

# りす俱樂部

2019 年  
4 月号  
第 270 号



## 同期の桜

昭和の大戦の時、海軍予科練習生の同級生が華々しく散る姿を桜花に喩えた歌を、特攻隊員が好んで歌唱し、命を賭して敵艦に突撃したと伝わる。歴史の悲しさがやるせない。「平成」最後の桜が、美しく心を寄せ合い平和を願う皆同期の人々の「令和」に受け継がれる。

弁護士 福井大海

GONGOVA (ゴンゴバ) 2019

## 活動報告

りすセンター・新木場 センター長補佐 遠藤現代

2019年2月、厳しい寒さが続く日本を2週間ほど離れ、タイ王国を訪問。GONGOVA (ゴンゴバ) 草の根国際協力研修プログラムに参加してまいりました。

ランティア活動に広く関連する課題をめぐる実証的・理論的調査研究』になり、毎回10名ほどの日本の学生が参加しています。

GONGOVAとは、川嶋辰彦先生(NPO草の根国際協力研修プログラム理事長、学習院大学名誉教授)が手掛ける国際協力ボランティア団体で、1996年よりタイ王国北部メンホーソン地域にて、毎年2回の活動が続けています。

2月15日朝8時、東京・羽田空港国際線ターミナルに集合した学生、川嶋先生、スタッフ総勢12名で、経由地であるタイ王国首都バンコクに向かいました

今回のボランティア活動が初めての海外体験という学生もいて、意識の高さ・思いの強さが伝わってきます。

主たる目的は、『発展途上国内の途上地域に於ける、山村の社会経済発展並びに及び自然環境の保全と利活用』『参加青年達の成長

約6時間ほどのフライトでバンコクに到着、国内線に乗り換え、北部最大都市のチェンマイへ向かいました。

(青年達の自己実現、自己啓発、意識改革、器量増大等)』『国際ボ

チェンマイは、ラーンナータイ王国の首都として、メンラーイ王



により1296年4月に建設されました。王国の首都としてその後発展し、ラーンナ―タイ王国が廃止された現在でも、北部の文化・経済の中心です。その歴史の長さと文化の豊かさに照らし、バンコクに次ぐタイ第2の都市とみなされています。

19時チエンマイ空港到着。2月のタイは乾期で雨が少なく、湿度は低めと聞いていましたが、日本の2月とはケタ違いに暑く、すぐに全身汗ばむほどでした。

ガイドの案内で、この日の宿泊先であるチエンマイプラザホテルへ。翌早朝は、今回の目的地・ジョンソン郡バンマエホエ



村の入口

ア村へ向け出発予定で、約3時間の道のりとなります。ホテル到着後、一行は明日に備え、早々に就寝しました。

### バンマエホエア村に到着

2月16日朝9時、2台のチャーター車両に分乗し、出発しました。

田舎町へ向かう道すがら、徐々に姿を変えていく街並を眺めながら、2時間ほど走ったところで道脇に急停車。何かと思いましたが、この後は未舗装の山道を走るため、4WDのトラックに乗り換えが必要とのことでした。

荷物を移動させ、参加者の多くは荷台に乗り再出発した途端、でこぼこの山道の激しさを思い知らされました！スピードを出そうものなら、荷物はおろか乗っている人間までもが振り落とされそうな、想像以上の悪路が続きます。そんな中、さすがは現地の村出身の運転手、表情ひとつ変えずに車を操り、ゆっくりかつ着実に、目的地を目ざし、見事なハンドルさばきです。

悪路に揺られること1時間余り、山々に囲まれた、バンマエホエア村に到着しました。



村の朝焼け

ここは95世帯、人口321人のカレン族（彼らは自分たちを「パガニョ」と呼ぶ）が住む、自然豊かな小さな村です。電気は太陽光パネルに拠り、水道は沢の水、ガスの代わりに薪を燃料に。村の公用語はカレン語で、現地ではパガニョ語といわれています。

乾期の炎天下、我々を出迎えてくれたのは、GONGGOVA現地担当・富田育磨氏（川嶋研究室・研究員）。

早速同氏によるオリエンテーションが行われ、村の紹介、生活する上での注意点、





一番人気・フライドチキン

18時から夕食。私を含め、初参加者は、村でいただく初めての料理とあって、興味津々です。

学生数人で、村人の皆さんに作ってもらった夕食を炊事場まで受け取りに行き、給食スタイルでひとりずつ一皿に盛り付けます。米・野菜中心の料理で、炒め物、お吸い物、揚げ物と、親しみやすい味付け。た

### 村での食事に興味津々

そして、起床から就寝までのスケジュールなどの説明がありました。

今夜の寝床は、村人から貸してもらった一軒家。学生・スタッフを含め12名が一緒に泊まれる2階建てで、マラリア、デング熱予防のため、一人用の蚊帳が個別に張られていました。



彩り豊かなメニューが並ぶ

いへん美味しかったです。

食後にミーティングを行い、21時まで談笑。21時を過ぎるとウイスパリング・タイム（ささやき時間）となりました。これは、就寝時間の22時に向けての準備タイムです。村人の就寝時間が21時ということを考慮し、会話はささやき程度の声量で、ということルール化したものです。

