

りす俱樂部

2019 年
7・8月合併号
第 273 号

種無し葡萄

枇杷を食した時、種の大きさがせめて半分ならと思ったが、今日の果物は、種無し葡萄だった。滑らかな甘さの食感を楽しんだ。ふと、思った。子や孫、末代に至るまで、花咲き実を結び、種になる夢を持って健気に生き、時満ちて枯れる植物の一生であるはずなのに、人に喜んで貰うために種を抱える道を放棄させられた葡萄の運命。どことなく悲しい。

弁護士 福井大海

「人生100年時代」をどう生きる？

NPO りすシステム
生前契約スーパーバイザー 森 妙子

「人生100年時代」という言葉が、普通に使われるようになってきました。

「人間五十年、下天の内をくらぶれば、夢まぼろしのごとくなり」と人間の命のはかなさを謡い舞った織田信長がこれを聞いたら、どんな答えが返ってくるでしょうか？

人生短くても長くても、一人では生きられないのが人間です。生まれてすぐはお母さん、そして家族、友だち…成長するに従って関わる人は増えてきます。

関わる人たちが皆、自分にとって良い人ばかりなら平穩無事な毎日でしょうが、なかなかそうはいきません。2人以上の人が関われば、必ず何らかの関係やトラブルも生じます。そしてトラブルや人生の悩みの殆どは人間関係なのです。

樋口恵子先生は、読売新聞の「人生案内」欄で、2008年から2018年の10年間、人付き合いの苦悩を相談者と一緒に悩み、解決法を考えてこられました。

この度、海竜社から出版された『前向き長持ち人間関係の知恵』は、10年間の相談の中から抜粋したものを、見開き一項目で読みやすく編集したものです。樋口先生は相談者の心に寄り添い、情と理を併せ持つ先生ならではの解決策をアドバイスして、悩む人の背中を温かく押してくれます。

100年時代になれば、後期高齢者になってからも25年という年月が続きます。同じトラブルの解決策といっても若い時とは自ずと違ってくるのではないのでしょうか。自分を労りながら、ゆるゆると生きる知恵も必要かもしれません。

ご著書の中から、高齢期を生き抜く参考になるような相談例をいくつか紹介させていただきます。



- 感情より勘定
- 腐れ縁もご縁のうち
- 「お互いさま」をモットーに
- 「ま、いいか」と受け入れる
- 前向きに上手に生きる
- 親しき仲にもけじめあり
- 「いい嫁願望」を捨てる
- 人生は失望して生きるには長すぎる
- 夫の定年は夫婦関係のギンチェンジの好機
- 人間関係は断つのは簡単、結ぶのは大変
- 怨み・つらみはいつたん棚上げ
- 死んでから化けて出よう

☆親子関係☆

一番身近な関係だけに、こじれてしまうと修復も大変です。

☆母と二人暮らし、関係悪化

＊50代の会社員女性。別々に住んでいたときは旅行や買い物に誘っていたが、同居し

た途端に母との関係がうまくいかなくなりました。ちょっとしたことを注意しただけで母はそっぽを向いて食事もとらない。「ああ言えばこう言う」ですぐにキレる。母はその後けろつとしているが、私は言われたことを一日引きずってしまふ。少しでも気が楽になる方法はないでしょうか。

＊嫁姑や他人であれば、大人同士の距離感や遠慮があるが、ある種の親は、子どもに素直に頭を下げたり非を認めたりするのがイヤなのです。

母上がおとなしくなったときは最期が近づいたときです。二人だけの時間を少なくするために、家庭に他人を呼んで一緒に食事をしたり、あなた自身、外で活動する時間を長くして、親の憎まれ口を聞き流す作業をしてください。

☆娘に叱られてばかり

＊80代女性。60代の娘とは夫を亡くした者同士。娘は25年も後輩なのに、私を無能のように扱います。親が子を思うほど、子は親を思わないのでしょうか。

＊我が家とあんまり同じ様子で、思わず笑ってしまいました。

あなたへのお答えは、深刻にならず、引

っ込まず、盛大にけんかして、あとは笑い飛ばすことです。実の親子、特に女同士はそれですみます。心の中では、娘さんは母親を大切に気遣っていると思います。信じてあげてください。

☆80歳の父に運転をやめさせたい

＊50代女性。事故が起こる前に運転免許を返上してもらいたいの、父と同居している兄に相談したら兄は、「かわいそう」と言うし、母は自分の「足」がなくなるので困ると言う。今日も父が運転していると思うと心配でたまりません。

＊この問題は、高齢社会と家族にとって重大な悩みごとです。交通安全の立場からは早急な免許返上が正解ですが、高齢者の側からは、長年の移動の自由と生活の利便を奪われること。交通手段の少ない地方在住者にとってはなおさらです。

