社会福祉法人　北海長正会　52 ISSUE

四恩園

つながり

『つながりのバトン』

地域サポートセンターともに

施設長　向山　篤

地域の福祉を私たちの責任として

私たち社会福祉法人北海長正会は二〇二六年で開設五十周年を迎えます。北広島市内に六拠点十七の事業所を運営し、従業員四〇〇名が高齢者や障がいを持った方へのサービスを提供しています。法人理念には「地域に求められる資源として」「地域の資源の活用とつながり」を掲げています。三瓶徹理事長は「特別養護老人ホームは、入居施設・箱物との考えではなく、地域の方々が生活する地域の資源であり、在宅サービスとして欠かせないもの」として北広島リハビリセンター特養部四恩園を開設したといいます。そしてその当初より、地域のお祭り、敬老会、勉強会などに参加させていただくなど、地域とのつながりを大切に事業運営してきました。積極的に地域とのつながりづくりに取り組んできたその背景には、お客様との関わりの中から見えてきた深刻な地域課題をなんとか解決したいという思いがあります。老老介護など介護苦による虐待、介護者や本人の自死、認知症の方の行方不明、孤立による死後の発見遅れなど、関わりのあるお客様やその地域で起きた事件・事故は、私たちにとっても衝撃であり無力感に苛まれました。私たち法人職員四〇〇名のちからだけではこれらの課題をゼロにすることは難しいことに気付かされました。今後更なる北広島市の人口減少、少子高齢化、介護が必要になる世代が多い七十五歳以上の後期高齢者の増加、認知症高齢者の増加なども、課題のさらなる深刻化に拍車をかけることになるでしょう。

共生社会実現のためのチャレンジ

「今、私たちが真剣に課題解決に取り組まないと、老後を生きることに、障がいを持って生き続けることに苦痛と不安しか無くなり、安心を求め住み慣れた地域から離れなければならない北広島市になってしまう。」その決意のもと、二〇一〇年十二月から二〇一五年四月の四年四カ月の間に、「地域交流ホームふれて」、「地域サポートセンターともに」、「地域サポートセンターみなみ」三拠点を開設しました。それぞれの拠点には事業所と併設して、喫茶コーナー、キッズコーナー、イベントスペースなどを備えています。「子供、子育て世代、高齢者、障がい児・者など、世代や障がいにとらわれない交流と、人と人とのつながりから生きることの喜びを感じ、支え合うことのできる地域社会（共生社会）の実現」を目指しています。地域交流スペースは私たち職員のちからだけではなく、市民スタッフ（地域のマンパワー）を中心に工事期間中より話し合いを始め、将来に向けた夢とロマンを沢山語り合いました。そして、開設以来喫茶コーナー、キッズコーナーの運営、各種イベントの開催、介護予防体操、講演会など様々なことにチャレンジしてきました。お客様とそのご家族、市民スタッフ、お祭りやイベントを通じてつながった地域の方々、行政の方々、大学、社協・同業者の方々、そして法人の仲間など、世代を超えた新しい友人が出来たり、

毎日集まりお茶会を楽しむグループなど、この十年間でお互いを想い支え合うつながりが沢山出来上がりました。

新型コロナウィルスによる孤立する辛さと、新たな気付き

しかし良い事ばかりではありませんでした。昨年二月からの新型コロナウィルスの蔓延。友人に会うことも、馴染みの居酒屋に行くことも、サークルに参加することも我慢しなければならない事態に。自然と外出することが減り自宅にこもり横になることが増え、年令に関係なく多くの方々の体力・筋力が低下しました。高齢者においてはフレイルにより介護サービスを必要とする人が増えました。会話もなく自宅にこもることで気分が晴れずに鬱々とする日々が続いています。如何に他者との触れ合いやつながりが、自分の心の安定につながっていたのかを痛感しました。コロナ禍が収まることで私たちはまた楽しいつながりのある生活にもどることができると思います。しかし、障がいや加齢により自らの力では外出できない、他人に会いたくない、知られたくないと引きこもり孤立している人にとっては、コロナ禍とは関係なく鬱々とする日々、友人と遊んだり、会話をしたり、誰ともつながらず孤立することの辛さを感じていると思います。どうしたら家にいながらお互いを想う顔の見えるつながりをつくることが出来るのかを私たちは考えました。自宅にいながら好きなときに自由に人とつながることが出来るのは、今の時代だから実現できるＩＣＴを活用してみてはどうか。ＩＣＴの進歩によりＺｏｏｍ・ＬＩＮＥ・Ｓｌａｃｋなど、二十四時間三六五日、世界中の人々がいつでも簡単につながることが出来る時代です。早速、週二回のテレビ電話（Ｚｏｏｍ）による予防体操の配信、毎月定期開催のミニ講座を配信やお茶会を企画しています。この機会に初めてスマートフォンやタブレットを購入しテレビ電話（Ｚｏｏｍ）を楽しんでいる高齢の方も沢山います。スマートフォン越しに笑顔を見ながら体操や会話を楽しむグループも出来上がってきました。