22時近く。夜のしじまの中、月明かりに照らされた、どこか幻想的な細道を辿って宿泊用の高床式家屋に向かい、眠りにつきました。

### いよいよ作業開始

2月17日早朝6時。あたりは未だ暗闇の中、室内で懐中電灯の光がひとつ、またひとつと点灯され、徐々にその数が増えてい



水道管の修理を見つめる子どもたち



夜のミーティング風景





き：全員起床となりました。

「よくおやすみになりましたか？」との富田氏からの問いに、学生たちは「ぐっすりでした！」と元気いっぱい。初めての海外体験とは思えない適応能力の高さを見せつけられ、そのエネルギーに圧倒されました。

しかし、想定外の寒さ！熱帯気候のタイが、これほどまでに寒いとは！

12〜13度とのことでしたが、体感では10度以下に思えました。長袖の上着を着ないと凍えるほどの寒さの中、各々が身支度を整えて本部エリアに集合し、一日が始まります。

7時には全員集合し、朝食を摂ります。昨日の夕食同様、数人で炊事場まで料理を受け取りに行き、各自で皿に盛り、いただきます。



村人と協力し  
貯水槽増設作業を行う

村の職人は皆さん気さくで、言葉が通じない学生たちにも現地のパガニョ語とゼスチャーで、熱心にコミュニケーションを試みてくれます。学生もまげじと、一言一言発せられる単語をメモし、復唱していきましました。こういった「国際文化交流」が作業中ずっと続き、作業をより楽しいものとしてくれました。

8時に富田氏から、「本日より2班に分かれ作業を開始します。食卓のこちら側の人がA班、そちら側の人がB班です」と発表があり、早々に作業に取り掛かりました。主な作業は、村にある幼稚園用の貯水槽増設、以前まで保健施設として使われていた建物の改築、ペンキ塗り等。各班に村の職人に加わってもらい、全員で作業を行いました。



ペンキ塗り

11時に午前中の作業が終了。語学学習も兼ねた作業はとても刺激的で、学生たちも大満足の様子でした。

午後の作業は16時開始。炎天下の作業ですから全員汗だくで、村人にシャワーの場所を案内してもらい、順番にシャワーを浴びました。

シャワーと言っても整った設備があるわけではなく、トイレに併設されている水場で大きな甕かめに水を溜め、それを手桶で体にかけるという行水スタイルです。水は真水



隣村の小中学校訪問





ようほう  
養蜂箱製作

で、最初のひと浴びは非常に冷たく、火照って開いた毛穴が一瞬で縮まるのが感じられました。

学生含め、全員がシャワーを終えて本部に集合。しばしの談笑後18時から夕食です。疲れた体に染み渡る献立の数々。食事中にその日の作業を振り返り、各々が活発に発言。食後には村人も合流し、再びパガニヨ語のレッスンはスタートしました。

ここでも若さのパワーがいかになく発揮され、頭の柔らかい学生たちの覚えは早く、昼間の作業中に教わった単語の復習をしたり、新たな単語を教われればすぐにメモし、自分のものにしていました。

このような交流は、就寝準備の21時まで続き、お互い会話はできなくても、そこそこの意思疎通が可能となりました。

22時、満天の星に見守られ就寝。初日の

この後、途中で約20名のタイ学生が加わり、力を合わせて作業に取り組みました。15日間で貯水槽増設が完了、建物の修繕も終了しました。

さらに地域イベント参加、小中学校訪問など、作業以外でも貴重な体験をすることができました。

活動を終え、やや興奮気味でしたが、眼を閉じるとたちまち襲ってくる睡魔に抗えるはずもなく、みな、いつしか夢の中へと：

**他では得られない、貴重な経験**



100kgの貯水槽部品を計6個も運び上げました



GONGOVA 本部前で記念撮影

GONGOVAの安全・安心体験は、先輩のメンバーや参加者の皆さんが長い時間をかけて活動し、現地の方々の信頼を得られたことで可能になっていると感じました。

私を含めた参加者一同、先達に感謝し、様々な思いを胸に帰国の途につきました。

帰国後、このような活動がとても身近に感じられ、改めて、他では得られない経験をさせていただいたと感謝しています。

きっかけを与えてくださった川嶋辰彦先生、富田育磨氏、スタッフの皆さんに感謝申し上げ、さらなる活動のご発展をお祈り致します。



# 2019 お花見 写真館



## 西日本支部 4月5日(金) 京都 喜Shin 原谷苑



## 中国支部 4月6日(土)

広島  
平和記念公園



功德院・大分本院





# セコム・ホームセキュリティのご案内

日頃から健康や防犯に気を付けていても、突然何が起こるかわかりません。りすシステムが推奨する「セコム・ホームセキュリティ」は、24時間365日休みなく、あなたの「もしもの時」に対処します。救急通報、センサーによる安否見守りサービス・防犯・火災・非常通報等に対応し、電話の応答がない場合はセコム株式会社の緊急対応員がただちに駆けつけます。異常があった場合には119番と同時にりすシステムに連絡が入ります。いのちと暮らしを守るため「セコム・ホームセキュリティ」の設置をお勧めします。



## セコム説明会のご案内

東京

【日時】 5月15日(水) 12:30～13:00  
16:00～16:30  
5月17日(金) 15:00～15:30  
6月15日(土) 12:30～13:00  
16:00～16:30  
6月18日(火) 15:00～15:30

