわり入居者の戸田聡さんが、フロアホッケーの選手として参加することになりました。

この2年間、土日に五日町スキー場にある体育館で練習を続け、その送り迎えは、主に私が担ってきました。初めのうちは、私の都合がつかないと休まなくてはなら

なかつたり、職員に代わってもらったりして続けてきました。戸田さんは、夏場は自分の自転車ですべて利用していたが、ほとんど利用者の井上一人さん、水落幸子さん、鈴懸職員の富田直樹さんは、送り迎えがなくては参加できません。

このことを知ったひまわりの夜勤専門員、島村弘、大竹伸一の2人が昨年秋から代わってくれました。昨年、大会事務局から寄付の依頼があったので、桐鈴会の各職場に呼び掛けて、職員たちから寄付を募りました。島村、大竹両氏をはじめほとんどの職員が寄付に応じてくれ、48000円を大会事務局に届けることができました。すると早速事務局の方が、領収書とスペシャルオリンピックスの旗を届けてくださり、すずカフェableの玄関ではためいていました。

さて当日ですが、12日の開会式に参加して、戸田さんを励ましたい、と思った時にはすでに遅し、満員締め切りだったのです。大竹さんは、13日当日朱鷺メッセへ応援に行つて、写真を撮ってきてくれました。14日の決勝戦と閉会式に、とんとん管理者の森山里子と

いつものメンバーを乗せて、五日町スキー場に行き、大雨が降る中、スノーシューの決勝戦と表彰式を見て、4時からの市民会館での閉会式にも行きました。全国19都道府県の選手たちが、ほほを紅潮させ、感動を体中で表現しながら入場し、最後には、総立ちになって音楽に合わせて踊りまくって、閉会となりました。雪のない南の方の選手はどうやって練習したのか聞いてみたら、砂浜や、芝生などで練習したとのことでした。テレビでもかなり報道してくれていましたが、そここで感動の渦が巻き起こったようでした。

第一生命労働組合部長岡支部様、
真柄財団様より寄附、助成

ケアホームおひさま

第一生命労働組合長岡支部様よりデジタルカメラ、DVDデッキ、CDラジカセを頂きました。また、真柄財団様より助成いただき、利用者さんと一緒に使うノート型パソコンを整備しました。



おひさま便りを利用者さんと作りました



贈呈式の様子

皆様の善意ある寄附に感謝し、大切に使用させていただきます。
(おひさま管理者 小林裕子)

越後のふるさと木づかい事業

桐鈴会事務長 島村義彦

平成25年の暮れにオープンした障がい者グループホーム「ケアホームおひさま」は木造2階建ての新築。新潟県産の杉が多く使われています。いわゆる、地元で生産したものを地元で消費するという「地産地消」です。

実は「おひさま」は、「越後のふるさと木づかい事業」という新潟県の補助金をいただき建てられています。この事業の目的は、建物を木造化したり内装を木質化することによって、木の持つ「やわらかさ」や「あたたかさ」を体感してもらい、木の良さを知ってもらうこと、とあります。

障がい者グループホームとは…。これまで大きな施設で暮らしていた障がい者を街の中に住めるようにすること。そしてその障がい者の方々は外で働き、家に帰り生活する。そんな一般の方ならあたりまえの生活を享受し、地域の住民の方々と交流し、お互いを受け入れ理解し合う社会とする。

そんな理想を持ってつくられているように思います。

グループホームは施設と思われがちだけれど、本当は家と同じではないか。竣工直後の「おひさま」は木の香りが漂い、あたたかな感じがしました。越後杉の醸し出す雰囲気は今も変わりありません。家庭的な環境の中で、心も身体も癒され、あたたまる。入居されている方々も越後杉に囲まれ、健康に暮らせれば良いと思います。



家庭的な雰囲気のおひさまダイニングルーム



イオン六日町店様との交流会

工房とんとん支援員 山本孝子

2月10日、おひさまの食堂にてイオン六日町店様との交流会が開かれました。

はじめに、イオン様からとんとん利用者さんへ「注黄色いレシートの日」の寄付品が手渡されました。今年は、ゴムボート、CDラジオ、DVDデッキ、加湿器など多数をいただきました。

