

# すこやか

発行者：姉ヶ崎ケアセンター  
住所：千葉県市原市稚津2545-1  
電話：0436(66)8867  
担当者：堀川・上田・津根・岡

## トランペットの音色に ～四月の誕生会～

四月の誕生会はボランテニア「さすらいのトランペッター」の林様に演奏していただきました。普段なかなか聴くことのできないトランペットの音色、ことに林様の音色は温かい音色で、聴いている者に心地よい響きを下さいました。演奏に合わせて歌い、最後にはアンコールも出て、楽しい誕生会となりました。



## ～端午の思ふを共に ～うさぎの壁面装飾～

今月は端午の節句にちなんで、こいのぼりの壁面装飾を作成しました。折り紙で作られた兜を利用者様と一枚一枚貼り、大きく鮮やかなこいのぼりが完成しました。貼る作業では「小さい頃に、新聞紙で剣や兜を作つてよく遊んだよ」と懐かしいお話をされている方もいらつしやいました。楽しい思い出とともに作成され、利用者様も終始和やかな雰囲気でした。



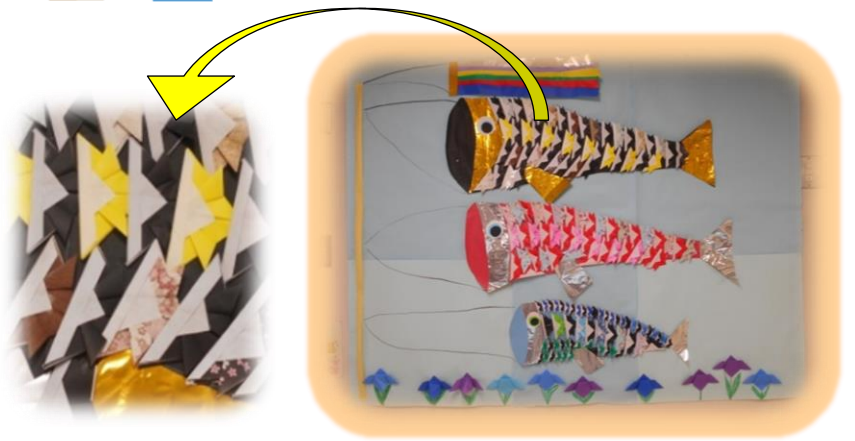
## 高齢者の今後の医療と介護

これからの10年間で日本の高齢者は人口の三人に一人が65歳以上になります。

どんなに健康保持に努めても、加齢と共に確実に体力は衰え、自分でできることは限られ、人に助けを乞わなければならない日が来ます。しかし、助けられる65歳以下の人は人口の三分の二しかない

のです。たとえ、介護保険で特別養護施設をたくさん作っても働く人はいません。

また病気も必ず起こります。急病での緊急治療は出来るでしょうが、高騰する医療保険では病床数が削減されて、病気が治るまで病院には入院は出来ません。そして、自宅に帰って在宅看護介護を受けようとしても、その件



数が増加していく中で対応する看護師や介護士が不足していて、在宅では物理的に件数がこなせないの、不可能となります。

ですから、高齢者の今後の医療介護は医療機関、介護施設併設の集合住宅（サービスマン付高齢者向け住宅など）が是非、必要になってまいります。

【姉崎病院 院長 岡 賢了】

## 職員のひとこと言 「健康が一番」

介護士 S N

去年の三月に私は骨盤腹膜炎という病気にかかってしまいました。それは突然やってきて、まさか自分が、と驚きました。夜勤中に微熱が出てしまった、帰って寝たらすぐ直るだろうと軽く考えていました。しかし夜に39℃の高熱が出た、翌日には一日中腹痛が止まらなく、自分でもおかしいと思い病院に行きつたところ、入院することになってしまいました。職場に迷惑をかけてしまうと申し訳ない気持ちでいっぱいになり、入院中も常に考えてしまいました。

入院中は点滴を打ちながらシャワーを浴びるということが一番苦勞しましたが、貴重な経験をすることができました。

当たり前のことではありませんが、人間は何をするにも健康が一番だと今回の入院を経験して改めて感じました。

そして私は家族、友人など周りの方々に支えられているのだなと強く実感することができました。

本当に感謝しています。





デイケア  
ルームより

♪屋根より高い

♪このぼりー♪

桜もすっかり散ってしまいました  
が、田んぼには水が引かれ、少しず  
つ夏に近づいています。

水分補給も忘れず体調管理に気を  
つけていこうと思っています。

今月のデイの作品は

“このぼり”

細かい作業ではありましたが、根  
気よく頑張りました。



## 特集 母の日

五月と言えば母の日です。

この度、看護師 S Kさんにお母様との思い出を書いてもらいました。

「母の日 お母さん ありがとう」

私の母は、三人きょうだいの長女として市原市に出生し、十九歳で結婚、四人の子宝に恵まれました。しかし、三番目の長男はネフローゼという疾で五歳、こどもの日の翌日に、短い生涯を閉じました。幼かった自分、そして当時の両親の辛い悲しみ、こどもの日になると深く思い出されます。

家は決して裕福ではありませんでしたが、自然が豊かな美しい村で、笑いの絶えない明るい家庭に育ちました。両親は農家で懸命に働きました。その両親の背中を見て、私と次女は手助けし、働きました。苦勞に苦勞を重ね、やがて成長し、私は看護師、次女は美容師、三女は銀行員となりました。安定した職業に就いたこともあり、貧困から豊かな生活へと一変しました。

父は十三年前に他界しています。母は今年八十七歳となりましたが、元気なうちは一人で暮らしたいとの



希望で私の家の近くに住んでいきます。

母の日、母のお誕生日には子ども、孫、ひ孫でお祝い、お食事会、カラオケを楽しみ、幸せなひと時を過ごしています。母は天気の良い日にはシルバーカーで歩行に心がけています。これからは母が一日でも長く健康でデイサービスに通えることが私が元気で長生きしてくれることが私達三姉妹にとって幸せなことです。

近くにいる私はお仕事が大変と、次女が仕事の時間をみて、またお休みの日にはお食事、お風呂にと援助してくれています。三女はなかなか行けないと言って、土日以外に母が元気でいることを決まった時間に電話し、元気な声を届けています。

礼儀正しく心の優しい、しっかりとした母を私達は尊敬しています。お母さんの子どもに生まれてよかった、私達を生んでくれてありがとう、私達はお母さんの子どもで幸せです。これからも健康に気をつけて、一日でも長生きしてくれることを願っています。今年も母の日に、日頃の感謝をこめて、お祝

いしたいと思っています。



## 新就任の職員紹介

O S (理学療法士)

4月からケアセンターに入職しました。以前は長野の病院で働いていました。よろしくお願いします。



S M (看護師)

4月よりセンター勤務となりましたSです。笑顔と元気で利用者様の体調管理に努めます。



## 編集後記

S看護師に原稿依頼すると、すぐに書き上げ、お母さまとの思い出を涙ながらに話してくれました。お母さんの子どもに生まれて幸せです、と…。

誰にとっても自分の母親は大切な存在です。その大切なたくさんの「お母さま」がケアセンターで過ごされているのだと、改めて思いを巡らせました。

さて、気候も過ごしやすい時期ですので、外出などはいかががでしょうか。外出・外泊支援もさせていただきます。

(相談員 O)

## 5月の予定

12日(木) 誕生会  
14時30分〜 5階にて