【会場】 NPOりすシステム 北の丸ガラスゲート1F  
東京都千代田区九段北1-4-5

【最寄駅】 東京メトロ半蔵門線・東西線・都営新宿線  
「九段下」駅(3・5・7番出口) 徒歩5分

【日時】 5月12日(日) 10:00～11:00  
6月12日(水) 10:00～11:00

【会場】 りすセンター・新木場 東京都江東区新木場4-6-13

【最寄駅】 東京メトロ有楽町線・JR京葉線・高速りんかい線  
「新木場」駅よりバス8分

※新木場駅から送迎の用意があります

※参加希望の方はご連絡ください

名古屋

【日時】 5月10日(金) 14:00～15:00

【会場】 NPOりすシステム中部日本支部

名古屋市中村区名駅3-13-28 名駅セブンスタービル1211

【最寄駅】 JR「名古屋」駅徒歩5分

※参加希望の方はご連絡ください

大阪

【日時】 〈生前契約説明会終了後〉

5月7日(火) 12:00頃～/15:30頃～

6月7日(金) 12:00頃～/15:30頃～

〈談話サロン終了後〉

6月23日(日) 14:15～15:00

【会場】 NPOりすシステム西日本支部

大阪市北区東天満1-10-14 MF南森町2ビル4F

【最寄駅】 地下鉄谷町線/堺筋線「南森町」駅徒歩3分

JR東西線「大阪天満」駅徒歩1分

\*生前契約説明会・談話サロン終了後、セコム担当者が機器の操作方法、契約時や月々の費用、工事について等の説明をいたします。参加希望の方はご連絡ください。



急病時などは、ペンダント型の「マイドクター」を握るだけで、救急信号がセコムに伝わります。



室内の人の動きをセンサーで確認。一定時間動きが確認できなければ、異常事態が発生したと判断し、セコムが対応します。



Xperia Hello!  
(エクスペリア ハロー)  
もう一人家族がいるような安心感で、声でセキュリティの操作もできる、コミュニケーションロボットです。

※別途ご購入頂くものとなります

私たちが  
担当します!

磯貝 香也子  
(いそがい かやこ)  
アシスタント

■出身地:  
埼玉県川口市  
■趣味: ヨガ、旅行  
■性格: 明るく  
プラス思考



土屋 美幸 (つちや みゆき)

■出身地: 埼玉県朝霞市  
■趣味: 季節のお花めぐり、  
森林浴  
■性格: 明るく  
フットワークが良い

ご自宅でお困りごとやご不安はございませんか? セコム・ホームセキュリティで皆様の安心・安全な暮らしをサポートをいたします。使い方はとっても簡単! お気軽にご相談ください。

セコム・メディカルクラブ

耳より  
情報!

セコムでは契約された方への生活安心サービスとして「セコム・メディカルクラブ」を設けています。24時間365日豊富な経験を持つ看護師が対応する電話健康相談サービスや、医療機関情報の検索サービスなど、健康に役立つ情報を契約者の方々に提供しています。わざわざ病院に行くほどではないけれど、健康上のちょっとした不安があるときなどこのサービスをご利用ください!



## 《お知らせ》

どの支部の行事でも参加できます。事前に連絡ください。

### 東日本支部 暮らしのよろず相談会

▽日時…5月20日(月) 10時～16時

6月20日(木) 10時～16時

※毎月20日に行います

▽会場…りすシステム東日本支部(本部)

北の丸ガラスゲート1階

▽担当…

森 妙子(消費生活アドバイザー)

生前契約スーパーバイザー)

松島如戒(不動産コンサルタント)

杉山 歩(りすシステム代表理事)

末藤康宏(りすネット不動産事業部 部長)

宅地建物取引士

福祉住環境コーディネーター)

▽締切…1週間前までにお申込みください

### 東日本支部 法律相談

▽日時…5月22日(水) 13時～15時

6月24日(月) 13時～15時

▽会場…りすシステム東日本支部(本部)

北の丸ガラスゲート5階

▽担当…長谷川範子弁護士

▽締切…1週間前までにお申込みください



### 東日本支部 りすセンター・新木場見学会

▽日時…5月12日(日) 13時30分～

6月12日(水) 13時30分～

※毎月12日に行います

▽締切…前日までにお申込みください

※新木場駅から送迎の用意があります

※Ai(死亡時画像診断)装置の見学もできます

### 西日本支部 談話サロン

▽日時…5月23日(木) 12時～14時

6月23日(日) 12時～14時

▽会場…りすシステム西日本支部

▽参加費…500円(軽食をご用意します)

▽締切…3日前までにお申込み下さい



### 西日本支部 法律相談

▽日時…5月15日(水) 13時～15時

6月19日(水) 13時～15時

▽会場…りすシステム西日本支部

▽締切…1週間前までにお申込みください

※定員になり次第、締め切ります

### 例会・サロン

#### 北海道支部 例会

▽日時…6月6日(木) 11時～

▽集合…札幌市民交流プラザ1階

エスカレーター前に11時集合

▽会場…RESTAURANT DAFNE

(レストランダフネ)

▽参加費…3000円 ▽締切…5月31日(金)

