

小規模で家庭的なサービス

宅老所

進化の『宅幼老所』

●宅老所とは

宅老所とはここでは主に一ユニット(九名以下)程度のグループホーム、定員十名以下のデイサービスを指しています。長野市ではNPO法人が介護保険サービスとして宅老所(小規模ケア施設)を開設する際、施設整備に係る資金の補助を行っています。

住み慣れた地域で家庭的な雰囲気でのきめ細かなケアの実現や空き家の有効活用などを目的としたこの取り組みにより、NPO法人に限らずその他各種法人でも宅老所整備の意識が高まりました。



正面玄関(上)とマーク(右)

〈名称〉 デイサービスセンター 宅幼老所なかよしこよし
 〈所在地〉 長野市上松 2-18-11
 〈電話〉 026-234-1165
 〈事業開始〉 2005年4月1日

宅老所という名称は聞き慣れない方もおられると思いますが、長野県以外にもあり、十人程度の小規模で家庭的なデイサービスなどを行っています。

説明して下さいました東方さんは、奥さんが熱心な手話サークルの推奨者。ご夫婦で地元の講習会に参加し、宅老所開設の決意を固めました。

今年四月に開所したばかりの「デイサービスセンター宅幼老所なかよしこよし」の話を伺いました。

デイサービスセンター

「宅幼老所なかよしこよし」訪問

「なかよしこよし」という名前

主婦の仲間が以前、手話サークル「なかよしこよし」を行っていた、それがこの宅幼老所の名称の由来です。

仲間たちが集まって、もう一度何かを始めたいという熱意がこの「宅幼老所なかよしこよし」になりました。



玄関口も家庭的で入りやすい

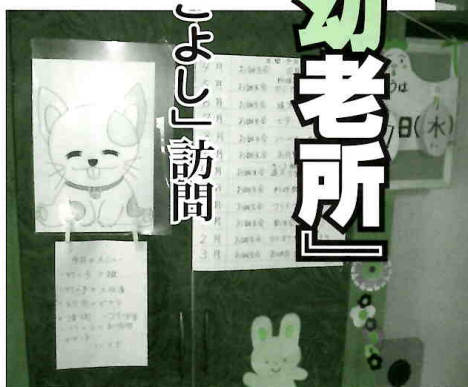
「なかよしこよし」の組織



スタッフの皆さんと東方さん(下中央)

スタッフは、手話サークルから出発したという流れで、核になっていた三人の女性にここでも中心になってもらい、合計で五名います。

デイサービスの利用者さんが六名。まだまだスタッフのほ



「なかよしこよし」のカラー

まず最初に手話ができるスタッフがいます。障がいを持つ人、耳の不自由な方々が安心感をもって来ていただけたらということ

を特色にしていきたいと考えています。

第二に、子どもたちとお年寄りとはふれあえる場づくり。私の孫をここ

に連れてきたときの利用

者さんからかけられる言葉、にこやかな笑顔が非常に印象的だったということもあり、「宅幼老所」であるという部分を最大限に活かしたいと、強く思うようになっていきます。

もう一つは機能訓練担当が言語聴覚士ということとです。近々この場所

「お母さんと子どもの言葉教室」も同時に開いて、子どもたちの遊び場、お年寄りの憩いの場と合わせ、より多くの機能を持たせていきたいと考えています。



機能訓練(上)とお茶のみサロン(左)

ですが、開所から一ヶ月という時間の割には多いと驚かれます。小規模で家庭的なデイサービスを近隣の皆さんに認めていただけたからではないでしょうか。

最後に「お茶のみサロン」。これは介護保険とは関係なく、お茶とお菓子代、もしよければお昼代を負担していただいて、お茶のみ話をしながら一日過ごしてもらおうというもの。近所の方々が「まあ私も昼間時間があるいろいろな話し相手がいればちょっと寄ってみるか」と、その輪が広がって、ボランティアの方と一緒にきていただければうれしいです。

このような「なかよしこよし」のカラーを出して、デイサービスと地域のふれあい、子どもたちとお年寄りのふれあいをよりすすめていきたいと思っています。

におむらふうせき 饒村楓石氏にインタビュー



教え子が発行してくれた『楓石句集』を読む饒村氏。

『楓石句集』発刊と同時に

第二十一回朝日俳壇賞受賞の朗報も

俳句をなっ、ぶっど、寝技を楽しむ

饒村義治先生（俳号・楓石）、新潟県立高田高等学校に三十年間奉職、退職して、平成十七年五月十九日で満八十九歳。卒寿を迎えられる。現職の頃、登山の最中に受けた傷が悪化して、今は主にベッドでの生活。やはり元気な頃にたしなんだ俳句を友にベッドの中から世の中に自分を発信し続けている。

