

発行／社会福祉法人 マザアス 特別養護老人ホーム マザアス東久留米 高齢者在宅サービスセンター マザアス利治
〒203東久留米市氷川台二丁目5-7 Tel.0424-77-7261 FAX 0424-77-7500
発行責任者 高原 敏夫 編集責任者 山崎 宣子



やってきたマザアス納涼祭 みんなでひろげよう大きなわ

天気に恵まれて大成功だったねと異口同音
太鼓はすばらしかった。盆踊りはもっと時間
がほしかった。トウモロコシはとても甘かっ
たし、たこ焼きも美味しかったわ等々あちこ
ちから歓喜の声がきかれた。

あとやかなフラダンスは、異国情調のメロ
ディーにのって祭りを一段と盛り上げた。家
族と一緒に入居者の方や、ボランティアさん
と何やら会話をしながら時折なつかしそうに
身振り、手振りをされる入居者の方々共々に
祭りの雰囲気にひたっていた。地域の方も家
族連れや子供同士で大勢参加して、屋台は列

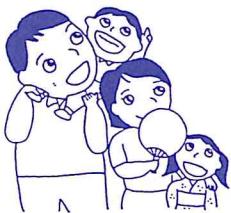
をなす賑わいを見せた。特に子供たちの表情
は生き生きと楽しげ。ティサービスの方々も帰
宅時の短い時間ではあったが、食べたり飲ん
だりされていた。

ドンドンと腹にしみわたる太鼓の音あの人
もこの人も笑みがこぼれる。やっぱり日本人
ですね。祭りは万人の血を騒がせるものらしい。
地域の方、ボランティアさん、家族、職
員が協力してすてきな納涼祭ができましたこ
とを感謝しています。これからもこのつなが
りをたいせつにしていきたいものです。

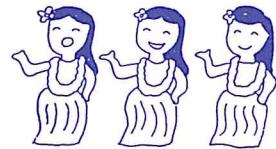
納涼祭実行委員会

歌って踊ってドンドコドン

— 第2回 マザアス納涼祭 —



ワッショイワッショイ！ 神輿だ
ワッショイ！（トイ・サービスセンター）



“いらっしゃい”
模擬店のにぎわい



えい！ スイカ割れたかな？



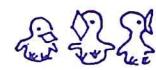
寿

明治29年7月6日生

9月8日(日)
東久留米市長来所
稲葉三千男氏より直接
記念品受ける
9月17日(火)
橋本首相、青島知事より
表彰状及び記念品受ける

小林操さん、百歳おめでとうございます。当日は操さんご家族の方も出席され、操さんを祝って記念品の贈呈やくす玉割りなどが盛大に行われました。操さんの歳を感じさせないきちんとした身なりや、若々しい歌声も披露され担当ワーカーとしても大変誇らしく思いました。

後日、ある入居者が、自分も操さんを見習って百歳まで生きるんだと、生き生きとした表情で話していた姿がとても印象的でした。
(寛父 山崎吉彦)



声の欄



何事も、二回目となるとやっぱり一寸ちがうなあと感心します。

例えば納涼祭も昨年と違い、整理され、計画が緻密になって充実感もあり、参加者の活気も目に見えて明るい。少しづつ改善を加え昨年の失敗も少なくなり、何かに開眼していくような気がします。

もう初めてだから分からんとは言えなくなりつつある今、新聞も第二号に。皆の意見も段段ターゲットがしほられ、より良き物になると思っています。

私は今年、ボランティア委員ということで多くのボランティアの方々に会う機会に恵まれました。年齢も動機も一人一人様々で幅広い方たちに支えられていることを知ることができました。暖かいハートとパワーは、職員の私の方が勉強になることばかりです。

私も、学生時代はボランティアという責任がありそうでなさそうでという不思議な立場を体験し、そのままこの世界の魅力にひかれて、とうとう職業にまで選んでしまった一人として、ボランティアさんのお話を沢山お聞きしたいと思っています。そして、現場ホヤホヤの空気を知って頂ける案内役が少しでもできれば何よりです。まだまだ力不足ではありますが、見かけたら気軽に声をかけて下さい。

(寮母 前田直美)