ケアには人と人の愛情とつながりがある

お客様と私たちの出会いの切っ掛けは介護相談が殆どであり、お客様にとっては決して楽しいものばかりではないですが、介護の現場においてはお客様に楽しんでもらいたい、苦痛を減らしたいなど、自然とお客様への愛情でいっぱいになります。そしてそこには大切な親・兄弟・子供が幸せに過ごしていてほしいというご家族の願いもあります。また職員を気遣っていただけるお客様の優しさと愛情、ご家族からの愛情、地域の方々からの愛情を沢山頂いて私たちは仕事をさせていただいています。お客様と職員の間には、いろいろな人と人とのつながりがあり、その人を大切に想う愛情があります。お客様がお亡くなりになりサービスが終了した後にも、ご家族がイベントに参加協力いただくことも多いです。久しぶりにご家族が来園され清拭の寄付、お客様（親）が生前施設で使用していたタオルケットを裁断し清拭として届けていただくこともありました。受け取った職員も、清拭としてカットされた想い出の詰まった懐かしいタオルケットを見てご家族と涙ぐむ場面もありました。親がお世話になった恩返しといって忙しい中ボランティア活動に参加頂いたり、愛情の詰まったお客様とのつながりは、ご家族へと、地域へと途切れることなく繋がり続けることを知りました。

一〇〇年先の同士につながりのバトンを

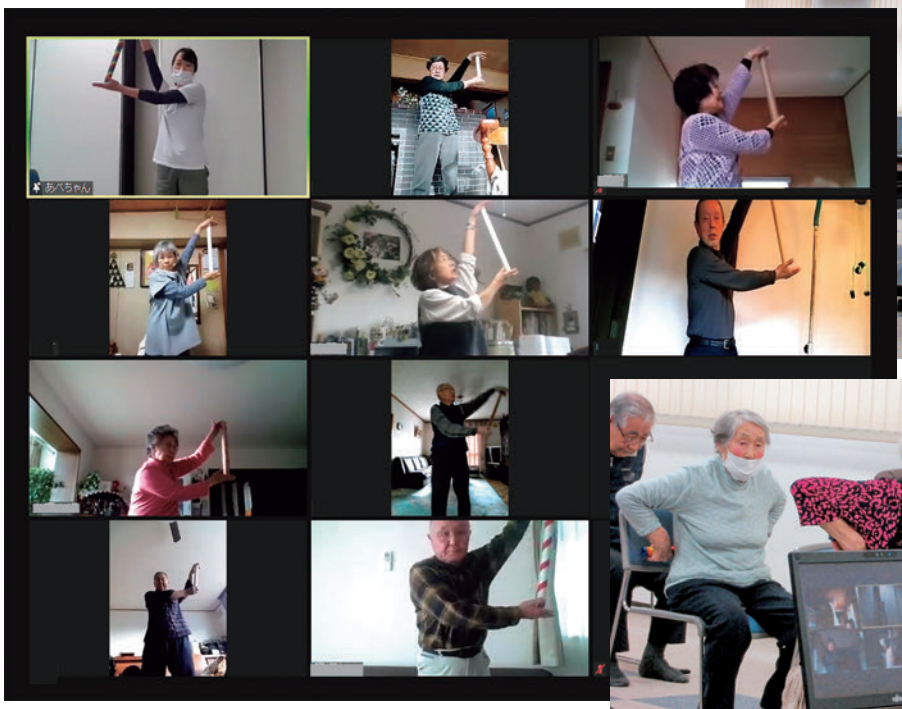
今後もお客様、地域の方々、行政、大学、企業と共に夢やロマンを語り合い、まだ見ぬ子孫や後輩のために、一〇〇年先の同士のためにこのつながりのバトンを絶やさず未来永劫つないでいきたいです。お互いを想う顔の見えるつながりが、お互いを支え合うことのできる地域をつくっていく。このつながりが、地域に解決されずにあった課題をゼロにするものと信じています。そして、そのつながりや仕組が持続可能でよりよい地域を目指していくことを目標に、私たち社会福祉法人も地域の方々、行政と三位一体となって住民主体のつながりづくりや課題解決に積極的にチャレンジし続けます。それが共生社会の実現につながるものであり、社会福祉法人による公益的な取組であると思っています。