※お申込みの方に詳細をお知らせします

※りすシステム代表・杉山も参加します

#### 四国支部 例会

大街道散策とカフェ&蕎麦を楽しみましょう

▽日時…5月25日(土) 13時～

▽集合…四国支部事務所に13時集合

▽会場…Cafe & 蕎麦 Sovasova

▽参加費…1000円前後

(各自でお支払い)

▽締切…5月20日(月)

※お申込みの方に詳細をお知らせします



#### 大分支部 うたごえサロン

▽日時…5月22日(水) 13時～15時

▽会場…カラオケLAGULA

▽参加費…600円

▽締切…5月20日(月)



熊本  
会場

生前契約説明会  
私のおぼえがき講座



- 会場：くまもと県民交流館パレア  
〒860-8554 熊本市中央区手取本町8番9号  
テトリアくまもとビル 9階 会議室9
- 生前契約説明会  
▽日時：5月29日(水)、6月19日(水)  
7月17日(水)  
各回13時30分～15時(開場13時)
- 私のおぼえがき講座 開催随時、要予約

施設見学会



- 埼玉県では珍しい、駅から徒歩圏内の自立と介護併設型シニア向け住宅を見学します。昼食付です
- ▽日時：6月20日(木) 11時～
- ▽会場：ライフ＆シニアハウス所沢  
〒359-1115 埼玉県所沢市御幸町5-15
- ▽参加費：無料(昼食付)
- ▽定員：15名
- ▽締切：定員になり次第、締め切ります  
※お申込みの方に詳細をお知らせします

第107回

日本水彩展 鑑賞会 & 食事会 6月7日(金)

りす倶楽部の表紙画でおなじみ、弁護士・日本水彩画会会員の福井大海先生にご案内いただく恒例の『日本水彩展 鑑賞会』を開催します。鑑賞会後、福井先生を交えての食事会を行います。皆様のご参加をお待ちしております。

会場：東京都美術館(上野)

集合：美術館正門前 10時集合

食事会：上野精養軒

参加費：3,000円(入場料・昼食代)

締切：定員になり次第、締め切ります

※お申込みの方に詳細をお知らせします



地方巡回展 鑑賞会 & お茶会 各回13時開始予定  
参加費1,000円(お茶代)

上野展終了後に開催される地方巡回展の鑑賞会も、福井大海先生にご案内いただきます。鑑賞後は先生を囲んでのお茶会です。りすシステム代表・杉山も全日程に参加します。熊本展は、福岡・大分出発のツアーを企画中です



- |      |           |                |
|------|-----------|----------------|
| 仙台展  | 7月 8日(月)  | 会場：せんだいメディアテーク |
| 名古屋展 | 7月 17日(水) | 会場：愛知県立美術館     |
| 広島展  | 8月 9日(金)  | 会場：福屋八丁堀本店8階催場 |
| 神戸展  | 9月 6日(金)  | 会場：兵庫県立美術館王子分館 |
| 松山展  | 9月 20日(金) | 会場：愛媛県美術館      |
| 熊本展  | 10月 2日(水) | 会場：熊本県立美術館 本館  |



支部



活動記

北海道・北日本支部

▼Kさん（74歳・男性）が入院している病院のソーシャルワーカーから、退院後の生活について相談がありました。

要介護2の認定を受けているKさんは、介護サービスを受けながら、これまで通り自宅で暮らしたいとの希望だったので、入浴等のデイサービスを利用しながらの生活を提案。Kさんも、それならということ、条件に合う施設を見学することになり、付添いの依頼を受けました。

施設見学日に病室を訪ねたところ、額に絆創膏を貼ったKさんの出迎えを受けました。聞くと、前の晩ふらついて転倒し、壁に額をぶつけ擦りむいたとのこと。入院中に体力が低下しました、とおっしゃるKさんの足元に注意しながら施設を見学しました。

見学後Kさんは、「デイサービスを検討していましたが、昨夜の転倒のこともあり、一人暮らしが不安になったので、施設入居を考えたと思います」とのこと。

そこで、まずショートステイを利用しながら、条件に合った施設を探すことになりました。また、費用の負担について不安があるとのことなので、介護保険の負担限度額認定の申請をしました。

病院のソーシャルワーカーとも連絡を取り合って情報を共有し、退院の時期を少し延ばせるよう、主治医と調整してもらっています。

Kさんが安心して暮らせる施設が一日も早く見つかるよう、ソーシャルワーカーや施設の相談員などと連携し、今後もサポートを続けます。



東日本支部

▼りすシステムと契約し、17年が経過したIさん（93歳・女性）。20年前にご主人に先立たれ、自宅で一人暮らしをしていました。

最近まで趣味にいそしみ、身体を動かすことも厭わない活動的な暮らしでしたが、昨秋あたりから通院サポートの依頼が増え、腰痛で受診した結果、脊柱管狭窄症との診断でした。

担当医に、「年齢を考え手術はすすめられない」と言われ、コルセットを付けて様子を見ることになりましたが、その後も襲ってくる痛みで、以前のように動くことができなくなりました。

そんなIさんから、一人暮らしは難しいので、施設入居を検討したいとの相談がありました。「痛みをやわらげるため、手術を受けることにしました。退院後しばらくは車椅子での生活になると思うので、施設への転居や引越しのサポートもお願いしたい」とのこと。