マザアスが開設して早いもので一年と半年が経ちました。この間我々職員はお年寄りに喜んでもらえる生活の場を提供するため、一生懸命介護・介助に励んでまいりました。またボランティアの方にも様々なところで参加協力してもらいました。そこでこれからもっと素晴らしい生活の場をお年寄りに提供するために、我々職員とボランティアとの協力関係を深めていくことが大切なことだと思います。マザアスがある場所は住宅が隣接しているところにあり、その地域社会と密接な関係を保っていくためには素晴らしい、環境面は適していると思うし、それを生かすも殺すもは我々職員とボランティアとの協力関係に尽くると思います。職員もボランティアもそれぞれの立場の違いはあるけれども今以上の自覚をもって協力し合い素晴らしい誇れる施設にマザアスをしていきましょう。

(寮父 ニツ森 正秀)

私にとって、ボランティアの皆さんイメージは、“元気と笑顔”的の2つです。ゆりの会、洗濯場等をはじめ、ティサービスの行事のお手伝いと活躍の場は様々。そういう活動の中で、入居者、利用者そして職員に、元気を分けて頂いています。私は、ボランティアの方と接した後は、『初心とするべからず。』と思うことがあります。日々の仕

事に追われ、見失いがちな暖かい心の部分を見直す機会もボランティアの方に頂いています。

(寮母 佐々木 友紀)

七夕の短冊から

島 波	秋桜早くいやして我が病
鮎 かず	みんな元気 みんな元気
原 か	早く体をなおして温泉にでも出かけたいな マザアスでいつもお世話になりますありがとうございます
鯉 犬	これからもヨロシク
鰐 紗	早く健康に成り自分の用をたしたい
鰐 紗	リウマチがナオリマヌヨウ
オネガイシマヌ	
蟻 みえ	早く柏の5DKに帰りたい
蟻 カタ	左手よ 早く治りたい
鶴 はな	いつもお天気良く豊作でありますように
鶴 弘	いさむさんに毎日会いたい
鶴 仁	家内安全 商売繁盛
伊 肇	天の川のお星様に・・・
伊 肇	手が自由に動きますように
伊 肇	窓を開けてお星様 今晚わ私のお願ひきいてよね
恵 千穂	腰の痛いの治してね
鶴 ひろ	マザアスなればこそ楽しい毎日が過ごせて感謝しております
鶴 こう	うれしきや こころのすじがとほりけり
鶴 妙	天の川のお星 自由がほしい
鶴 群	毎日楽しく願います
鶴 群	天の川に届けと祈る大往生
鶴 群	足の痛さが一日も早く治りますように
鶴 群	たまには お酒が 飲みたい
鶴 ういの	手足が動けて幸せと思います
鶴 ういの	どなたか草津の湯にいっしょに行きませんか
鶴 まき	おめでたくもあり
鶴 まき	おめでたくもなし
鶴 まき	何時も待たずにお風呂に入れますように

配食サービス中間報告

平成8年7月から始まりました訪問給食サービスについて、その後の状況をご報告致します。平成8年9月17日現在、利用者数43名。1日平均12名の方に配食しています。今回は配食担当者の声を紹介致します。

配食が開始して2ヶ月が過ぎ、最初は緊張しながら利用者宅のドアをたたきました。皆さんに温かく迎えて頂けたので直ぐに慣れることができました。玄関を開けると必ず座って待っていて下さる方。私達が伺う前に転倒してしまい、30分仰向けになったまま待っていた方。『今日は配食日だったから良かったけれど、違う日だったらどうしたの?』という私の問いに『電話まで這っていましたよ』気丈なHさん、いつまでも訪問させて下さい。『御苦労様、有り難う。』『暑いのに悪いわね。長生きしているから皆に迷惑かけちゃって』『足が痛くて仕方ないよ。』『夏休みで孫が遊びに来てるんだよ。』等、お一人お一人がんばッテ生活していらっしゃいます。

8月21、22、23日の3日間は納涼祭の為、女性の職員が配食しました。祭りが終わり私達男性職員に戻ったら、『あらーっ! これからずっとお嬢さんが来ると思っていた。』『この間はお嬢さんが見えてくれたよ。』との声。やっぱり若い女性はもてもて。この話を朝のミニティンクで話したら『2人とも配食に出かける前に、化粧していったら?』……本当にしてみようかな。……コワーイ。(運転手 吉田 義男)