未だ新型コロナウイルスによる自粛が続きますが、私たちのお互いを想うつながりが途切れることなく、一〇〇年先の北広島が温かい人のぬくもりを感じさせる、お互いの理解のもとでお互いを支え合うことのできる地域に成長していくことを夢みて。

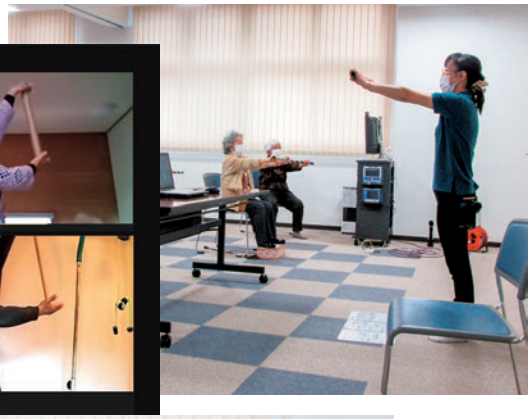
新しいつながり
～今、わたしたちができること～

コロナ禍におけるICT（通信技術によるコミュニケーション）を活用した地域づくりや取り組みをご紹介します。

家にいながら一緒に運動！
～コロナに負けない元気な体と心づくり



自宅からもZoomで参加できます



コンディショニング体操の様子

現在、地域交流ホームふれてでは、「Ｚｏｏｍ（ズーム）」というパソコンやスマホのアプリを使って週二回月木曜日の午後に体操をオンラインで行っています。地域の皆さんは、家に居ながら参加。参加者全員の顔を見て会場の雰囲気を感じ、会話をしながら一緒に体操に取り組めます。

Ｚｏｏｍを使って参加した皆さんからは

「毎回楽しみにしています。動くと気持ちがいいので、用事がない限りは参加しています」

「ふれてに行けなくなったので寂しかったけど、Ｚｏｏｍで会えて、元気をもらっています」

「体操前、休憩時の会話も楽しい。終わった後ももっとお喋りをしたいくらい」

「スマホの使い方が心配だったけど、教えてもらえるので安心。顔が見れると楽しい」

そんな感想をいただいています。画面越しではありますが、顔を合わせられる安心感。「自分は一人じゃない」と感じられるつながりのある地域作りを創意工夫しながら目指しています。

体操が終わると、みなで「また来週ね～、元気でね」と声を掛け合い次回会う約束を交わします。

スマホやパソコンをお持ちであればどなたでも参加できます！

使ってみれば簡単
～ともにふれてのスマホ活用相談室

昨年四月から行っているスマートフォンの活用相談室。帰省できない家族と顔を見て話したい、入院している家族とＬＩＮＥで話せるようになりたい……そんな地域の方々の声に応え、「是非ご相談下さい！」と呼びかけたところ、これまでに五十名以上の方がご連絡をくださいました。

スマホやタブレットの操作、LINEやZoomなどのアプリの使い方をレクチャーしています。

中には、「スマホはどんなのを買ったらいい？」と購入や料金プランの相談もあり、職員は地域の携帯ショップ店員の方とも連携し、どんな相談にもお答えしようと奮闘しています。

「妻の顔が見たい」

そんなスマホ活用相談教室に参加された伊藤清様。コロナ禍の影響で面会が叶わず、三カ月間も入院中の奥様の顔を見ることができませんでした。奥様が入院されている病院では「オンライン面会」を行っており、そのためにスマホに機種変更をして使い方を学びました。