ご近所や友人との強い結びつきがあるIさんのこと、新しい環境に馴染めるか、よく考えたほうがいいですよと伝えしたところ、「何十年も、ここを終の棲家として暮らしてきましたが、痛みに耐えて過ごすうち、一人暮らしは無理と判断しました」と。決心は堅いようでした。

改めてIさんの希望をお聞きし、「りすシステムが信頼している施設、生涯安心して暮らせる施設、退院後、自宅に戻らず、そのまま入居できる施設」を探すことになりました。

いくつかの施設をIさんに紹介したところ、サクラが好きなIさんらしく、近くに桜並木のある施設を選びました。入院中に入居契約に関する手続きを進め、Iさんと施設スタッフとの面談に立ち会いました。

退院の日には、施設スタッフの手も借りて、Iさんの入居と引越作業を同時に行いました。施設スタッフから、「引越す前に、



長年暮らしたこの街で昼食をとりませんか」との提案があり、愛着のある街で、久しぶりの外食を楽しむIさんの笑顔が印象的な昼食会となりました。

施設入居後、Iさんはりハビリに励み、「自分で出来ることは、自分でやりたい」と前向きです。歩けるようになったら、散歩や食事に行きましようねと話しています。

新天地で見る桜は、Iさんの目にどう映ったでしょうか。今後も施設と連携しながら、契約家族としてのサポートを続けます。

## 中部日本支部

▼りすシステムと契約し、ケアハウスで暮らし始めてから15年になるRさん（86歳・女性）。

先ごろのケアハウス開設15周年のイベントの際は、「ここでの暮らしも15年になり、この年まで生きるとは思ってもいませんでした」とおっしゃっていました。

最近のRさんは、持病の糖尿病

は小康状態ですが、腰やひざの痛みで歩行困難となり、外出もままならない、いわゆるフレイルの状態です。

施設長からも、「今年になって急に生活レベルが低下しました。この状態だとケアハウスでの生活は難しいと思います。介護保険の区分変更を申請して、特別養護老人ホームへの転居を検討してはいかがでしょう」とのアドバイスがありました。

そこで、特養への転居を目的として、介護保険の区分変更手続きを行い、結果を待っています。並行してRさんの希望に合う施設を見学し、入居申込みを済ませました。通院も難しくなったため、往診してくれる病院を探し、その病院への初回受診の付添いと、訪問診療の手続きを行いました。

介護度が上がるのはマイナスですが、今より手厚い介護が受けられると前向きにとらえ、Rさんが穏やかに暮らしていけるようサポートを続けます。

## ※フレイル

人は年を取ると段々と体の力が弱くなり、外出する機会が減り、病気になるいまでも手助けや介護が必要となってきます。

このように心と体の働きが弱くなってきた状態をフレイル（虚弱）と呼びます（東京都医師会HPより）。

## 西日本支部

▼カルチャーセンターで、木彫りの講師として活躍していたHさん（88歳・女性）は、講師退任後、りすシステムと契約しました。

3年ほど前に入院、療養の時期もありましたが、現在はデイサービスなどの居宅介護サービスを利用し、自立した生活をしています。見守り訪問に伺った際も、お元気に暮らしておられました。

そんなHさんが、ホームセンターで買い物中に倒れ、救急搬送されたとの連絡が店舗の担当者から入りました。バッグの中の「緊急連絡カード」を見つけ、電話を下さったとのことで、搬送先へ急

行したところ、HさんはSCU（Stroke Care Unit、脳卒中治療室）へ運び込まれていました。

担当医に、「医療上の判断に関する事前意思表示書」を示し、これに沿った治療をしてもらうこととし、身元引受保証人として、入院手続き、入院保証金の支払いなどを行いました。

その後、Hさんの自宅へ伺い、保険証や服用中の薬の回収、洗濯物の取込み、生ごみの処分を行いました。また、新聞やコップの配食を一時停止し、デイサービスを利用中の、居宅介護事業所のケアマネージャーにも連絡しました。

しばらくは意識不明瞭で、会話もできない状態のHさんでしたが、1週間が経過した頃には一般病棟へ移ることができ、ほっとしています。

現在、退院後の生活について、Hさん、主治医、ソーシャルワーカー、ケアマネージャー、りすシステムで検討しています。

自宅での自立生活に戻れない場

合、施設入居も視野に入れることになりませんが、Hさんの希望に沿った生活が送れるよう、契約家族としてサポートを続けます。

## 中国支部

▼深夜1時頃、りすセンター・新木場から電話がありました。Sさん(83歳・男性)が亡くなったとの知らせが奥さんから入ったとのこと。奥さんから数日前に、「入院中の主人の容体が思わしくないので、万一の場合はお電話します」との連絡をもらっていた矢先のことでした。

状況確認のため、まず病院に電話したところ看護師に、「処置は終わっています。ご遺体のお引取りをお願いします」と言われました。霊安室での一時安置が可能なところもありますが、こちらの病院では、そうはいかないとのこと、お迎えの車を手配。

奥さんにも電話し、「30分ほどでお迎えの車が到着します。夜中ですから、いったんご自宅に戻っ

て、少しお休みになつてはいかがでしょうか。夜が明けたら、またご連絡します」と伝えました。

翌早朝、葬儀社に向かったところ、既に奥さんがいらしており、「自宅にいても落ち着かないので、来てしまいました。身内を呼んで、納棺に立ち会ってもいいでしょうか」とのこと。企画書によると、Sさんは通夜・葬儀不要、花と炬前経を希望、その他のことは身内と相談して決めて欲しい、とのことだったので、身内の方にも来ていただくこととしました。