家族介護者教室のお知らせ

~痴呆性高齢者ケア連続講座(最終回)

テーマ『痴呆性高齢者介護の体験談』
講師 井口糸子氏
　　ぼけ老人をかかえる家族の会
　　世話人
日時 10月16日(水)
　　13:00~14:30
場所 マザアス氷川台3階 介護者教室

※参加費は無料。事前申し込み必要ありません
お問い合わせは、☎77-7263 久松へ



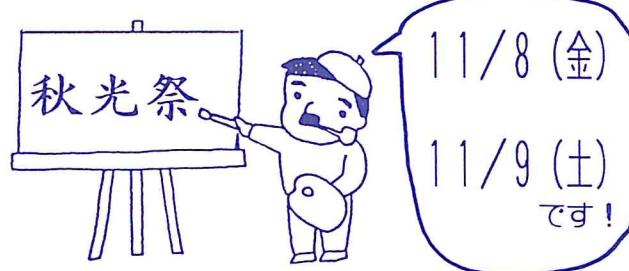
マザアスこれからの行事

(96年10月~12月)



バスハイク

10月20、21日入居者の方々は塩壺温泉へ
10月11、16、17日 ティサービス利用者は
小金井公園へ
10月31日、11月1日湧泉の郷利用者は
伊香保温泉へ
紅葉美しい季節、いってきまーす!!



入居者、ティサービス利用者の
作品展や発表会、写真展、映画会、
喫茶、手作り作品販売など
内容は盛りだくさんです。

たくさんの方々の
おこしをお待ち
しております。



講演会のご案内

演題 「老いと性」
講師 筑波大学教授
老年行動科学研究会会长
　　井上勝也氏
日時 10月21日(月) 18:30~20:30
場所 マザアス東久留米3階
　　地域交流ロビー

問い合わせ先 マザアス氷川台 今沢
☎77-7263

「編集後記」

第2号発行にあたり、マザアスニュースが多くの方に親しみ愛されるように、タイトルを付けたいと編集委員一同あれこれと考えました。

創刊号の施設長のあいさつが浮かびました。
マザアスがいつも温かい施設でありますようにと、願いを込めて『ひだまり』としました。

題字・表紙カット
西野次三



【講演会】～生活を支えるケアの実践を求めて～（第2回）

日本大学教授 長嶋 紀一

特養利用者の心理と願い

特養利用者は決して特殊な方ではないということを前提に、老人（75歳あるいは、80歳以上）の心理についてふれてみます。

《一般的な老人の心理について》

“歳をとるとどうなるか”

- 1 生活環境が非常に狭くなる。これは視覚、聴覚などの感覚器官がだんだん働かなくなりそれによって外から送られてくる情報が伝わりにくくなるということです。80歳をこえると平均視力が0.2位まで落ちて、また注意力が散漫になり記憶低下（集中、分散、持続）を招くことになります。
- 2 行動範囲が狭くなる。これは脚力などの問題だけではなく気力、意欲の問題であり、自から情報を集めようとしなくなりやすいということです。結果として気配りができなくなり思いやりの気持ちを持ちにくくなる。自分のことで精いっぱいなのです。
- 3 人間関係が狭くなってくる。簡単に言えば歳をとればとるほど喪失体験が増えるということです。友人と会うことが少なくなり、会う時間も短くなり、関わり方が変わってきます。その結果孤立化しやすくなります。
- 4 慢性的な欲求不満 これは希望、欲求が満たされにくくなることであり、あつたはずのもの（体力・経済力・友人など）がなくなり、何かやろうとするが足りないものばかりで、ストレス状態に陥ります。すると適応機制でいろんなことを試みますが、無駄な行動が多くなったり、言い訳をしたりします。たとえば、退行現象が起りやすく、今まで出来たことが出来なくなったりいろいろしてみると筋肉が硬くなり、ご飯をこぼしたり、箸を落したり、トイレを汚したり等の現象がおこります。いやな事は思い出したくない等のヒステリ一性の記憶障害がでてくることもあります。
- 5 役割の変化が起こる。新しい役割を見つけることがむずかしくなる。（役割には①歳とともに変わる役割 ②歳をとっても変わらない役割（権利・義務）③高齢になって備わってくる役割などがある。）役割は、2人以上の間の関係のなかで委託されるものであり、しかも見つくろってくれるのは自分より若い世代の人です。したがって、いかに若い世代の人と上手くコミュニケーションを保つかが大切な事なのです。