やはり明確な目的があると頑張れますよね！職員がサポートをしながら奥様の顔が見られたときは、とても感動していました。顔が見えて声が聞こえる。画面の中でほほえむ奥様の笑顔に伊藤様は「僕も頑張るよ！」と力強い返事をしていました。

今後も、地域の皆さんが家に居ながら誰かと繋がる楽しさや安心を感じられるように、日々取り組んでまいります。

※表紙の写真です

いつでもそばにいる ～家族とお客様の距離を縮めたい

コロナウイルス流行に伴い私共の施設も、地域の方々への入館制限やご家族への面会制限をお願いせざるを得ませんでした。

そこで、直接会えなくても、少しの時間でもお客様とご家族が顔を見て言葉を交わせる機会を持っていただきたい、ご本人の元気な様子を知って頂きたいとの思いから、スマホ・タブレットを使ったオンライン面会をスタートさせました。

離れていても家族に会える ～顔を見て話せる安心感

グループホーム四恩園　富樫良子様・ご主人久夫様の「オンライン面会」のご様子

職員がタブレットを操作しご主人の笑顔が映し出されると、良子さんの表情がパッと明るくなりました。

ご主人から「元気ですか？」「何か欲しいものはないですか？」との問いかけに「元気でーす」「何もないよ～」「パパも元気でね～」とともにこやかに答える良子さん。会話が弾み、冗談を言っては大笑いします。

ご主人は「顔を見ると元気かどうかわかりますね。面会自粛の中、顔を見て話せるので安心です。」と話されていました。このコロナ禍が収まれば「温泉に一緒に行きたいです」と希望も話されていました。

「家族の繋がり」を

感じられる生活をお届けすること、それもケアの一部だと思います。その方が大切にしてきたものを守れるように、今後もお手伝いさせていただきたいです。

ご主人と会話し笑顔

元気でいてくれてありがとう！
～敬老の日・笑顔の写真

特別養護老人ホーム四恩園

毎年、敬老の日には多くのご家族が四恩園に面会にいらしたり、敬老会が開かれるなど、ご家族とともに楽しい一日を過ごされてきました。

しかし、行事の多くが制限され、例年のような催し物が中止、敬老の日もご家族をお呼びすることができない状況となりました。

そこで、職員が皆様のお顔の写真を撮影し、ポストカードにしてご家族にお渡ししたところ、大変喜んでいただけました。更に、その笑顔のポストカードを、一枚の作品にして、四恩園の玄関フロアに展示させていただいています。

直接お会いして、笑い合える喜びには代えがたいものがありますが、こういう状況でもできるひとつひとつのことを大切にし、これからも「いつでもつながっている」と感じていただける施設づくりに努めていきたいと思います。

（取材　伊東賢志朗）

私の羅針盤

～あの時指した光の先へ～

2020年入職　北広島市みなみ高齢者支援センター　前本睦実

福祉職に出会った子ども時代

子どもの頃、曾祖母から私の代までの親子四世代で生活していました。

「ひいおばあちゃん」は、私のことを「むっちゃん」と呼んで可愛がってくれとても優しくて温かく、私は曾祖母が大好きでした。

私が小学生の頃には、高齢になった曾祖母を母が介護することになりましたが大変そうでした。定期的に家に来てくれる相談支援のワーカーさんが、母の悩みを親身になって聴いてくれていました。話を聴いてもらって安心する母の顔を見て、「私もこんな仕事をしてみたい」と子ども心に思いました。曾祖母は一〇四歳で亡くなりましたが、中学・高校と進学してもその思いは変わらず、介護職員もやってみたいなど思いは膨らんでいきました。

家族の中での私の役割

三人姉弟の二番目である私は、家族の中のムードメーカーであったと思います。亡き父はかなり厳しく私たちを育ててくれました。そんなピリッとした家庭の中で、私が冗談を言ってはみんなを和ませ、家族みんなが笑ってくれた記憶が多く残ります。

大学の実習で地域支援について「人と人の関わりがとても大切である」と学んだ時、私が無意識に家族の中でムードメーカーとして和ませ喜んでもらえていたことを思い出し、自分自身が人と人とを笑顔でつなぐ存在になりたいと思いました。