まず、同居のご家族と意思統一をはかることが大切ですが、家族では説得しきれないときは、ご本人が信頼するかかりつけの医師や、専門家の協力を求めるようお勧めします。



夫婦関係

一緒にいる時間が長くなると、日常の些細なことに腹が立つたりするものです。

☆いつも一緒にいたがる

＊60代女性。定年後の夫はボランティア活動やスポーツなど、いろいろなことを始めたのですが、自分の分野に私を巻き込んで何でも二人でやりたがるうとします。私は一人でいるのが好きなので、どう折り合えばよいでしょうか。

＊今や人生100年時代。結婚第二幕が定年から始まります。この二幕目を経験するのはこれからの世代ですから、台本はありません。

折り合いをつけるには、お互いが政党の党首になった気分で、まともにぶつかって論点を明確にし、その上で納得して妥協する必要があります。あいまいにごまかすには、定年後の人生は長すぎます。

「一人の時間が欲しい」という願いをきちんと伝えてうまく妥協が成立し、結婚が「解散」しないようにお祈りします。

☆不仲の夫を自宅介護すべきか

＊60代主婦。夫は脳梗塞で入院中。半身麻痺があり、読み書きもできない。退院後、

家で私が介護すべきか、施設へお願いすべきか迷っています。

介護したくない理由は、私自身も病気があり無理がきかない。今までも夫と不仲だったのは、夫のひどい借金癖。主治医もまわりの人もみな施設を勧めます。私も本心は介護したくないけど、施設に入れるのは人道上許されないのではないかと、毎晩悩んでいます。

＊夫君との不仲の理由、施設に入りたい理由、それをためらう内心の思い：
整理されたお手紙を拝見、感服しました。



2016年8月8日
『戦後70年、私の遺言』
出版特別記念講演にて

私も施設利用をお勧めします。要介護のご家族の施設利用は決して人道に反することではなく、老々介護で共倒れするよりはるかに賢明な選択です。施設を利用したら、どうぞちよくちよく顔を出してあげてください。

切りたくても切ることができず続いた人間関係を「腐れ縁」と呼ぶようですが、私は「腐れ縁もご縁のうち」と思っています。

嫁姑の関係

古今東西、嫁姑間のトラブルは事欠きません。以前は、お嫁さんからの相談が多かったのですが、最近はお姑さんの悩みが多いようです。

☆不親切、口をきかない60代の嫁

＊80代の女性。夫は30数年前に亡くなり、その後長男夫婦と同居し、孫はすでに自立。嫁は私に対しては不親切で口を一切ききません。夕食だけは作ってくれます。私には少しか収入があるので毎月6万円ずつ渡しています。嫁の気が入るのでしょうか。普段は敷地内の草取りをしながら寂しく過ごしています。嫁とお茶を飲んだことはありません。嫁の気に入るようにするにはどうすればいいのでしょうか。

＊今の世の姑の悩みは、80代からということがよくわかりました。他にも80代のお姑さんからご相談をいただいています。内容は全く同じ「嫁の不機嫌」です。同居期間が長く、孫はその間にみんな独立し、別居していききました。家族は中高年ばかり。嫁姑の正念場はここから始まるのですね。

お嫁さんにも私の声が届くなら、一日に時間を限ってでも、普通の会話の相手になつてあげてほしい。今さら心を開くのは

無理として、勤勉に生きてきた 80 代をこんなに悲しませてはいけないと思います。

一方、お姑さんは、こんなに長く「嫁」である女性は、今の 50〜60 代が史上初であることを理解してあげてください。おたくのお嫁さんは 30 余年前の「嫁入り」以来、ずっと「嫁」であり続けてきました。不機嫌のものは「嫁」の立場です。

お互いに史上初なのですから、ぎくしゃくするのは当たり前。嫁姑を意識しなくてすむ横の人間関係を豊かにして、大いに外の地域活動に参加してください。地域の「役に立つ人間」に、あなたならきつとなれます。

〜年をとったらお互いさま〜

年を重ねると、自分では気付かなくても、他人に不快感を与えていることもあるかもしれません。

☆ケアハウス職員が「暴言」

* 90 代女性。ケアハウスの職員と入居者の態度に納得がいかない。談話室で仲間とぬり絵やトランプをして遊んでいるとき、一人の年寄りが職員に大声で何度も繰り返して同じ話を延々と続けるので、つい「うるさいなあ」と言っていました。

職員は私に、「ここは談話室ですので、

うるさいなら自室へ」「あるいは補聴器を外してください」と言いました。

談話室は入居者の憩いの場所でもありません。自室に引込んでいられるというのは暴言ではないかと思っています。自室では仲間と遊ぶこともできません。その年寄りが、職員を味方につけたと思って、私を攻撃してくるのにも困っています。もう少し小さい声で話してくれというのは無理なのでしょうか。

* ケアハウスの談話室で、お友だちと、ぬり絵やトランプで楽しい時間をお過ごしのご様子、まずはお喜び申し上げます。

職員が「うるさかったら自室へ」「補聴器を外せ」とあなたに言ったことは、どう考えても適切な対応ではありません。今どきの施設は、自室に引きこもらせないよう、入居者同士のコミュニケーションを盛にするよう一生懸命のようですから。