俳句は身体状況もあって、結社には関わらず新聞俳壇への投句が主な活動場所であった。新聞も朝日と毎日、取ってある入選句の山を訪ねてくる教え子に見せて、「俺が死んだ後、香典返しに出版してくれ」というのが常であった。

だが、世の中には言うことを聞かない悪童の卒業生がいる。死にそうもないから卒寿の記念に作っちゃおうというわけで出版。その印刷最中の一月十七日、過去一年間で選者が最高とみた朝日俳壇賞受賞の朗報が飛び込んできた。以下は教え子を相手に人生の「寝技」を語って下さった内容である。

死者の寝

一人は曳いて一人押す

第21回 朝日俳壇賞受賞句

天井の木目でイメージをふくらます

—— 俳句は何年くらい続けておられますか。
饒村 朝日俳壇に投句するようになってから四十年、その前に十年くらいだから、五十年は続けたね。私、わりあい

—— そのきっかけは。
饒村 今のうちに真剣に取り組むようになったのは、足をいためて山へ登れなくなったからですね。山へ登れなくなっ

—— 続くんですよ。

—— そのきっかけは。

饒村 今のうちに真剣に取り組むようになったのは、足をいためて山へ登れなくなったからですね。山へ登れなくなっ

—— 続くんですよ。

—— そのきっかけは。

饒村 今のうちに真剣に取り組むようになったのは、足をいためて山へ登れなくなったからですね。山へ登れなくなっ

—— 続くんですよ。

—— そのきっかけは。

饒村 今のうちに真剣に取り組むようになったのは、足をいためて山へ登れなくなったからですね。山へ登れなくなっ

—— 続くんですよ。

—— そのきっかけは。

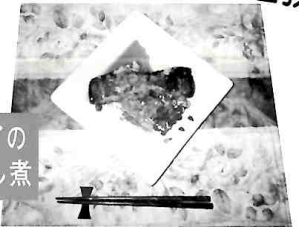
饒村 今のうちに真剣に取り組むようになったのは、足をいためて山へ登れなくなったからですね。山へ登れなくなっ

—— 続くんですよ。

河村一美のシルバー料理教室

●材料（一人分）
カレイ（切身）一枚

カレイの煮おろし



大根 一〇〇グラム
しょうが 少々
煮汁
しょうゆ 大さじ1
砂糖 大さじ1
酒 小さじ2
だし汁 1/4カップ

●作り方

①大根をおろしておきます。
②鍋に煮汁としょうがの薄切りを合わせて煮立たせ、カレイを入れま

を弱め落しぶたをして一〇分煮ます。
③魚にほほ火が通ったら大根おろしを加え、火ひと煮します。
④器に盛り、しょうがを添えます。

●食べた方の感想

・カレイがやわらかく、とても食べやすい。
・大根おろしがピリツと薬味になっていておいしい。

●河村から一言

高齢になると骨の密度が下がり、骨粗しょう症にかかりやすくなります。カルシウムを補うため小魚等も摂るようにし、カレイなどで良質なたんぱく質を摂ってください。

また、カレイはコレステロールを低下させる成分を含んだ食品でもあります。

え方なんでしょうね。

饒村 だと思えますね。

しかし、そればかりやってたんじゃね、私の

ような病人は、俳句は作れませんよ。だから今日

（四月十八日）の朝日新聞の入選句、「俳諧の亀

は勝手に鳴かせおけ」というのですが、俳句では、

亀は鳴くというんです。生物学者からいわせれば、

亀は鳴くものじゃない。それでね、俳諧の

亀が鳴いたからといって、目くじら立てることはな

いじゃないか、というね、鳴くと

言う人がいたら鳴かせておけばいいじゃないかと

—— そういうふうに詠んだ句です。私、

自分では結構気に入ったの。

—— 五七五の短い文章に、大きなものを盛り込

めと、そういうような考

—— 五七五の短い文章に、大きなものを盛り込

めと、そういうような考

—— 五七五の短い文章に、大きなものを盛り込

めと、そういうような考

—— 五七五の短い文章に、大きなものを盛り込

めと、そういうような考

—— 五七五の短い文章に、大きなものを盛り込

めと、そういうような考

—— 五七五の短い文章に、大きなものを盛り込

めと、そういうような考

——やはり、自然法爾
というか、自然のままに
考えてらっしゃる生き方
が先生にはありますよね。
俳句論はともかくとして、
先生にとつては俳句が生
きがいということでしょ
うか。