次に、イオン様社員の「ハッピー今坂」さんから、マジックが披露されました。華麗な手さばきで、間近で見ても全くタネがわかりませんでした。

また、コインとハンカチ、ひもなどを使ったマジックを教えてくださいました。「見た」ことを「やる」ことは難しいもので、私はできなかつたなあ…。どうぞ来年は、「やる」のに簡単なマジックを教えてくださいくださいませ。

皆が夢中になって楽しめたひと時、イオン様ありがとうございます。

注…イオン様で、毎月11日にお客様が黄色のレシートを対象団体のBOXに入れるイベント。黄色のレシートの総額により対象団体に寄付品が送られる。



ハッピー今坂さんによるマジックショー

マジックショー楽しかった。やり方とか教えてもらってよかったです。(佐藤涼子)

マジックショー楽しかった。十円玉とひもとハンカチとトイレットペーパーの芯を使いました。むずかしかったです。

(井口陽)

ひまわり看板作製に当たり

ひまわり夜勤専門員 佐藤久雄

ずいぶん前の話になりますが（5月か6月ころ）、サービス管理責任者森山さんから、ひまわりの看板を作ってもらえないかと依頼がありました。なるほど、前の看板は雨風にさらされていて相当痛みが進んでおりましたので、これは作り直さなければと思い作成に取り掛かりました。

当初は同じ大きさ、同じ厚さと思いい、ケヤキ板で作ってみました。が、さて文字を書く段階で、まてよ、ひまわりと書くのならひまわりらしくひまわりの意味も表現する方がいいな—と思い、設計変更になりました。丸く本物のひまわりらしく、明るい笑顔のイメージを表現したくて今の形になり、材料もケヤキにこだわりました。ケヤキと言う木は生えている時の立ち姿も大きくなる木、存在感のある木材であります。夢草堂の柱、床壁周り等たくさん使われております。そんな意味からケヤキのように強く又、ひまわりのように

に明るく笑顔の絶えない生活の場となるようにとの思いを込めて作ってみました。



(字) ひまわり夜勤専門員

島村弘

上下にグループホームと丸く囲んだのは、グループホームの輪と言う意味を込めています。人の輪なので一重ではなく、二重にし、支え合っているようなイメージになっています。木材に一発書きなので難しかったです。

グループホーム桐の花

新入居者紹介

—岡村誠さん—

「はじめまして、岡村誠と申します。昭和7年12月4日生まれ83歳です。これから順々に色々なことを覚えていきますので、よろしくお願いします」

1月5日に入居されました。城内出身の方です。新聞を熱心に読み、社会情勢に詳しく、色々教えて下さいます。気付いたことを何でも話してくれています。手先が器用で貼り絵が得意な岡村さん、今は野菜の塗り絵に夢中です。春になったら散歩をするのを楽しみにしています。

—松原キクノさん—

「ここはいつも人が居ていいね」入居まで一人暮らしをしていた松原キクノさん、一人ではない生活の安心を話してくれます。1月24日に入居されました。83歳、六日町宇津野の出身の方です。「何かしていた方が身体にいいよね」「何もしないのはつまらない」と、お手伝いも体操も楽しそうに一生懸命に取り組んでいます。歯切れの良い口調と大きな笑い声でレクリエーション等の場を盛り上げて下さいます。肩をすくめながら見せる笑顔が素敵です。



(文責 計画担当者 小川明子)

水落ケサさん 追悼

グループホーム桐の花介護員 勝又紀子

水落ケサさんは、桐の花が開設して2年後の平成18年11月25日に入居しました。それから桐の花の歴史と共に9年2ヶ月を過ごし、平成28年1月13日に桐の花で101歳の最期を迎えました。

以前、新聞に100歳以上の高齢者が全国に6万人いるという記事が載っていました。もはや100歳と聞いても珍しくない日本。でも私たちの年代の人にはやっぱりすごいことに思います。

そんな101年を生きたケサさんとの思い出を少し書き綴りたいと思います。

ケサさんとの出会いは、2年前の4月、私が桐の花の採用が決まり事前の1日見学の日でした。ガチガチに緊張し喉がカラカラで口の中がカピカピに乾いていた私の目に、こたつからムクツと起きたケサさんがパツと目に飛び込んできました。男性を見てもめったに目惚れをしない私が、まさに一目惚れでした。