もし、職員が一方的にあなたを責めて居心地が悪いようなことがあれば、入居者として自治体などに苦情を申し立てる道は常に開かれています。

でも、この場合は、もうちょっと緩やかに考え直してみませんか。私を含めて、高齢者は多少とも聴力が落ちており、その分、自分の声が大きくなりがちです。同じ

話を繰り返すのは、この年になればもうお互いさま。娘と暮らす私は、「その話は何回目！」と指摘され、「いい話は繰り返するんだ！」と毎日けんかです。

自分の大声歓声には気づかぬこともあり、だから事実であっても「うるさいなあ」というあなたのとがめ方はちよつときつすぎたかも。ほんとに、年をとればとるほど「お互いさま」をモットーに、いくつになっても人生、修業です。

〜将来への不安〜

長生きは喜ばしいことではありますが、一方、病気やお金の不安も出てきます。

☆認知症への不安で円形脱毛症に

* 60 代なかばの主婦。認知症になるのだからと心配して、円形脱毛症になってしまいました。今はまだ認知症になっていないと思いますが、予備軍と思われる具体的な症状に、私もいくつか該当しているように思います。

生活態度を変えないと、本当に認知症になってしまふという思いばかりが募り、早く治療をすべきではないか、そんなことを考えてどうしたらいいか迷ってばかりです。



＊円形脱毛症になるほどご心配でしたら、どうぞ今すぐ、認知症に詳しい専門家のいる医療機関を訪ねて精密検査をしてもらってください。

私は高校時代、ある難しい病気になったと思い込み、毎晩、宿題もせずに泣いて騒いだ時期がありました。ところが、親に病院の大先生の前に連れて行かれ、丁寧な診察の上、「そうではない」と言われた途端にケロリとしてしまいました。

専門家の力は偉大です。あなたもおそらく、「何でもない」と言われるような気がいたします。

認知症は、私の周辺の同世代の人の間でも、少しずつ数が増えてきました。私もいつかそうなることを覚悟しながら、認知症と言われた知友に、できるだけ普通に、親切に接しようと努力しています。認知症になってしまったら、問われるのは患者その人のあり方ではありません。認知症の人はどう関心を寄せ、どう対応するか―周囲の人たちや社会の態度です。

せっかく関心をお持ちなのですから、認知症の人へのサポートを学ぶ講座や、ボランティア活動に参加なさいませんか。逃げ回るより、支える側に回ってください。

☆お金の余裕がなく長生きが怖い

＊一人暮らしの60代半ばの女性。長生きするのが怖くて仕方ありません。

私の家族は長寿です。父は90歳を超えるまで生きました。母も90代です。認知症を経て脳梗塞になり、意識がほとんどないまま入院しています。私が長生きをして、もし認知症で寝たきりになっても、子どもは自分たちの生活で精いっぱい、介護してくれないでしょう。

年金と少ない貯金で暮らしており、施設に入る余裕ありません。その貯金も90歳まで生きたら底をつきます。認知症になったら困ると思い、運動をして食事にも気をつけていますが、皮肉にもこれが逆に長生きにつながりそうです。

＊「長生きをするのが怖い」というご心配は、日本の人々に、少なくとも真面目に将来を考える人々に、共通する悩みだと思います。

あなたが感じているとおり、戦後の日本は寿命が格段に延びました。私はあなたより20歳も



2018年11月5日
りすシステム生前契約25周年
記念シンポジウムにて

年上で、とつくに死んでいると思ったのに、まだ生きています。

それでも一生懸命に生きようと思うのは、同じような同世代の仲間がたくさんいるため、「100年ライフ」に合った新しい生き方を実践してみたいという目標があるからです。私たちはこんなに長生きをする初めての世代なのです。長い前途を残し、生きることへの憧れを胸に、若くして死んでいった人は大勢います。高齢まで生きることができた私たちは、老いを楽しげに生きる義務があると思います。

今、できることから始めてください。あなたの年齢では、生き死にを考えるより、シルバー人材センターに登録するなどして、少しでも働くことです。労働力の側身を置くのは、社会的にも今の課題にかなっています。

樋口先生の回答は、どんな場合でも自分を追い込まないで、気持ちの穏やかになるよう示唆を与えてくださいます。

長寿時代になれば、関わった人間関係も長く続くことになりすから、肩肘張っていては疲れます。人と人との関係にも程よい間が大切なのでしょうね。

2019年6～7月 写真館

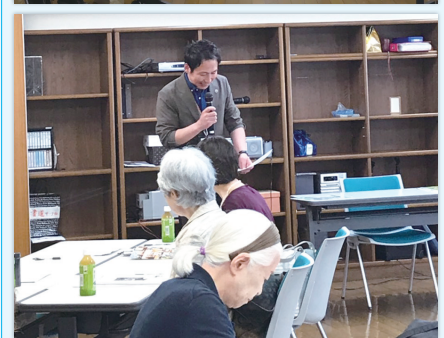


6月7日(金)
日本水彩展 鑑賞会&食事会
東京都美術館・上野精養軒

7月8日(月) 地方巡回展
仙台展 鑑賞会 & お茶会
せんだいメディアテーク



6月20日(木) 施設見学会
ライフ&シニアハウス所沢



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。

りすシステムで、緊急通報装置等の設備が付帯していない住宅の身元引受人・連帯保証人および緊急連絡先を受託する際は、セコム株式会社等が提供する安否見守りサービスの導入が必須です。

