

10年前の介護の決意……当時は介護保険が発行してまだ日の浅い頃、ましてや男性が介護するなど珍しい時期でした。しかし、それを実行した人がおられました。環境が整っているにせよ、それはそれなりに覚悟が必要であつたと思います。中静様はそれを大好きな言葉「臨機応変」におきかえて表現しました。職人の頃培った人生訓で、困ったときに発想の転換を素早くするのだと述べておられました。今号では、介護のコツ「臨機応変」を取材しました。

木工匠芸師・上越マイスター 中静義則氏の介護実践法

在宅で、10年間床ずれなし

「在宅介護人」を決意

平成13年3月13日、朝7時、奥様のいびきで目を覚ます。目を開けるがすぐつむってしまふ。突然襲ってきた脳出血で、新潟県立中央病院へ5月

18日までの2ヶ月間入院生活を余儀なくされた。

妻栄子様との介護生活が始まりでした。その時のご一家は、上越市南本町2に美容院を

「おれがやらなきやー！」

介護は自分の仕事、一心不乱の情熱で――



笑顔でお互いの元気を確かめ合う中静義則様（下の写真も）と栄子様ご夫妻

経営する栄子様とご子息在宅介護の母親、木工匠芸師として上越市のマイスターの称号もある中静義則様の4人住まいでした。とりあえず、掛かり付けの医師と相談し、お母様を上越市内の病院で看てもらい、退院してきた栄子様の介護に専心する決断をされました。一時は二人同時の介護の時期もありましたが、「施設に預けるか？でもそれでは可愛そうだ」という気持ちで、マイスターの仕事を手放さず、新たに

● カロリー計算で 工芸マイスターが 介護食マイスターに

二人同時の在宅介護の時は食事の用意が大変でした。料理という名の通ったものが作れないので、お惣菜を近所のスーパーで買い求めました。それを自分なりに工夫して盛りつけて出すのです。栄子様は食べる時、噛めなかつたり飲み込めないで細かく刻んだ「介護食」として出しました。栄

食事は1食あたり480キロカロリーを守るために表示の入った食品を調うようにしています。メニューはレトルトカレーからお刺身までバラエティに富ませ、食べ易いものなども研いだ包丁で、更にトロトロになる位にして切り刻みます。

それ以外にも、マグロの赤身、意外に柔らかいカツオ、カンパチ、茶碗蒸し、その他日常的に口にしているメニューを再現しています。

一時は4人分の食事を作っていました。息子さんも美容院を経営する傍らお手伝いをしてくれますが、サービス業とあらばあまりあてにも出来ないで、10年前の決断が今でも続いています。



今は、そのままだに出来るものは炊き立てのご飯と煮豆位です。

● 触れる愛は床ずれを作らせない

食事が済むと栄子様が床ずれを起きぬようにマッサージを行います。毎日、食事とオムツ換えのとき、1日6回各2〜3分は欠かしたことがありません。きっかけは栄子様が「背中が痒いとか、腕や肩が痛い」と訴えかけてきたことで、背をさすったり、体を横にした

以下、次頁につづく

前頁からのつづき

と嬉しそうにいうのが励みでした。が、「これは床ずれを無くす基本ではないか」と直感。

触れていると、筋肉の凝りとか、肌の異常とかが分って来ますし、腸の動きなども感じるようになります。お腹をマッサージするとポコッ



※蠕動（ぜんどう）運動：内容物を口側から肛門側へ移動させる運動

「見つめあうおふたり……介護の原点を見る思い」

動運動です。ただ、自分だけでのトイレは難しいので薬に頼らなければならぬときもあります。触れたり観察していると途中で薬の量に疑問がわき、お医者さんに相談して薬の量を減らしてもらうこともあります。ベッド、マットレスなどの床ずれ対策やマッサージなど在宅介護・医療の状況はほぼ完璧ですが、感じたことはご主人のこまめな観察力と大きな包容力でした。