101歳の誕生日、破顔一笑の水落ケサさん

再び緊張しながらそばに行くとケサさんからの第一声が「あんたどこの人？」「五十沢です」「ほろいかなぞう、オラ藪神村北！」と元気のいいよく通る声で自己紹介をしてくれました。人なつっこく顔を近づけ頬をくつつけたり、おかげで緊張が少し和らぎ頭の中はケサさんでいっぱいになりました。

時には、1日に何回も「あんたどこの人？」と聞かれたり、そばを通ると「あんたいいおつこだ

ね！」「私は女ですよ」「あんたいい女だね」と言つてたくさん笑わせてくれました。目を細めてニコッと笑ったり、豪快に声を出して笑う表情や仕草など、日常の中で自然に出る会話どれもが懐かしく、楽しい思い出として残っています。

餅が大好きで「お誕生日といえどば？」と聞くと必ず「もち」と言っていたケサさん。100歳と101歳の誕生日は大好きな餅や大福でお祝いをする事ができました。入れ歯もなく歯茎だけで餅や唐揚げ、肉を食べる姿はお見事でした。

今までも何回か体調を崩し、そのたびに乗り切ってきたケサさんですが、昨年の12月頃から食欲が落ち、ご自分で食べる事が少なくなり、お部屋で過ごすことが増えてきました。先生からは逝く準備が始まったと言われました。

その言葉通り、徐々に衰弱し、ケサさんの体が食べたい時に少しずつ食べ、体が眠りたい時に寝る、決して体の要求に逆らわず穏やかに逝くための準備が1ヶ月位続きました。ベッドで過ごす時間が増えても、目を開けて起きている時は、優しくニコツと微笑んだり、両手を布団から差し出して職員の内

顔をなでたり、ケサさんらしい一面を見せてくれました。

最期は、苦しむことなく深呼吸をするかのように体が求めるまますうっと息を吐いて引き取りました。まるで、ご飯を食べたあとのひと休みのような顔で、点滴のあとや浮腫みのないきれいな体で逝く事ができました。

出合いは別れの始まりと言いますが、ケサさんもこれまでたくさんさんの出合いと別れ、喜びと悲しみを繰り返してきたのだと思います。私もケサさんと出合い、最期を一緒に寄り添えたことを嬉しく思います。桐の花での楽しい日々をありがとうございました。



101歳、大塚悦子さんご逝去

グループホーム桐の花管理者 関 和香子

桐の花に入居して7年でした。3年ほど前から幾度も体調を崩し天国に逝きかけては戻られ、昨年12月に風邪をこじらせて入院となり、大好きな黒岩先生の診療所で亡くなりました。

生前よりクリスマスちゃんだった大塚さん、12月24日のクリスマスイヴに息をひきとられました。25日クリスマス当日、キリスト教会はミサで忙しい中、大塚さんを偲んで長野県から牧師さんが来てくださり、夢草堂（法人内のお堂）を齋場に飾って、家族葬を行いました。親しくされていた友人の方々、主治医の黒岩先生、私たち法人の職員も参列し、お見送りさせてもらいました。

弔辞

12年前、私が介護実習で、一人暮らしの大塚さんの自宅に入らせてもらったのが出会いでしたね。90歳を過ぎて、しゃつきりとしていて、楽しそうに話をされ、「あ

りがとね」と、嬉しそうにお礼を言う大塚さんに、また会いたくなる素敵なおばあちゃんだなあと思っていました。

ご縁があつたのでしょうか、その後、桐の花に入所となり、大塚さんは本当に素敵な人でした。景色や花を見ては心底から感激して、些細な出来事に喜ぶ表情に、私たちも一緒に嬉しくなり、楽しませてもらいました。

日課は新聞や市報を読むこと。「世の中のことが分らなくなるのよ」と、101歳になってもメガネをかけ、足を組んで読んでいた大塚さんは、かっこよかったです。長生きの秘訣は「くよくよしないことです。ほんとうにありがたいですよ、こんな歳までこうして生きていられるんですから」と、いつも元気に笑っていましたね。大正3年生まれ、昭和、平成の時代を生きてきた重みのつまった言葉でした。