セコム説明会のご案内

東京

【日時】 8月15日(木) 12:30～13:00

16:00～16:30

8月19日(月) 15:00～15:30

9月15日(日) 12:30～13:00

16:00～16:30

9月19日(木) 15:00～15:30

【会場】 NPOりすシステム 東日本支部 (本部)

東京都千代田区九段北 1-4-5 北の丸ガラスゲート 1F

【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

※参加希望の方はご連絡ください

【日時】 8月12日(月) 10:00～11:00

9月12日(木) 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】 9月10日(火) 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〉

8月7日(水) 12:00頃～/15:30頃～

9月7日(土) 12:00頃～/15:30頃～

〈談話サロン終了後〉

8月23日(金) 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

※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

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



私たちが
担当します!

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

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!

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。

《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.. 8月20日(火) 10時~15時

9月20日(金) 10時~15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.. 9月9日(月) 13時~15時

※8月はお休みです

▽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.. 8月12日(月) 13時30分~

9月12日(木) 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.. 8月23日(金) 12時~14時

9月23日(月) 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.. 9月18日(水) 13時~15時

※8月はお休みです

▽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・談話室・うたごえサロン

北海道支部 例会

さつぽろオータムフェストを楽しみましょう

▽日時.. 9月6日(金) 11時~14時

▽集合.. 大通公園 ▽参加費.. 2500円

▽締切.. 9月5日(木)

※お申込みの方に詳細をお知らせします

北日本支部 例会

梨狩りにいきましよう!

▽日時.. 9月27日(金) 9時45分~15時

▽集合.. 仙台駅ステンドグラス前

▽参加費.. 3000円 ▽締切.. 9月20日(金)

※りすシステム代表・杉山も参加します

※お申込みの方に詳細をお知らせします

西東京ランチ なんでも談話室

▽日時.. 9月11日(水) 13時~15時

▽参加費.. 無料、お茶・お菓子をご用意します

▽定員.. 10名 定員になり次第締切り

※JR武蔵野線・新秋津駅、西武池袋線・秋津駅から送迎の用意があります

大分支部 うたごえサロン

▽日時.. 9月24日(火) 13時~15時

▽会場.. カラオケCLUB DAM

▽参加費.. 600円 ▽締切.. 9月20日(金)

8～9ページのお申込み・お問合せ



0120-889-443



施設見学会

【リリィパワーズレジデンス保谷】

〒202-0015 西東京市保谷町1-13-13

自立型サービス付き高齢者向け住宅として、今年4月1日にオープンしました。24時間スタッフが常駐していますので、お困りごとはすぐにご相談いただける環境です。見学後、食堂で昼食をご試食いただけます。



▽日 時：8月22日(木) 12時30分～14時30分

西武新宿線・西武柳沢駅北口12時集合

▽参加費：無料 ▽定員：15名



※両日とも、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

【ゆいま～る^{じんなん}神南】

〒455-0021 愛知県名古屋市中村区木場町6番18

マンションの空き室を改修した〈分散型〉サービス付き高齢者向け住宅です。既存の住宅のリノベーションにより価格も低く抑えることができました(62.52㎡・6万円台～)。多世代の住民や地域に溶け込んだ暮らしができる、新しいタイプの高齢者住宅です。



Sタイプの居室

▽日 時：10月4日(金) 11時～13時

名鉄・神宮前駅改札口10時10分集合
直接行く場合は11時に現地集合

※申込時にどちらに集合するかお伝え下さい

▽参加費：1,000円(昼食・飲み物代) ▽定員：20名

第107回 日本水彩展

地方巡回展 鑑賞会 & お茶会



りす倶楽部の表紙画でおなじみ、福井大海先生にご案内いただく地方巡回展・鑑賞会です。絵画鑑賞後は先生を囲んでのお茶会を開催。りすシステム代表・杉山も全日程に参加します。お申込みの方に詳細をお知らせします。

参加費：1,000円(お茶代)

広 8月9日(金) 13時～

島 会場：福屋八丁堀本店8階催場

先生を囲んでのお茶会(プレゼント付き)があります

神 9月6日(金) 13時～

戸 会場：兵庫県立美術館王子分館

先生を囲んでのお茶会(プレゼント付き)があります

松 9月20日(金) 14時30分～

山 会場：愛媛県美術館

先生を囲んでのお茶会(プレゼント付き)があります

熊 10月2日(水) 13時～

本 会場：熊本県立美術館 分館

福岡からの貸切バス利用の日帰りツアーあり
9:30 日銀前 集合・出発～熊本市内昼食
～鑑賞会～お茶会～日銀前 到着・解散 17:00

参加費：7,000円(バス・飲食・保険料込み)