●世間さまへの不義理より介護への使命感

そんな時、困ることがあるとおっしゃいます。それは介護ではなく、近所のお付き合いが出来ないこと、世間様との時間帯の相違でした。

介護を主体に時間配分をしている中静様。例えば、葬儀のお通夜、あるいは町内の寄り合いで、宋子様の食事を遅らせるわけにはいきません。ちよつとのずれがタンの絡みなど思わぬ事故を引き起こします。油断して一人にしておくと何があるか分からないといえます。そんなことで、皆さんに不義理をする状態になるのが一番心苦しいのです。その他は、長年の経験と

その積み重ねでやっていることとです。

以前は町内の楽しい行事に参加して、あるいは皆さんと一緒にお酒をのいしく飲んでいたこともありましたが、今は1日

が終るとコップ1杯のお酒が楽しみになりました。息子さんも「もう1杯くらい……」と勧めてくれ

ます。宋子様が心配で普段は1杯だけ。息子さんがいてくれるからその1杯がおいしく飲めて心強いのですが、10年間愚

痴一つ言わないで頑張ってきたのは、介護に対する使命感のようなものがある、とにこやかな言葉に決意が光りました。

中静様は楽になろうと考える、楽になるともっと楽になることを求める。すると、介護も仕事も手抜きが習慣になってしまいます。中静様はそのことを「介護が壊れてしまう」と表現します。

中静マイスターの仕事（作品）

平成5年6月、上越市直江津国富別院庫裏玄関の梁「虹梁唐草絵様及袖切り眉」を製作中



平成11年1月、榊神社（上越市大手町）手水場屋根、合掌部分の魔除けかざり「懸魚彫刻」



戦艦大和の模型。現物の写真などから割り出した縮寸で出来上がりは最高！



平成のはじめ頃、楽しみながら般若の面を打った



介護とマイスターとしての仕事の共通点をあえて探さず、責任感ではないかと述べられました。どちらかこれしかないと考えれば一生懸命その仕事に集

中せざるを得ない。人間は楽になろうと考える、楽になるともっと楽になることを求める。すると、介護も仕事も手抜きが習慣になってしまいます。中静様はそのことを「介護が壊れてしまう」と表現します。

双方とも「疲れた」を発しない。愚痴を言わない。怒り顔、嫌な顔を心から捨ててしまうことが、相手も自分も生かされる

介護簡単メニュー

本格的な胡麻豆腐

ヘルパーとして訪問しているNさん宅のお嫁さんから聞きしました胡麻豆腐を紹介します。片栗粉では出来ない本葛を使用した美味くて上品な胡麻豆腐です。



作り方

- ①・胡麻ペースト 100g
・本葛粉 80g
・水 カップ4杯
・砂糖 大サジ1
・塩小サジ1 をミキサーの中に入れ、攪拌します。
- ②なべの中に①をあけ、中火で掻き混ぜ、とろみ状になってから弱火にし、15分程練ります。
- ③鍋の中の胡麻豆腐を良く洗ったバット（20×27cm角）に移します。秋や冬の気温の低い季節は常温で固めた方がさらに美味しく出来上がりますが、夏は冷蔵庫で冷やします。
- ④バットを揺ると、きれいに型からはずせます。それを程々に切り、お醤油をつけて召し上がったりします。そのまま何もつけなくとも美味です。



Nさんのお嫁さんはとても料理が上手です。お姑さんに食べやすい大きさにし、やわらかく見た目もきれいで食欲がわくように調理され、工夫のあとがよく分りました。

高田訪問介護課 板倉寛子（介護食士）

県央地区に待望の拠点誕生！

県内7拠点体制整う
三条市に県央営業所が開設

モットーは

お客様本位
スピード対応

6月1日、上越新幹線の燕三条駅や三条燕一Cのすぐ近くの三条市須頃に、「県央営業所」を開設しました。さくらメディカルの拠点として、5月1日に新潟市西区寺尾に開設しました新潟営業所に続き新潟県内で7番目の営業拠点（他に長野営業所あり）となります。