饒村 今はね。それがな
かったら、退屈です。

——自然とか、哲学と
か、今までの集積が非常
に大きかったという感じ
がします。先生は哲学を
勉強なさってきたわけ
ですから、そういうもの
の影響はどうですか。

饒村 今は、もう第一活
字が小さくて読まづら
くね。それと、哲学とい
う学問は、青年期の学問
としてはびつたりなんだ。
けれども、年をとると

五月の日曜日、一年ぶ
りにとあるデパートに行
って来ました。

おりしも母の日。三十
〜四十代の娘さんと六十
〜七十代のお母さんのカ
ップルが、そここの売
り場で買い物を楽しんで
いる姿がありました。

早めのお昼と思い、ラ
ーメン店に入り注文を待
っている間、店の格子窓
をぼんやり眺めていると、
窓の外を色んな人が通っ
ていくのが見えます。ば

何か億劫な気持ちになる。
これは私の不勉強かもしれ
ない。青年期のよう
な哲学に対する情熱がな
くなってきているという
ことなんですよ。あ
の頃、ある先生が自分の
人生観を何でもいから
書いて無記名で提出せよ
というんです。その時、
私が書いたのが取り上げ
られて、面映いほど誉
めてくださった。それで
私もいい気になって——
今だったらそんなことし
ないんだけど——「そ
れは実は私が書いたんで
すって」言った経験があ
るんですね。少青年時代
には、人よりもそういう
人生問題について割合考
えてたらしいんだ。その
頃はもちろん俳句なんて

ことはわからなかった。
——俳句を本格的に始
めたのは、体を悪くな
さつてからということ
ですが、やはりその前か
ら俳句をやられてないと、
すぐには
入れない
と思いま
すが？

饒村 私
はね、山
本駄々子
というホ
トトギス
の同人か
ら俳句の
基本を
習ったん
です。ま
だ三十
くらいの
頃かな。その方
は北海道の方ですが、能
生水産高校（現・新潟県
立海洋高等学校）へ勤務



元気なころ、金谷山医王寺の墓前で

して私としては同僚でし
た。私の教員のなりはじ
めは能生水産高校からで、
二校目が高田高校。
——二校目で三十年も
過ごされたんですか。

のは、教員が何かやっぱ
り自分にびつたりと合っ
ていなかった、そんな感
じがしていましたね。そ
の前、東京にいた頃は
国会図書館にいたんです
よ。これ
はわりあ
い自分に
あつてね。
それまで
はお客さ
んで行っ
ていたの
が、今度
は吏員に
なったわ
け。日本
で唯一の国立図書館でね。
——長い教員生活の中、
俳句との歩みはどのよう
なものでしたか。

饒村 そう。いやあおど
ろいたねえ。（笑）あの
頃私はとてもそんなに長
く勤まるもんじゃないと
思っていたね。という

饒村 能生水産高校で俳
句と

ったり会った友人と爽や
かな笑顔で話す人、その
横を走り抜けていく子ど
も、バッグの品定めをし

てくれるような感じにさ
せられました。
次の窓は、我が家の二
階。東向きの大きな窓に

れる。遠くの家が何軒か
見える。玄関から買い物
に行くのかお母さんらし
き人が買い物袋を持って
出てきた。何を買い
に行くのだろう？
今日の夕飯の準備？
私達の周りにある
色んな窓。そして、
六月の窓からは何が
見えるだろう。新緑
の眩しい緑から初夏の日
差しを感じる青い空。家
の窓から、車の窓から、
電車の窓から、仕事を

している事務所の窓から、
何が見えるだろう。ふと
心を留めて窓の外を眺め
ぼんやりするのも、自分
のとおつておきの時間にな
るかもしれませんね。
ああ、こういう日常が
大切なんだ、健康でいる
からその日常が私の手の
中にあるんだ、と思わず
考えてしまいました。こ
れから、振りかかってく
る人生の試練はまだ考え
ていない私なのです。

シルバー 休憩室

窓の外の風景で ぼんやりしたら

障害者スポーツ指導員 佐藤 浩子

ていく人……。大きな窓
枠に茶色い格子がはめら
れ、小さな格子窓は小さ
なそれぞれの人生を見せ

向かって、ロッキングチ
ェアに座り外を眺める。
ゆらゆら椅子を揺らしな
がら、窓の外も一緒に揺

電車の窓から、仕事を

介護ベッドは快適ライフ

何年前から寝たき
りという状態になられた
のですか？

饒村 五年目だなあ。こ
んなに生きると思わな
かったねえ。

——最近の暮らしの中
でいいことはあります
か。

饒村 昨日も妹がさくら
メデイカルからお借りし
た車いすでね、近所散策
に押していつてくれまし
てね。楽しかったですよ。
もう一つ、私最近寝てい
るのが一番楽になりました
ね。このベッドがね、

長い間旅を続けてきたよう
な感じがするのを覚えた。
「雪憎み切れず雪国捨て切れず」の句に代表され
る理念は先生の優しい人柄をそのまま表現してい
るようにも思え、楽しい時間を過ごさせて戴いた
ことに感謝したい。