大塚さんの屈託のない大笑と、

大らかなひととなり、教えてもらうことがたくさんでした。桐の花では毎年クリスマスに、「こんなかっこいい人がいましたね」と、大塚さんを思いだして、語り継がれるでしょう。

大正3年11月29日生まれ
行年101歳

故マリア大塚悦子様のご冥福をお祈りします



豪華弁当を前に期待を膨らませて



桐の花隣接の夢草堂で行われた大塚さんのお葬式

弔辞

大塚悦子さんに捧げることば

桐鈴会顧問 黒岩卓夫

大塚悦子さん、もう少し生きていて、いつものあのやさしい笑顔を見せて欲しかったと、今になってしみじみと思いをめぐらせます。

悦子さんにお会いしたのは、浦佐の歩道橋の近くにあったお家でした。悦子さんは90歳近くになりながら一人暮らしをしていました。私は在宅の訪問診療をさせていただきます、看護師さんと二人で訪問しました。玄関から居間に入ると、

その奥の部屋に居ました。私が「大塚さん」と言って部屋を覗くと、あわてて起き上がり、ややよろけるような足取りで居間にやってきました。

居間は食堂風になっており、机と椅子で血圧を測ったりしました。私が「今日の血圧は〇〇でちょうどいいですよ」と告げると、いつもその度にほっとして「ありがたいでございます」と頭を下げながらにっこり笑ってくれました。

診察が終わって「大塚さん、また来ますね」と言って帰りかけると、いつもまたあわてて私の後を追い「申し訳ありません。お靴もおそろえしないで」ときまった言葉が発せられ、足速い私はその時はすでに靴をはいて玄関を出るところで、思わず看護師と顔を見合わせて立ち去るのでした。大塚さんの物腰や言葉は、都会風で育ちの良さを忍ばせるものでした。

また大塚さんの部屋のあちこちに、とてもすてきなお皿など陶器が並べてあり、何回か譲っていただいたり、お孫さんに有名な歌手がいらっしゃるなど、少々御自慢だったのか、うれしそうな表情で説明してくれました。

また御主人は、かつてこの土地で重い病気になると入院してお世話になった小千谷病院の事務長さんもしていたと伺っています。

桐の花に移ってからは、健康も落ちついており、年相応の変化はありましたが、100歳を越えても立派に自立していましたし、お話しは何でもできるといった素晴らしいお年寄りでした。

私が桐の花を訪問した時、大塚さんを診る日でなくても、目ざとく私を見つけ、自分も診てもらおうと用意をしてくれ、私も笑いながら聴診器をあてると、すつかり満足し安心してくれました。

亡くなる前日は、はっきり目を開けて、いつものように「ああ先生、ありがとうでございます・・・」と大きな声を出してくれました。その日の朝は、静かに眠っていたので、脈をとり、胸に聴診器をあてても、そう悪い状態ではありませんでした。

肺炎の治療中でしたが、最期は心臓が急に止まってしまったと伺っています。御冥福をお祈りします。

ひとこと大塚さんに、良寛さんにちなんで私の気持ちを述べさせていただきます。

いただきます。

良寛さんは74歳で亡くなりました。当時では大塚さんに迫る長生きだと思えます。その時、歌のお弟子さんで、若い尼僧貞心さんの別れを惜しむ歌に対して、良寛さんは「裏を見せ 表を見せて 散るもみじ」と答えました。

この意味は、自分はあなたに自分の人生の表も裏も全てお見せしました。ですから心残ることなく落ち葉として散って行きます、とのことです。

また表を生、裏を死と説く人もいます。

しかし大塚悦子さんはどうでしょうか。私は悦子さんには「うら」はないと思います。表一枚です。そんな悦子さんが歌うとすれば

「裏もなく 風に吹かれて 散るもみじ」ではないでしょうか。とすれば良寛さんを越えた生と死であったと思います。頭の下がる思いです。

大塚悦子さん、ありがとうございました。

今までのように天国でにこやかに暮らして下さい。

平成27年12月25日

主治医 黒岩卓夫

参考までに貞心尼の辞世の句は、「くるに似て かへるに似たり 沖つ波 たちは 風の吹くにまかせて」

第一回「介護・医療を通じてぶつかったこと、気になる事を考える会」が開かれました！

往還堂々守僧 榎本宗俊

萌気会・桐鈴会の職員の方々の表記の会が去る1月22日夜に開かれました。元々これは萌気会の黒岩卓夫先生や、地蔵の湯施設長の上村光男さんと話をしていた中で発案されたものでした。今回は20名近い希望がありました。当日は15名で和気あいあいと談じ合われました。