当営業所の担当地域は、三条市と燕市、加茂市の3地域です。従来、当社の新潟支店と長岡支店が担当していた地域の真ん中に新しい拠点が誕生し、



総勢5人で第一歩を踏み出しました

今まで以上に地域のお客様にご満足いただけますように、「お客様本位」と「スピード対応」でより良いサービスをご提供しよう、と、決意新たにしています。

環境でのスタートは誰もが不安と期待でいっぱいだと思いますが、常に新しいことにチャレンジし、時には悩み、また一緒に働いていた仲間との別れに心を痛めても、この仕事を続けることができたのは、ご利用者様

やご家族の「笑顔」に幾度となく助けられてきたからです。お客様が住み慣れたご自宅で安心して生活できるように福祉用具や住環境をご提案し、一人でも多くのお客様が「笑顔」でいられるようなサービス

スをご提供していきます！ぜひ、「困った時」には、お近くのさくらメディカルにご相談ください。経験豊富なスタッフが心を込めて対応させていただきます。



・住所 三条市須頃3-31
・電話 0256-36-0800

常設型地域の茶の間

「ねごしの里」

近況

◆一歩ずつ確実に地域に広まる

「ねごしの里」は昨年12月に常設型の地域の茶の間として上越市板倉区内にオープンしました。

な活動を開始し、5ヶ月

◆地域で二つの利用と特徴を持つ

ねごしの里では、「地域のふれあい施設のなご利用」と、「地域活性化拠点的なご利用」の二面性を持った特長を生かして取り組んでいます。

4月の上越市の通所型介護予防事業「のびや

民間だからできるようなご利用者ニーズ（人と

◆地域活性化の「コミュニティ・ビジネス

山菜販売は毎回即売り切れで好評でしたが、現在季節外れの食材として提供できるように、種々な山菜の塩漬け作業を沢山進めています。

事を食べに来てください。販売用に地元産ブランドじゃがいもの植え付けを沢山行い、7月末ごろ収穫祭夜の茶の間イベントも計画しています。

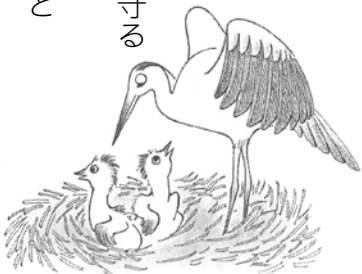
（ねごしの里 代表 古海 誠一）

生き物詩シリーズ②

詩 国見 修二（詩人・上越詩を読む会 妙高市）
絵 山本みゆき（子どもへの読み聞かせサークルでの活動 上越市）

アオサギ

片方の羽を広げ
日傘にして
お日さまから赤ちゃんを守る
若葉から初夏の日差しへと
川面がまぶしい
お父さんは餌さがしです



笑顔になれる
福祉用具を

私が「さくらメディカル」に入社して早いもので10年が経ちます。新し



④楽しい一日を……ボランティアも加わって
⑤「ねごしの里」の市も賑わって（山菜販売）



中越ブロック通信

長岡支店 移転3年目
地域に根づきはじめる



後列：本間・高野
前列：鈴木・大原

改めまして、さくらメ
ディカル長岡支店です。

平成21年4月に長岡市
新産から古正寺に移転し
て丸2年が経過し、地域
の皆様からも多大なるご
支援をいただけるように

なりました。

長岡支店の主な担当地
区は、地元長岡市をはじ
め見附市や柏崎市、刈羽
村、出雲崎町、小千谷市
です。総勢30名体制で地
域密着サービスに取り組

「お電話にて応
対させていただく
ことがほとんど
ですが、お客様
のお役に立てるよ
うに、営業担当者
と同じ気持ちで取
り組んでいきます。
どうぞよろしくお
願いたします」

んでおります。

また、長岡支店が所
属する中越ブロックに
は、県央営業所（二条市
須頃・5名）と魚沼営業
所（南魚沼市六日町・5
名）があり、さくらメデ
ィカルが新潟県全域（佐
渡市除く）で展開してい

下越ブロック通信

リフォーム助成
制度ひとくくモ

「自宅は暮らしやすいですか？」



リフォーム
助成とは、平成
16年より始ま

り、身体機能の低下した
高齢者や身体に障がい
をお持ちの方がいる世帯に
対し、住宅をその方々に
適するようにリフォーム
する場合に、費用の一部
を助成する制度です。