夕刻の納棺まで、Sさんと身内の皆さんがゆっくり過ごすことができるよう、和室を用意してもらいました。納棺には遠方に住む息子さん、姪御さん、兄弟の方が立ち会い、Sさんとお別れしました。死後事務は企画書に沿って行いますが、年月とともに気持ちが変わったり、記載内容に変更が生じたりします。企画書はいつでも見直し、変更ができますので、何かあればご連絡下さい。

## 四国支部

▼ケアハウスに暮すTさん(81歳・男性)から、「入院・手術することになったので保証をお願いします。25日の『なんでも談話室』に書類を持参するので、サインして下さい。入院日は26日、手術は27日ですが、手術立会いもお願いします」との依頼がありました。

25日に書類にサインし、手術内容を聞いたところ、鼠径ヘルニアの手術とのこと、手術日に病院へ出向きました。

手術当日、看護師から、「右が悪いのでこちらの処置をしますが、左も開けてみて、必要なら処置します。所要時間は片方で2時間、両方ですと4時間くらいです」との説明を受けました。

待機すること約2時間で手術が終了。執刀医から、「右の処置のみで終了しました。左は処置の必要がなくそのまま閉じましたが、発症の可能性があります。明日、退院できますが、重いものを持た

ない、力まない、腹筋などの運動はしないよう注意して下さい」との説明がありました。

麻酔から覚めたTさんは病室で、「遠方から来てくれて嬉しかったです。助かりました。趣味のラオケも、腹圧がかかるので当分は我慢します」と笑顔でおっしゃいました。

「住んでいるケアハウスは自立型で、要介護となれば転居しなければなりません。今後は生活習慣や食事に気を配り、寝込まないよう、骨折しないよう、ここで長く生活ができるよう頑張ります」とのことです。

## 九州支部

▼本誌第262号2018年6月号で紹介した、Yさん(85歳・女性)のその後です。

昨年5月、緩和ケア病棟へ入院したYさんは、主治医から、「余命は明日かも知れないし、半年後かもしれない」と言われましたが、入院から7ヶ月経過しました。



血液検査後の病状説明では、主治医も驚くほど、がんの進行は緩やかでした。

「治療の選択肢はあります。気持ちの変化があれば遠慮なく言って下さい」との主治医の言葉にも、当初から「手術も積極的な治療もしない」と決めていたYさんの意は、ぶれることはありませんでした。

しかし、長期に及んだ入院生活に、「私って結構しぶといわねえ。でも先が見えない生活は、辛いものです」と、胸の内を明かされることもありました。

そこで、「可能なら、退院して施設で暮らしてみるのはいかがでしょう」と提案したところ、「前のホームには戻りたくないけれど、今の環境は変えたい」とおっしゃったので、主治医の同意を得て、介護認定を受けることにしました。

りすで、役所の手続き、認定調査の立会い、施設見学の付添いを行い、昨年末に入居準備が完了。

年明け早々に退院して入居出来ることになり、Yさんも心待ちにしていました。

ところが退院予定日の朝、Yさんは体調不良を訴え、退院は見送られました。興奮気味のワクワク感が災いし、具合が悪くなってしまったのかしらと苦笑いのYさんでしたが、数日経つても回復せず、準備万端整えてあった施設入居もキャンセルし、荷物も解きました。

容体は徐々に悪化し、トイレに行くのも困難になりましたが、気丈なYさんはナースコールを使うとせず、転倒防止にと設置したセンサーの取り外しを希望しました。それならと、看護師の巡回（お声かけ）の回数を増やしてもらい、Yさんが食べたいとおっしゃる品々を携え、可能な限り面会に伺うようにしました。

リクエストのあった食べ物も残しがちになり、眠っている時間が長くなっていったある日、病院から、「血圧が低下してきました。Yさんが、りすシステムにお礼を

言いたいとおっしゃっています」との連絡があり急行。待つていて下さったYさんの手を握ったところ、最期に「ありがとう」と言ってお下さいました。安らかな旅立ちでした。

Yさんはニュージーランドでの撒骨を希望していました。今ごろ、いつも見せてくれていた笑顔で、ニュージーランドへの旅を楽しみに待っていることと思います。

## 大分支部

▼Eさん（89歳・女性）宅を見守り訪問で伺いました。今回は介護認定調査の立会いを兼ねています。

「段ボールの山で、廊下も歩けないくらい散らかっている」とのこと、Eさんは「認定調査が終わるまでは、そのままでもいいですよ」と伝えましたが、当日伺ったところ、きれいに片づけられていました。

Eさんは認定調査員の質問にはつきりと受け答えし、生活動作も困らない程度にできていまし

た。主治医のクリニックで受けた認知症のテストも100点と、問題なし。

現状では、介護、支援の認定は難しいだろうと思われましたが、調査員は日頃困っていることはなにかなど、時間をかけ、丁寧にEさんに聞いてくれました。Eさんは、「食事の用意、洗いもの、片づけが面倒になり宅配弁当をとっているが、その手配も億劫になってきた。風呂掃除や入浴も、一人では怖く、不安で入浴できない、シャンプーは美容院でやってもらっている」など答えていました。