《障害を持った老人の心理について》

1 障害老人の悩み

たとえば視覚障害を持った人は、外からの情報が正確に得られないため（情報の90%は目でとらえる）誰かの手を借りなければならぬということで、劣等意識を持ち行動が消極的になってしまいます。いちばん脅かされるのが自尊心であり、自我が傷つくのです。

2 心理的特徴について

(1) “あきらめ”（言葉として表すと「観念しました」ということ）喪失体験が多くなり行動の制限、娯楽の減少等により、レクリエーションに参加出来にくくなります。

(2) 依存性が非常に強くなる。これは個人差はあるが認知障害や日常生活能力の低下があるためです。（認知障害とは、当然見えている、聞こえているはずのものの内容が理解できないこと）

(3) 猜疑心が強くなる。感覚器官の機能低下のために、外からの情報を正確に

とらえられないので、自分流の受けとめ方をしてしまい、思いこみ、勘違いが激しくなります。

- (4) 活動性の減退 気力・意欲が衰えると精神的、肉体的に活動性が減退してきます。老人が負担を感じないようにサポートしてあげることが大切です。

3 老人の生活を阻害するもの

- (1) 劣等意識の増大 劣等意識や依存性が増大し、受け身的で、指示を待つ生活態度になります。その結果自由と責任を失うことになってしまいます。
- (2) 無理解への恐怖 障害を持って生活する大変さ、心理的負担を周りの健常者にとうてい理解してもらえないという不安。結果的に悲観的で、情緒不安定になります。
- (3) 性格偏向の恐怖 脳の器質性疾患による人格障害（アルツハイマー型痴呆）や、脳の器質性変化はなくとも行動に変化の現れる人格の障害で、この場合は、本人自身が悩んだり周りを悩ますのではないかという恐怖心を持ちます。

《特養利用者の願いについて》

かつて特養利用者に面接調査した結果、

◇入居するにあたり自分で特養利用を決心した人が約半数だと言う。

◇クラブや行事を楽しみにしている人は 67%。

◇その他、食事、医療、個人のプライバシー、建物、ケアーカー等に対する評価や態度、信頼感はそれぞれ心身の状態により異なっていました。

この面接調査、特養利用者の願いは以下のとおりです。（以下箇条書き）

- ① 1人1人、人格を持った個人として受け入れたいという願いを持っている。
- ② 生活適応への援助を望んでる。「清水の舞台から飛び降りる思い」で入所した施設、過去のことはあまり聞いてほしくない、今現在の自分を見てほしいという気持ちが強い。
- ③ 健康管理については、先生（医師）を自分で選択して診てもらいたい。
- ④ 余暇活動に対する援助をしてほしい。
- ⑤ 安全対策に対する期待が大きい。
- ⑥ 特養のサービス内容の再検討が必要。特に職員の意識改革が必要。

この⑥に関係し考えてほしいのは「専門職」とは何か、ということです。

「専門職」とは、

- ・知識、技術の習得のための長期教育や研修を経て資格を得ている。
- ・職務に対して継続的な研鑽が求められている。
- ・社会に貢献する仕事をしている。
- ・社会的に信頼される。
- ・経済的なものを追求しない。
- ・人間形成に影響を与える職種である。

これらを踏まえて、最後に、特養利用者が望んでいることは、次のようなことだと思います。

1. 自立した生活のために必要な安全の保障

つまり、危険にさらされやすくなったり老年期の生活で安心感を求めています。

2. 人間関係の改善と確保

施設に入ることで豊かな人間関係が形成できるよう援助する。ここから自己実現が図れるのです。

3. 趣味、娯楽、正確な情報の提供

その人に必要な情報をその人に必要な方法で提供するということです。

4. 各種相談業務の充実

話を聞いてくれる人、係わってくれる人、言葉をかわしてくれる人を求めています。それも自然な日常的な会話を通じての係わりが必要であり、これができる人を職員に求めているのです。

「職業として」老人からの無理やわがままを聞けるようにならなくてはならないということです。