高齢者リフォーム助成
の場合、概ね65歳以上で
介護保険法の要介護1・
5、要支援の認定を受
けられている方で、世
帯全員の前年度収入が
600万円未満であるこ
とが条件になっています。
障がい者向けリフォー
ム助成の場合は、身体障

害者手帳1、2級、また
は療育手帳Aをお持ちの
方で、認定を受けられて
いる方の世帯全員の前年
度収入が600万円未満
であることが条件です。

リフォーム助成は手す
り等の取り付けから、既
存の浴室からユニットバ
スへのリフォーム工事、
または、介護保険住宅改
修工事では該当しない段
差解消機などの設備も対
象となります。

リフォーム助成を使用

成の場合は、限度額まで
複数回使用可能。

2000年より介護保
険がスタートし、介護保
険の住宅改修を使用され
た方も多いと思います。

リフォーム助成は手す
り等の取り付けから、既
存の浴室からユニットバ
スへのリフォーム工事、
または、介護保険住宅改
修工事では該当しない段
差解消機などの設備も対
象となります。

（新潟支店 営業課長 櫻井泰訓）

る福祉用具の普及活動に
おいて、県央・中越・魚
沼の3つの圏域をフォロ
ーできる体制を整えてお
ります。

営業担当者の業務を支援
してくれる頼りになる事
務担当者がいます。普段
お会いする機会が少ない
のですが、長岡支店自
慢の4名をご紹介します。

新潟市内に3番目の
居宅介護
支援事業所 開設



が相談できてい
いわ！ あんた
もあそこの店に
行くといいよ」
と云っていただ
けることが最大
の目標です。

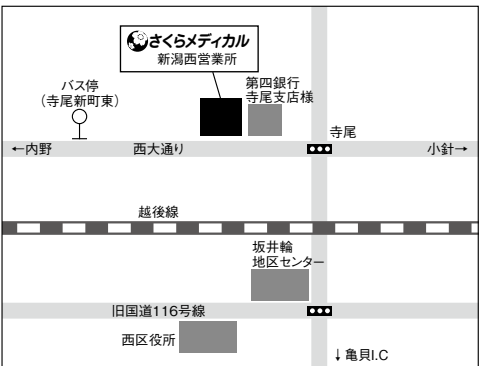
また、さくら
メディカルの企
業理念の一つで
もある「地域に
密着した福祉貢

献」を目
指して、住み慣れたこの
地域で自分らしい生活
が続けられるようにお手
伝をさせていただきます。

介護に関

することな
らどのような
なご相談で
も承ります
ので、お気
軽にお立ち
寄りくださ
い。

（所長代理
柄澤ヤス子）



・住所 新潟市西区寺尾西2-7-1
・電話 営業所 025-264-1011
ショップ 025-264-1022
居宅介護支援 025-264-1033

介護ショップ新潟西店
便利で愛されるショップに



ラス張りとなっ
ており、外から
も店内の商品が
見やすく、通り
がかりの方が興
味深そうにのぞ
いていかれます。
店内には、介
護用ベッドや車
いすなどの最新

の福祉用具全般から、脱
ぎ着のしやすい衣類や生
活便利用品など、さまざ
まな商品が展示してあり、
実際に触って商品を試す
ことができます。

介護ショップ新潟西店
は、新潟市西区寺尾西の
交通量の多い西大通りに
面しており、近隣にお住
まいの方やお買いもの途
中の方にお寄りいただい
ています。

店舗の正面は大きなガ

は、新潟西営業所や6月
1日に開設した新潟西居
宅介護支援事業所に併設
されており、福祉用具の
専門的な知識をもってい
る福祉用具専門相談員や
ケアマネジャーもおりま
すので、介護のさまざま
なご相談に素早く対応す
ることができます。

お困りのことやご心配
なことなどございました
らお気軽にご相談下さい。
皆様のご来店を心よりお
待ちしております。

（福祉用具専門相談員 笠原ちほ）