締 切：9月30日(月)

※鑑賞会&お茶会のみのご参加も受付をしています
(参加費 1,000円)



支部



活動記

北海道・北日本支部

▼9年前にりすシステムと契約したIさん（78歳・女性）は、3人兄弟の末っ子で、みなさん別々の施設で暮しています。

一番上のお兄さん（90歳）は認知症を患い、特別養護老人ホームに入居していますが、最近、誤嚥性肺炎で緊急入院するなど、健康面に不安をかかえています。真ん中のお兄さんも89歳と高齢なため、少し年の離れたIさんが、上のお兄さんの生活に関する施設とのやり取りや、金銭管理を行っています。

「大変ですが、いままで世話になった兄ですから」とおっしゃっていたIさんが、先日、上のお兄さんのことで相談があると、来所されました。

「私が事故に遭ったり、万一先に逝ってしまったらしたら、兄は

どうなるのか。そう考えると心配でたまりません」とおっしゃるIさんに、Iさんが申立人となる法定後見制度の利用や、Iさんの依頼で、Iさんの生前事務の範囲でお兄さんのサポートができることなどをお伝えしました。

▼Sさん（86歳・女性）のお姉さんは東京にお住まいで、認知症の初期症状が始めています。先日、そのお姉さんが転倒、骨折で入院したため、Sさんが上京しました。

病室で会ったお姉さんは、「遠いところまで、よく来てくれました。ありがとうございます」とおっしゃったそうので、一安心したそうですが、翌日状況が一変。お姉さんから、「私の財産を取り返しに来たのか!」との暴言を受けたSさんは、これも認知症の症状かと理解しつつも、大きなショックを受けそうです。

「すぐに帰りたい。迎えに来て。

姉があんな風になってしまうなんて!」とおっしゃるSさんを、翌日東京まで迎えに行き、自宅へお送りしました。

生前契約説明会で、身元引受保証人の役割などについてお話しすると、「そんなことは兄弟姉妹にやってもらえるから」とおっしゃる方もいます。しかし、年齢とともに状況は変わり、現在関係が良好であったとしても、その方たちにできる範囲は限られてきます。身内に頼めることは身内に、それ以外のことは契約家族のりすシステムにと、上手にりすを活用していただきたいと思っています。

東日本支部

▼自宅で一人暮らしだったCさん（74歳・女性）が、りすシステムと契約したのは16年前のことでした。契約の翌年にがんが見つかって手術し、投薬治療と定期検査を受けながら在宅で療養。その後、

がんの転移による抗がん剤治療・入院などがあったものの、病状の

悪化は見られませんでした。

誕生月にお送りし、近況を記入して返送いただく「**確認シート**」

には、詳細な報告に加え、ユーモアを交えたコメントや趣味のことなどを書き添えて下さっていたCさんです。

見守り訪問で自宅に伺った際は、りす関連の書類はここ、入院時のバッグはここという風に、きちんと整理した暮らしをされており、近所の方々にも、りすのことをお話し下っていました。

そんなCさんが4年前、有料老人ホームへ入居することになり、りすが身元引受保証を行いました。「良いホームが見つかったよかったと思います。『まだ早い』という人もいますが、元氣なうちに自分で決めることができて嬉しいです。うきうきしながら、片付けをしています」とおっしゃっていました。

ホーム入居後、数年間は、何ごともなく暮らし、企画書の見直しや遺言の書換えなどをしていたC

さんが、今年に入り、自身の申請で要介護1の認定を受けました。ホームで担当者会議を行い、本人、ケアマネージャー、ヘルパー、りすで介護内容を検討。会議後、Cさんからりす事務所へ、「スタッフの方が遠くまで来てくれて、有難いことです」とのお礼の電話をいただきました。

3月の見守り訪問では、再びがんの転移が見つかったことなどお話しされ、具合は良くないが、ここまで生きて来られたことは幸運だった、出会えたすべての人に感謝したいとおっしゃっていました。

Cさんが旅立ったのは、セデーション（鎮静。また、鎮静剤を投与すること。特に、モルヒネなどでは症状を緩和できない末期がん患者の苦痛を取り除くため、鎮静剤を投与し、患者の意識レベルを意図的に低下させて眠らせること。『大辞林』より）を検討していた矢先の、5月下旬深夜のことでした。

Cさんは献体を希望していたので登録先の大学病院へ連絡し、お迎え（遺体引取り）の依頼をしました。施設から、「家族同様にお世話をさせていただいたので、ぜひお見送りをしたい」との申し出があり、当日は友人、施設スタッフ、りすスタッフでお見送りしました。

Cさんのお戻りは来年の予定です。死後事務を進めながら、お待ちしたいと思います。

▼Rさん（84歳・女性）が、「施設に提出する書類を持参するの、記入をお願いします。郵送でもよかったけど、ちょっとお会いしたいと思って」と来所されたのは、6月中旬のことでした。

「この年なのに、どこも悪いところがなく」と笑顔でおっしゃり、面談室を後にされたRさんでしたが、10分後、事務所1階のソファで倒れているのをスタッフが見つけ、救急搬送しました。