だが、帰り際、
「家内が今病院通いしている。家内に倒れられた
らどうしようかと思つたよ」
と言われた。将来の、誰でも抱えている不安が述
べられ、重いお土産を戴いた思いが過った。

れてしまいましたかね。
俳句の内容が向こうは純
写生で自然写生。私は今
日のように「亀が鳴く」
ですから、そういうのを
嫌いますよ。

なかなか寝心地がいいん
ですよ。はじめ少し褥瘡
（床ずれ）がでさかけま
して、すぐにエアマット
をいれたら、私の場合、
大事には至らなかつた
んですよ。おかげで、私
がこのベッドを愛するよ
うになったからこれから離
れられなくなりまして。
（笑）それは昨日のよう
に気候がよくになるとね、
外へも出てみたくなりま
すが、それ以外はベッド
を愛しているから、そ
んなに出なくてもいいか
な。

「消毒」とは？

「消毒」は目に見える汚れを落とす「清掃」とは異なり、病原となる有害な細菌や微生物を殺したり、数を少なくすることで感染を未然に防ぐ目に見えない処置を指します。

安心と信頼の



この福祉用具は「福祉用具の消毒工程管理認定基準」に適合した消毒工程を経たものです。

社団法人シルバーサービス振興会
No.A- 0000000

消毒済み福祉用具の梱包に貼付されているマーク

ご存知ですか？

あなたはレンタル福祉用具が消毒されているのを——

介護保険制度を利用し在宅で受けられるサービスの中に「福祉用具のレンタル」があります。介護を受ける人が在宅で生活するために必要なベッドや車いすなどの福祉用具をレンタルできるサービスです。

それらの福祉用具は費用の1割の負担でレンタルできるため、ご利用になられる方も多く、中には病気に対する抵抗力が低くなっている方もおられます。そのため、MRSAなどの感染症の菌や有害な微生物が付着しないよう、用具には十分な消毒と清潔な状態での保管が必要になります。その消毒や管理に一定

の高い基準を設け、これに適合した消毒事業所を認定する「福祉用具の消毒工程管理認定制度」が厚生労働省所管の社団法人シルバーサービス振興会によって開始されました。さくらメディカルもこの認定を受け（新潟県内では四事業所目・上越地域では初）、福祉用具の安全を絶対条件として消毒管理に万全を期しています。

福祉用具の消毒工程管理認定制度

「回収」から「お届け」まで

さくらメディカルでは、社団法人シルバーサービス振興会が運営する評価制度、シルバーマーク制度の基準をクリアし、皆さまに衛生的で安全な福祉用具をお届けしております。

①オゾン消毒

レンタルから戻った福祉用具は、病院の手術室で使われているオゾン消毒器で消毒します。



オゾン消毒器と消毒室

元気なあなたへ

私の大事なもの

Y.H

これは高校生のときにおばあちゃんからもらった手紙と毛糸で編んだかめと花瓶置きです。共働きだった両親の代わりにおばあちゃんがいつもそばにいてくれたので私は昔からおばあちゃん子でした。保育園の卒園式や小学校の授業参観は両親

が来れないので、寂しい思いをしないようにいつもおばあちゃんが来てくれました。高校三年生のとき、おばあちゃんが入院し、病気の原因が分からないまま帰らぬひととなりました。



おばあちゃん作品

祖母の死を通して本格的に看護師の道を目指すことになりました。この手紙は私にとって大事な心の糧です。

た。私はとてもショックで一ヶ月間は誰にも見られないようにお風呂でいつも泣いていました。おばあちゃんがくれた手紙を見るとどうしても泣いてしまい、次の日はすごい顔になってしまったので、気持ちの整理がつくまでしまっておくことにしました。写真を撮った日も字を打っている今も考えると涙がでてるので、まだしばらくはしまっておこうと思います。

②薬品消毒

分解清掃をして、薬品を使った清拭・噴霧消毒を行います。



コンプレッサー室

ベッドの清拭消毒

③乾熱

マットレスなどは乾熱器に入れて、高温（70℃）で六十分間処理します。内部の菌や微生物に効果があります。

乾熱器における消毒・殺菌に関するデータ

	温度	殺菌時間
M R S A	70℃	30分
緑膿菌	55℃	60分
C型肝炎	60℃	10～30分
大腸菌	60℃	20分
黄緑ヒゼンダニ	50℃	10～30分
肺炎球菌	52℃	10分
結核菌	60℃	30分

（参考値）

真菌（カビ、酵母）は60℃前後の加熱温度にて1～30分で死滅する。

乾熱器サンBⅢ

④点検・補修・包装・保管

用具を細部まで点検・補修し、動作確認を行った後、ビニールで密閉包装し、保管します。次回のレンタルまで、清潔な状態を保ちます。



包装・保管

点検・補修