お客様に支えられる日々

入職してからは、相談支援の仕事の大変さを痛感しています。最初にお客様を担当させていただいた時には、「大学を卒業したばかりの私に何ができるのだろうか？」と自信がありませんでした。

しかしそのお客様から「大丈夫よ。私も一年生みたいなもんだし、一緒に考えながらやっていきましょう」と本来私が掛けないといけないようなとても優しい言葉を頂き、とても救われました。

学びを活かせる仕事。自分の家族にも

実家には母と祖母がいます。母からは「もっと介護サービスを使ってほしいのだけど、お互いの性格の違いもあって素直に話し合えない」という話を聞いています。以前も、曾祖母に介護が必要になった時、父が病気をして入院をした時、母が全て一人で介護などを担ってきたのを間近で見てきました。

今、私は、頻繁に実家に帰り、祖母と母の両方から話を聞くようにしています。祖母の介護に関しては、少しでも母の役に立ちたいと思っています。

私は、まだまだ学びの途中ですが、身近に相談できる相手がいることがどれほど心の支えとなるのかという事を感じます。

いつしか私が人と人を笑顔でつなぐ存在になれるよう、まずはお客様一人一人に誠心誠意向き合っていきたいと思っています。

お客様 人生劇場

～家族の絆が元気のもと～

今回は北広島デイサービスセンター四恩園に17年通われているお客様とご家族様にインタビューさせていただきました。

北広島デイサービスセンター四恩園に通われているお客様の中で最高齢「一〇五歳」の松岡辰惠さん。デイサービスご利用中には他のお客様が代わる代わる隣に行かれ、いつも楽しい会話と笑顔の花が咲いています。

苦労した過去、迎え入れてくれた新しい家族

辰惠さんは多寄村（現　士別市多寄町）に生まれ育ち長沼の農家に嫁がれましたが、最初の結婚生活は上手くいきませんでした。離婚後、子どもたちを親戚の家に預け、奉公をしながら何とか生活を成り立たせていたそうです。

奉公先で真面目に働き信頼された辰惠さん。四十歳の頃に広島町で一番大きな田んぼを持っている松岡家に紹介され嫁ぎました。

「余市からずーっと車に乗って広島町に来たよ。晴れた雪景色がキラキラしてホントきれいだった。」と思い出しながら話す辰惠さん。

現在同居しているお嫁さんは、「おばば（辰惠さん）が嫁いできた日は、私が二人目の子どもを産んで十日目だったんです。お義父さんが余市に用事足しに行ってくると言って、戻ってきたら『嫁さんとタンスを連れてきた！』って。みんなびっくりしました。」と話します。

嫁いだばかりの辰惠さんの役割は、子守りと家事。息子さんやお嫁さんが農家の仕事に集中できるよう、陰となり日向となり家族を支えてきました。「おばばが家事と子育てを全部やってくれたから、私は安心して畑に出られたんですよ。」

40代後半、ご主人と

若い頃の辰惠さん

孫・ひ孫を育て、山菜採りを楽しみ、一〇〇歳になっても元気いっぱい

「私の膝の上でご飯を食べて育ったのは孫だけではなくひ孫も。六人……いや、もっといるかな。大人しい子も、元気でじっとしていなくて大変だった子もいたわ。」と楽しそうに話されます。

お孫さんとひ孫さんの名前を生ま

60代、末のひ孫さんと

昨年生まれた玄孫（やしゃご）さんと

80代、デイに通い始めた頃

れた順に教えてもらうと、その数はなんと十一人。お嫁さんに確認すると「その通りです。いやー、おばば、全部覚えているなんてすごいね。」

忙しいながらも楽しい孫育て・ひ孫育てでしたが、毎年春の山菜取りも楽しみな時間でした。

「毎年、雪が解けるのが待ち遠しくて。山菜はなんでも採ったよ。」と話して下さいました。

デイサービスセンター四恩園に通い始めたのは八十代の頃。竹山温泉に通われていた頃のお仲間やご近所の方と久しぶりにデイで再会し、レクリエーションなどを楽しまれる日々を過ごしました。