高齢者の方々の介護の問題は、家族だけではなく社会的に、つまり職員の方々との関わりの中での課題で、最後の看取りの問題も、医療の職員の方々も含めた、社会的なものになってきていると思われれます。高齢者の方々が死に逝か

れる方々が身をもつて教え示されている、老いと死という全ての人にとって避けられない課題を学ばせていただくということが介護・看取りの課題と考えられます。実際の毎日の現場では実に様々な問題があり、その問題を語り合おうということだったと思います。

また今回は障がい者支援の課題には触れられなかったのですが、このことも家族だけの問題ではないと思います。隔離するのではなく社会的に、つまりまず職員の方々との関係の中での支援と自立の問題だと思います。

今後この会は春夏秋冬の年4回程の予定で、次回は4月中旬頃になると思います。広報しますの自由にご参加下さい。

桐鈴会後援会

新会長紹介

平成27年発足しました桐鈴会後援会の会長池田実好さんの後任に門山好和さんが就任しました。

門山さんは皆さんご存知の門山電機店代表取締役であり、南魚沼市CCRC協議会の会長としてもご

活躍の大変ご多忙の方ですが、桐鈴会後援会の会長を引き受けて下さいました。池田前会長が以前より関わっていた福祉活動の関係でやむを得ず辞任しなければならなくなり、後任者選別に奔走していた事務局としてはまさに地獄で私の思いで、門山さんから後光が射して見えました。

浦佐生まれの浦佐育ちで家族全員集合で家業の電機店を経営し、地元の信頼も厚く、たのもしいです。門山後援会長と共に、桐鈴会の理念の一つである「高齢者・しょうがいしゃ・子どもたちが安心して住める地域を創ろう」の実現に向かって行く所存です。どうか引き続き桐鈴会後援会にお力添えをお願いします。

(鈴懸施設長 鈴木智子)



新会長 門山好和氏

工房とんとん 桜井さんのレシピ

茶碗蒸し



少し難しい、おつくうだと思いがちな茶碗蒸しですが、次の2つを覚えて簡単にできます。

- ①卵1個にだし汁150ml
- ②蒸し時間 始め強火で2分、弱火で7〜8分

おいしいダシを取り、卵液の中に好みの具を入れ蒸したらできあがりです。だしを取る時間がない時は顆粒だしでも十分です。20分もあつたらできます。

*具

お好きなもの何でも

エビ

しいたけ

銀杏

百合根

白玉団子

三つ葉

鶏肉



- *材料4人分
- 卵3個
- だし汁450ml
- 酒 小さじ1
- 塩 小さじ1
- 醤油 小さじ1
- みりん 2〜3滴

編集後記



今号の、桐の花で亡くなられたお二人は、どちらも100歳を超えていらつしやいました。100年という長い道のりを生き抜かれたことに感動するとともに、これからは、100歳まで長生きできる人口は減っていくのかも、と思いました。

◆日本食が世界遺産に登録されましたが、この「日本食」は、高級料亭などで提供される芸術品のような和食ではなく、昭和30年代に庶民が毎日食べていた、ごく一般的な日本人の食事のことなのだそうです。ご飯と味噌汁、旬の地場物の野菜と、魚中心の献立。◆長い間培われてきた、日本人の体と相性のいい食事で、前述のお二人も、こういう食事で体が作られてきたのだと思います。食は急激に欧米化しても、土台がしっかりしていたのです。◆現代は、添加物や環境汚染、産地偽装や廃物利用(!!)と、食の環境は乱れています。100歳とは行かなくても、せめて健康的に年を取りたいと思います。

(井口美賀)