ICU（Intensive Care Unit 集中治療室）へ運び込まれたRさん

は脳内出血との診断で、住んでいる施設に経緯を説明し、入院したことを伝えました。

翌日入院手続きをし、今後の医療方針について、「**医療上の判断に関する事前意思表示書**」を提示し、医師と打ち合わせました。

現在は一般病棟で治療中ですが、状態を見ながら、長期療養型の病院への転院、退院後の施設住替えなどを検討していきます。

▼7月上旬、Nさん（68歳・男性）が外出中に倒れ、救急搬送されました。倒れているNさんを見つけた通行人が救急車を手配し、Nさんが持っていた「**緊急連絡カード**」を見つけて、りすシステムへ電話を下さったとのことで、その方に救急隊員到着まで待機をお願いし、隊員に、りすに電話を下さるよう伝えてもらいました。

到着した救急隊員に搬送先の病院を聞き、急行。既往症が原因と思われるとのことで、お話しができる状態ではないものの、命に係るほどではなく、HCU（High

Care Unit 高度治療室）で治療することになりました。

翌日入院手続きをし、必要な物品を購入。3日後には病状が安定し、一般病棟へ移りました。引き続き、Nさんのサポートを続けます。



中部日本支部

▼ご主人と二人暮らし、お子さんのいないOさん（78歳・女性）が、りすシステムと契約したのは2014年のことでした。

契約前は、持病があり入退院を繰り返すご主人との暮らしに不安を感じる毎日で、どちらかが1人になったときのことを考え、終活に取り組み、施設探などとしていたOさん。ある日、見学に行った施設からセミナーの案内が届き参加、そこでりすシステムと出会いました。

セミナーはりすシステム代表・

杉山歩による、「身元引受保証人の役割と生前契約」でした。講演を聞いたOさんは、「私の求めていたものはこれだ!」とすぐに契約し、ご主人はシンプル葬を契約しました。合わせて、ご夫妻でもやいの会にも入会しました。

今年4月ご主人が亡くなり、シンプル葬を執り行い、Oさんの生前事務として、もやいの碑への納骨に立ち会いました。初盆の読経も、功德院にお願いしています。

「主人のため、できることはやりたいと思います。これで少し肩の荷が下りました」とおっしゃるOさん。今後は自分のことを一番に考え、安心して暮らしていただきたいと思っています。何かあれば、契約家族のりすシステムが支えます。

西日本支部

▼本誌第270号・2019年4月号で紹介した、Hさん(88歳・女性)のその後です。

デイサービスなどの居宅介護

サービスを利用し、自立した生活を送っていたHさんでしたが、ホームセンターで買い物中に倒れ、救急搬送されました。

SCU (Stroke Care Unit 脳卒中治療室) に運び込まれ、しばらくは会話もできない状態でしたが、1週間経過した頃には一般病棟へ移り、1ヶ月後にはリハビリ病院に転院しました。

転院当初は食事の一部介助が必要で、車椅子への移乗も一人では難しい状態でしたが、2ヶ月が過ぎた頃には担当医も驚くほどの回復で、右手足に多少の麻痺が残るものの、室内では4点杖での歩行が可能となりました。

笑顔も見られるようになったHさんから、「もう自宅での一人暮らしは無理だと思うので、施設を探してほしい」との依頼があり、情報を収集し検討。先日、条件に合った施設と一緒に見学したところ、Hさんも気に入る、入居の方で進めることになりました。

施設へ提出する健康診断書を入

院中の病院へ依頼し、施設で了承されれば、8月初旬の退院をめどにHさん、りすシステム、施設のケアマネージャー、病院のソーシャルワーカーで打ち合わせ・面談を行うことにしています。

年齢や体調から自宅での一人暮らしに不安をおぼえ、施設入居を検討する場合、それまでの住居の処遇や引越し作業、各種の手続きなど、やらなければならぬことが多くあります。施設入居を検討している方は、ご相談下さい。

中国支部

▼2年ほど前、前立腺がんが全身に転移して、危篤状態に陥ったKさん(85歳・男性)。

奇跡的に一命を取り留め、現在では尿バルーンカテーテルを付けて、介護老人保健施設(老健)で暮らしています。

老健の入居条件は65歳以上で要介護1以上、施設によつては、「病状が安定し、入院の必要がないこ

と」「感染症にかかっていないこと」などを条件に加えているところもあります。医療ケアやリハビリを必要とする人を受け入れ、在宅復帰が前提の施設で、入居期間は原則3ヶ月〜1年程度、費用は食費や居住費など月額9〜15万円ほどになります。

Kさんは入居から1年以上経過し、体調も安定したので、「そろそろ退居を検討してもらえないか」との要請が老健からありました。

Kさんの場合、自宅へ戻ることは困難なため、尿バルーンカテーテル受入れ可能な施設を探すことになりました。また、高額な施設への入居は経済面から難しく、特別養護老人ホーム(特養)を探すことになりました。