デイサービスでの一〇〇歳になった時のお祝いの会では、

「毎年千羽鶴を折って神社に奉納しているのが誇りだ」

「元気の秘訣は〝できることは自分でやる〟こと」

「足が治ったら走って山菜を取りに行きたい」　と話していました。

家族と暮らす喜び、笑いがあふれる毎日

現在、辰恵さんはお嫁さん、二人のお孫さんと孫嫁さん、二人のひ孫さんの計六人と暮らされ、介護を受け生活されています。家を出たひ孫さんも頻繁に遊びに来られ、デイサービスの送迎時には居間に沢山のご家族が集まっていることも少なくありません。

昨年、辰恵さんにとって初の玄孫（やしゃご）が生まれました。

ある朝、デイのお迎えにいくと、お嫁さんが「おばばが、『みんなして赤ちゃんばっかり構って、私のことは後回しかい』って怒っている。こんな歳にもなって小さい子にやきもちを焼いているんですよ。」と話し、それに辰恵さんが「私だって準備したいのに、誰も手伝ってくれないんだから」とすねた表情で返し、そこにいた皆様で大笑いされるという出来事がありました。

二年前に足を骨折されてからは入院することも増えてきましたが、「最後までおばばを家で看たい」とご家族それぞれが仕事などを調整し、都度元気に自宅へ退院されている辰恵さん。「かーちゃん（お嫁さん）や孫たちが朝からまかなってくれるし、オムツも替えてくれるし、貧乏くじばっかり引いたみたいな人生だと思った事もあったけど今が一番幸せだよ。」と笑顔で話す辰恵さんの元気の源（みなもと）は松岡家のみなさんの明るさと仲の良さ、家族の愛のある強いつながりなのだと感じました。

松岡辰恵様は六月四日に逝去されました。

この文章はご家族の許可をいただき掲載させて頂きました。ご冥福をお祈り致します。

（インタビュアー　玉邑亜矢）

対談

在宅

禍の今、を支えるとの関り

中谷紀子（なかやのりこ）さん

［在宅ケアマネジャー］

1992年市役所のヘルパーにて福祉の仕事を始める。

2000年4月、四恩園（居宅介護支援事業所）に勤務。

2020年4月、定年後の継続雇用。

今の仕事を始めたきっかけ

もっと役に立つ仕事をしたい

中谷―私はケアマネジャーの仕事に就く前までは在宅ヘルパーをしていました。

母が小脳変性症を患っていたので、母みたいな病気を持った方を助けたい、お手伝いをしたいとずっと思っていて、そんな時に訪問介護員という仕事があることを知ったんです。ちょうどその半年後にヘルパーという制度が始まり平成十二年から働くようになりました。でもヘルパーは家事をすることは出来るけど、訪問時間が決まっていて、じっくり相談に乗ってあげたり話を聞いてあげる時間はない。もっとお客様の役に立つ仕事をしたいと考えていた時に、介護支援専門員（ケアマネジャー）という制度・資格があることを知ったんですよね。丁度その頃に四恩園の求人広告を見つけて電話をしたのが入職のきっかけです。二十一年前ですね。

長谷川―僕は、四恩園で働く事になったのは実習をさせて頂いたのがきっかけです。当時大学で僕が選考していたのは社会情報系、福祉や介護とは別の学科でした。三年の時に単位のための実習で一カ月間程、四恩園でお世話になったんです。その時の印象がすごく残っていて、四年になり就職をどうしようか迷っている時に四恩園から新卒求人があるのを知り決めました。今、二十年目です。

在宅から施設への連携

自分の居場所の大切さ

中谷―私たち在宅のケアマネジャーは、支援の目標は出来るだけご自宅で過ごしていただくことですが、調理ができなくなりちゃんとした食事を摂れなくなったり、外に出て帰られなくなったり、着ているものが汚れたまま過ごされていたりすると本当に切ないです。ご家族やご本人が心の底で「安心できる場所」を求められていると感じた時にはショートステイや施設入所を提案しています。

でもやっぱり本人は「家に帰りたい」ってお気持ちが揺れて、施設から帰ろうとしたり、ベランダから外に出ちゃったり。

長谷川―ご自分で「入りたい」って施設に来る人って少ないですよね。施設側では、色々な背景をお聞きしながら支援させていただいています。確かに「帰りたい」と言われる方の対応には苦慮しますが、関わりの中で少しずつご自身の話をしてくれたり笑顔を見せてくれた時の、嬉しさっていうのをいつも感じさせてもらってます。