調査後、調査員からりすシステムのアドバイザーに質問があるとのこと、1階ロビーでお話をお聞きしました。「鍋を焦がしたことは？」↓「調理をしないので、ガスは使用しない」「レンジの調整ができず、加熱しすぎたことは？」↓「温めしかなないので、ない」等々。

「具体的な失敗談などあれば、お聞きしようと思いましたが、ご

本人から聞き取った範囲で調査報告書類をお書きします。認定されるかどうかとも言えませんが、結果をお待ち下さい」とのことでした。

▼前出のEさん、Oさん（84歳・女性）と、オープンしたばかりのデイサービス「B」の見学・昼食体験に出かけました。

Oさんは自立した暮らしをしています。体調が悪いときの家事手伝いのサポートについて、相談を受けています。

デイサービス「B」の特徴は、

- ①大分市街地にあり、7時～21時までの長時間の対応（短時間可）
- ②食事を作るのが億劫、配食の弁当は飽きたなどの悩みにこたえ、朝昼夕（おやつ）の食事提供
- ③フィットネス感覚の運動プログラム
- ④介護保険で対応出来ないサービスの提供（介護保険の認定を受けていない方でも利用可）と、Eさん、Oさんに十分メリットがありそうでした。

当日は施設の送迎があり、カフェのような空間に通され、カウンター奥のキッチンで調理されたばかりの食事（この日のメニュー…ビーフシチュー・オムレツ・ポテトサラダ・フルーツ）をいただきました。家庭的な優しい味付けで、思いがけない（失礼）美味でした。デイサービス「B」のコンセプトは『ここに来て良かった』で、正にそれを実感できる施設。代表、スタッフのやる気を感じられ、おしゃべりも弾み、楽しいひと時を過ごしました。

後日Oさんから、「おいしい食事をいただき、介護認定を受けていなくても受けられるサービスがあることを知り安心しました。見学してよかったです」との電話をいただきました。

介護認定の調査結果を待っていたEさんからは、要支援1に認定されたとの連絡が入り、今後は地域包括支援センターと連携し、デイサービス利用の手続きを進めます。

## なんでも談話室だより 3月19日（火）東日本支部

りすシステム 生前契約スーパーバイザー 黒澤淑子

霞か雲か弥生の空。花霞や花曇りはさておき、春はどこか調子を狂わせる？「近頃少しおかしくなったな」と心配する事が多い。物忘れが特に多くなつて。

「だから書いておいたのに、それを忘れちゃって」落ち着いて考えれば、「ここにありました。ちよつと忘れただけね」これは、寄る年波がヒタヒタと迫り来る自然現象だそうです。

日頃、いろいろな場面で努力された話をして下さると、身を乗り出して頷きます。これが年齢による老化と分かり、一安心したところで美味しいお昼です。

これがbrunchになるという方もお出でかなと思ひながら、次の話題は「西東京ブランチbranch」。西東京といっても埼玉県にあります。「東京デイズニールランド」も千葉県ですね。

りすシステムの「ブランチ」は、りす、利用者の方々、地域の方々が、りすの理念を紡ぎ繋いでいく拠点です。  
西東京ブランチの近くにお住いの皆さん、どうぞブランチをお訪ね下さい。きっと、りすシステムをもっと身近に感じていただけると思います。



西東京ブランチ

〒359-0024 埼玉県所沢市下安松 443-32  
Tel 03-5275-1311 Fax 04-2935-7480





## 地球に恩返しTシャツ・ポロシャツ



カラフルでかわいいロゴ付きの〈特製Tシャツ・ポロシャツ〉です。お買い上げ金額の一部を、りすシステムから「地球に恩返し基金」へ寄附いたします。ご協力よろしくお願いいたします。通信販売も承ります。ご希望の方は0120-889-443までご連絡下さい。

### Tシャツ

■定 価：2,000円(税・送料込み) ■サイズ：S・M・L  
■カラー：ホワイト・ピンク・イエロー・ライトグリーン・ライトブルー

### ポロシャツ

■定 価：2,500円(税・送料込み) ■サイズ：S・M・L・LL・3L  
■カラー：ピンク・ネイビーブルー

人気のカラーです！



## 地球に恩返し運動について

私たちの生命を育んでくれている地球!! このやさしい地球に少しでも恩返しをして、次世代に美しい地球を残しませんか。皆さまのご寄附で「地球に恩返しの森」に植樹ができ、銘板にあなたのお名前が刻まれます。

※匿名希望の方は、振込用紙の「通信欄」に「匿名希望」と、ペンネーム希望の方は「ペンネーム」を明記の上、「ご依頼人欄」には必ずお名前をご記入ください。



NPO りすシステム  
NPO 地球に恩返しの森づくり推進機構

**地球に恩返し運動本部**

連絡先：TEL.03-5215-2383

### 地球に恩返し 基金振込先

#### ● 郵便局から振り込む場合

郵便局口座番号：00140-7-743432  
加入者：地球に恩返し基金

#### ● 他行からゆうちょ銀行に振込む場合

店名：〇一九（ゼロイチキキュウ）  
種目：当座 口座番号：0743432  
加入者：地球に恩返し基金



## 「地球に恩返し基金」に寄附をいただき、ありがとうございました

|                   |                    |                   |
|-------------------|--------------------|-------------------|
| 岩見 弘子さん (東京都大田区)  | 野口 博信さん (東京都豊島区)   | 村岡 彌太郎さん (大分県大分市) |
| 沖 文子さん (東京都北区)    | 藤田 佳奈代さん (東京都練馬区)  | 村岡 美代さん (大分県大分市)  |
| 上鶴 昭子さん (大分県大分市)  | 町井 輝美さん (東京都江戸川区)  |                   |
| 白石 三男さん (千葉県八千代市) | 山川 アヤ子さん (神奈川県川崎市) |                   |