特養は、原則要介護3以上の高齢者が、介護や生活支援を受けて暮らす施設です。終身利用ができ、入居一時金はなく、月額の費用は9〜13万円ほど。入居待機者が多く、地域によつては数ヶ月から1年以上待つ場合もあります。

Kさんが住んでいる地域には39ヶ所の特養があり、そのうち、尿バルーンカテーテル受入れ可能施設は15ヶ所ありました。現在、Kさんの希望を聞きながら、立地条件や待機状況を含め検討し、数ヶ所に絞り込んだところです。今後は見学なども行いながら、良い施設が決められるよう努力したいと思っています。



四国支部

▼6月23日付読売新聞に掲載された、りすシステムの記事を読み、25日の説明会に参加されたAさん（女性）。両親を見送った後、自宅で一人暮らしをしています。

「自分のことも心配ですが、何より兄のことが気がりです。兄は現在78歳で、60代で脳梗塞を発症しました。後遺症で言葉が発しにくくなり、70少し前に再発。今は病院が運営している施設に入居

しています。判断能力はありますが、生活していく上での手助けが必要で、今は週2回、洗濯ものを取りに行くなどしています。万一私に何かあればと思うと心配です。先に兄の契約を進めることは可能でしょうか」とのことでした。そこで、「総合保証パック」を説明しました。これは、申込みと同時に公正証書作成に取りかかることのできる契約です。

「医療上の判断に関する事前意思表示書」を作成し、公正証書を作成したその日から、身元引受保証などの契約家族の役割を担うことができ、後日面談で、「企画書」などの書類を作成していきます。

お兄さんに、公証役場まで出向いてもらうことは難しいため、公証人に施設へ出向いてもらい、施設で作成することが可能だとお伝えしました。

「出張してもらえれば、ありがたいです。早速兄に説明して進めたいと思います。これで肩の荷が一つ下ろせそうで、いよいよ次

は私の番ですね。来月25日にもう一度説明会に参加しますので、次回は私のことをよろしくお願いします」と、明るい声で事務所を後にされました。

九州支部

▼一戸建てにひとり住まいのFさん（70歳・男性、未婚）は、三人兄弟の末っ子です。

お兄さんたちとの関係は良好ですが、ともに家庭があり、兄弟や親戚といえども迷惑をかけたくない、自分の力で自分らしい人生を送りたいと考え、2年前にりすシステムと契約しました。

契約後、「不定期で入院するところがありますので、その時は身元引受をお願いします」と言われ、その都度2週間程度の検査入院と治療、そして何事もなく退院、を繰り返していたFさんでしたが、今年の3月末に状況が一変。自宅で衰弱し動けなくなっていたFさんを民生委員が発見し、かかりつけの病院へ搬送されました。

検査の結果そのまま入院となり、身元引受保証人として手続きを行いました。当初、衰弱が改善すれば退院も可能とのことでしたが好転せず、受けていた治療も限界となったFさんは、緩和ケア病棟のある大学病院への転院を希望しました。

主治医、ソーシャルワーカーとの話し合いの結果、Fさんの希望通り転院することになり、病室が空くのを待っていたところ、1ヶ月後の5月上旬、転院がかないました。

転院当日は介護タクシーに同乗し、顔色を伺いながら、時にお声をかけ、1時間ほどで到着。入院手続きをし、必要な物品を病院の売店で購入しました。印鑑も買ってきて欲しいとのFさんの依頼で、印鑑を売っている店を探して購入。Fさんにお渡ししたところ、「本当に申し訳ない。迷惑をかけてしまいました」と恐縮されました。転院から4週間が経過した頃、主治医から、病状説明をしたいの

で早めに来院して欲しいとの連絡があり即訪問しました。急変の可能性もあるとのこと、転院当初に比べると厳しい状態でしたが、病室でお会いしたFさんにお声がけしたところ、しつかりされていたので、いったん事務所に戻りました。

しかし、戻るや否やFさん急変の電話が入り急ぎ再訪問。Fさんが旅立ったのは、その日の夕方でした。

旅立つ数日前の5月25日は、Fさん70歳の誕生日でした。少し強面^{こわもて}で口数の少なかったFさんですが、病院で古希のお祝いをしてもらった際の写真では、嬉しそうに微笑んでいました。その強面から、時に繰り出される冗談も何やら微笑ましく、温かな人柄も伝わって、看護師の評判も上々でした。

Fさん、どうぞ安らかに。

大分支部

▼介護付有料老人ホームで暮すKさん（88歳・女性）が、転居した

いので相談に乗って欲しいと来所されたのは5月下旬のこと。

自身で調べたり、現地に行ってみたりしたそうですが、これといった施設に出会えないので、りすシステムで探してもらえないだろうかとのことでした。

歩くことが大好きなKさんは、買い物はもちろん、習い事の手話や詩吟へも徒歩で通っています。ところが最近では、坂道を歩くことがつらくなってきたそうです。

Kさんの住む施設は別府湾一望できる場所に位置しており、別府市は由布、鶴見岳の麓で、すそ野をなだらかに別府湾へと広げる扇状地特有の地形、いわゆる坂の町です。入居当初は気にならなかった坂がだんだん負担になり、今後のことを考え、転居を決めたとのことでした。