匿名3名 50音順



※ 2019年3月1日～3月31日の期間、13名の方から寄附をいただきました。

## ● なんでも談話室 ●

◎なんでも談話室は、開催時間中ならいつでも自由に参加できます。

|        |                                                                  |                                          |
|--------|------------------------------------------------------------------|------------------------------------------|
| 北海道支部  | 日時：5月6日(月) 11時～15時<br>※6月6日(木)は例会です。詳しくは8ページのお知らせをご覧ください。        | 会場：北海道支部事務所                              |
| 北日本支部  | 日時：5月30日(木) 11時～15時<br>日時：6月30日(日) 11時～15時                       | 会場：北日本支部事務所<br>会場：北日本支部事務所               |
| 東日本支部  | 日時：5月17日(金) 11時～15時<br>日時：6月18日(火) 11時～15時                       | 会場：北の丸ガラスゲート1階<br>会場：北の丸ガラスゲート1階         |
| 中部日本支部 | 日時：5月10日(金) 13時～15時<br>日時：6月10日(月) 13時～15時                       | 会場：中部日本支部事務所1211号室<br>会場：中部日本支部事務所1211号室 |
| 中国支部   | 日時：5月4日(土) 13時～15時<br>日時：6月1日(土) 13時～15時                         | 会場：中国支部事務所<br>会場：中国支部事務所                 |
| 四国支部   | ※5月25日(土)は例会です。詳しくは8ページのお知らせをご覧ください。<br>日時：6月25日(火) 13時～15時      | 会場：四国支部事務所                               |
| 九州支部   | 日時：5月30日(木) 13時～15時<br>日時：6月29日(土) 13時～15時                       | 会場：九州支部事務所<br>会場：九州支部事務所                 |
| 大分支部   | ※5月22日(水)はうたごえサロンです。詳しくは8ページのお知らせをご覧ください。<br>日時：6月24日(月) 13時～15時 | 会場：大分支部事務所                               |

## ● 談話サロン ●

|       |                                            |                            |                          |
|-------|--------------------------------------------|----------------------------|--------------------------|
| 西日本支部 | 日時：5月23日(木) 12時～14時<br>日時：6月23日(日) 12時～14時 | 会場：西日本支部事務所<br>会場：西日本支部事務所 | 詳しくは8ページ参照<br>詳しくは8ページ参照 |
|-------|--------------------------------------------|----------------------------|--------------------------|

## ● 生前契約説明会・私のおぼえがき講座 ●

| 支部     | 電話番号                         | 生前契約説明会              |                            | 私のおぼえがき講座            |                            |
|--------|------------------------------|----------------------|----------------------------|----------------------|----------------------------|
| 北海道支部  | 011-756-4165                 | 5日(1月休み)             | 13:30～15:00                | 随時開催                 |                            |
| 北日本支部  | 022-797-2072                 | 2日(1月休み)             | 13:30～15:00                | 随時開催                 |                            |
| 東日本支部  | 0120-889-443<br>03-3511-3277 | 10日<br>会場：九段下        | 11:00～13:00<br>14:30～16:30 | 15日<br>会場：九段下        | 11:00～12:30<br>14:30～16:00 |
|        |                              | 24日(3・9月休み)<br>会場：巣鴨 | 13:00～15:00                |                      |                            |
|        |                              | 5月7日、6月7日<br>会場：横浜   | 10:30～12:30                | 5月29日、6月27日<br>会場：横浜 | 10:30～12:30                |
| 中部日本支部 | 052-569-2254                 | 25日                  | 13:00～15:00                | 随時開催                 |                            |
| 西日本支部  | 06-6809-2289                 | 7日                   | 10:30～12:00<br>14:00～15:30 | 26日                  | 10:30～12:00<br>14:00～15:30 |
|        |                              |                      |                            |                      |                            |
| 中国支部   | 082-568-1585                 | 28日                  | 10:30～12:00                | 随時開催                 |                            |
| 四国支部   | 089-933-5670                 | 25日                  | 11:00～12:30                | 随時開催                 |                            |
| 九州支部   | 092-738-2718                 | 24日                  | 13:30～15:00                | 随時開催                 |                            |
| 大分支部   | 097-538-6263                 | 27日                  | 13:30～15:00                | 随時開催                 |                            |

※くまもと県民交流館パレアでも「生前契約説明会」「私のおぼえがき講座」を開催します。詳しくは9ページを参照ください。

例会・見学会・談話サロン・法律相談のお申込み先

☎ 0120-889-443

生活支援テレホン

☎ 0120-332-206

24時間365日いつでも りすセンター・新木場

☎ 0120-373-959 (海外からご利用の場合) +81-3-3522-5660