Kさんの希望は、「坂が気にならないところ。温泉があり、洗濯機が持ち込めて、部屋も広いほうが良い」とのこと。そこで思い当たったのが、りすシステムの利用

者も入居している施設Mで、早速連絡したところ、翌日見学するのとができました。Kさんは気に入った様子でしたが、その時点で空気がなかったため、空気が出たら早めに連絡をいただけるよう、施設スタッフにお願いしました。

相応の待ち時間を覚悟していたところ、6月に入り施設から、「今月上旬、空気が出ます」との連絡があり、即Kさんと見学しました。

部屋は最上階の角部屋で、ベランダからは別府湾、国東半島、高崎山、臨海工業地帯、佐賀関半島と壮大なパノラマが一望できます。部屋を気に入ったKさんはその場で申込書を提出、その4日後には契約手続きを行い、引越準備に着手。そして6月下旬に引越しされ、新たな環境での暮らしが始まりました。

先日、Kさんからお礼の手紙をいただきました。

「りすシステムに相談してから良い方向に事が進み、目に見えない何かの後押しされて、スラスラと運ばれ

てきたような気がします。心から深く感謝申し上げます。（略）この部屋は入り口側とベランダ側から、心地よい風がはいり心地よく過ごしております。食事もおいしく、食器も素晴らしい、毎食楽しみに頂いております。（略）心穏やかに人生を送ります。本当にありがとうございます」

相談から約1ヶ月でのスピーディーな転居が実現したのは、Kさんの「決断力、行動力、配慮、強くて前向きな気持ち」があったことに加え、Kさんの気持ちに応えるべく動いてくれた施設スタッフや、周りの方々の協力のお陰と感謝しています。

「こんなことを相談しても無理かな、聞いていいのかな」といった遠慮や躊躇は無用です。まずはご相談下さい。「念ずれば 花開く」です。





地球に恩返しTシャツ・ポロシャツ



人気のカラーです！



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

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

新井 スギさん（埼玉県狭山市）
内田 キヨ子さん（神奈川県横浜市）
近藤 博さん（千葉県南房総市）
中山 勢津子さん（東京都豊島区）
野口 久枝さん（東京都墨田区）

原見 信孝さん（東京都江東区）
村岡 彌太郎さん（大分県大分市）
村岡 美代さん（大分県大分市）
邊見 貴江子さん（宮城県仙台市）

匿名3名 50音順



※2019年6月1日～6月30日の期間、12名の方から寄附をいただきました。
※匿名1名が1000ポイントを達成されました。



● 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： 8 月 6 日（火） 11 時～ 15 時 ※ 9 月 6 日（金）は例会です。詳しくは 8 ページをご覧ください。	会場：北海道支部事務所
北日本支部	日時： 8 月 30 日（金） 11 時～ 15 時 日時： 9 月 30 日（月） 11 時～ 15 時	会場：北日本支部事務所 会場：北日本支部事務所
東日本支部	日時： 8 月 19 日（月） 11 時～ 15 時 日時： 9 月 19 日（木） 11 時～ 15 時	会場：北の丸ガラスゲート 1 階 会場：北の丸ガラスゲート 1 階
中部日本支部	日時： 8 月 10 日（土） 13 時～ 15 時 日時： 9 月 10 日（火） 13 時～ 15 時	会場：中部日本支部事務所 1211 号室 会場：中部日本支部事務所 1211 号室
中国支部	日時： 8 月 3 日（土） 13 時～ 15 時 日時： 9 月 7 日（土） 13 時～ 15 時	会場：中国支部事務所 会場：中国支部事務所
四国支部	日時： 8 月 25 日（日） 13 時～ 15 時 日時： 9 月 25 日（水） 13 時～ 15 時	会場：四国支部事務所 会場：四国支部事務所
九州支部	日時： 8 月 29 日（木） 13 時～ 15 時 日時： 9 月 29 日（日） 13 時～ 15 時	会場：九州支部事務所 会場：九州支部事務所
大分支部	日時： 8 月 22 日（木） 13 時～ 15 時 ※ 9 月 24 日（火）はうたごえサロンです。詳しくは 8 ページをご覧ください。	会場：大分支部事務所

● 談話サロン ●

西日本支部	日時： 8 月 23 日（金） 12 時～ 14 時 日時： 9 月 23 日（月） 12 時～ 14 時	会場：西日本支部事務所 会場：西日本支部事務所	詳しくは 8 ページ参照 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 03-3511-3277	10 日 会場：九段下	11：00～13：00 14：30～16：30	15 日 会場：九段下	11：00～12：30 14：30～16：00
		24 日（3・9 月休み） 会場：巣鴨	13：00～15：00		
		8 月 6 日、9 月 6 日 会場：横浜	10：30～12：30	8 月 26 日、9 月 26 日 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 14：00～15：30	26 日	10：30～12：00 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	

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