中谷―施設の職員さんが色々工夫してくれることで少しずつショートステイに馴染んで、それから入所へ移る方も多いですよね。ご家族は「本当に良かった」と心から安堵していますし、ご本人も仏壇を部屋に置いたり「自分の居場所」として落ち着かれている様子を見ると入所をお勧めして良かったなと

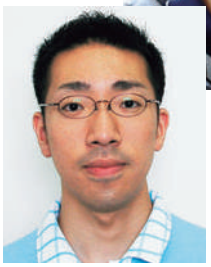
思います。

家族との関りの変化

面会できる喜び

中谷―最近サービスの調整をしていて感じるのは、出来る限り入院をしないで自宅で生活したいという考えの方が増えたということです。それはコロナの関係で、入院したり施設入所すると家族と会えなくなってしまうという理由が多いです。入院に限らず、感染を防ぐためには親御さんの所への訪問を極力控え、訪問しても玄関先に買い物した荷物だけを置いておくとか、ベランダ越しに顔だけを見るとか、ご家族の関係性もかなり変化していると感じています。あとは訪問診療に繋がる方が増えてきたような気がしますね。介護場所が、在宅へと比重が増えているのかなと。

長谷川―特養も以前だったら二階へ上がってきて頂いて、お母様の手をマッサージして、爪を切って、クリーム塗って、一緒にお菓子を食べたり、ゆっくりと過ごすご家族が沢山いらっしゃいました。今はもうそれが出来ず、事前に予約を入れて頂いて一階のロビーで十～十五分の短時間で、身体接触の無いマスク着用しての会話ですね。物を食べてもらう、飲んでもらう事もできないです。あとはライン等でテレビ電話を活用した面会。久しぶりに会った時には涙流されたりしている方もいます。本当に本人も家族さんも我慢されてるんだなって感じます。もっと工夫できることがあるのではと、常に考えて行かなくてはならないと思います。



長谷川智彦（はせがわともひこ）さん

［施設介護職員兼ケアプラン作成者］
2001年4月、四恩園新卒採用。特別養護老人ホーム介護員。
2013年4月、特別養護老人ホーム生活相談員へ。
2014年4月、グループホームへ異動。
2015年4月、特別養護老人ホームへ異動。

ベテラン職員

施設×コロナ「生きる」人と人

職場・家族・人・生きるためのつながり

長谷川さんは二〇一一年・東日本大震災の時には被災地東北派遣と二〇二〇年・新型コロナウイルスクラスター発生に伴う施設派遣を経験している。

長谷川―震災やクラスターの状況下では普通に食事する、お風呂に入る、トイレで用をたす、会いたい人に会う、行きたい所に行く、といった事が制限され、今までとは異なる生活を余儀なくされます。それは心身両面に対して大きなストレスとなり、時に自分の存在意義を見失う事さえあると言うことを学びました。

自分自身も施設派遣後のホテルと自宅での自粛生活では家族や職場の仲間との関りが断たれ、とても気分がふさぎ込みました。そこから立ち直る為には、やはり人の存在が、人とのつながりが必要不可欠だと思います。ラインのテレビ通話がこんなにも感動的だなんて思ってもみなかったです。その後、職場に復帰して皆が笑顔で声をかけ労ってくれて、その有難みに感謝しました。

中谷―この間、訪問を拒まれていたお客様がやっと週一回ヘルパーと繋がったんです。何度か会っていても私の事も忘れてしまう方なんですが、その都度、名刺を渡して、車の色を見せて、車のナンバーを伝えて、マスクをちらっと外すと「ああ！」と思い出してくれるんですね。そんな状況をしばらく続けていて「私が来るのも嫌ですか？」って言ったら「今は、もう、あなた達が来てくれなかったら、私ここで生活できないでしょ」と言ってくれたんです。ああ、やっぱりこの方も人が来る事を待っているんだなって、人って本当に何処かで誰かとつながっていることが必要なんだなって感じました。

長谷川―そうですよね。自分の生活がままならなくなって来た時こそ、より人とのつながり、週一回の訪問であったとしても、やっぱり生きる上で人の存在って大事だなって思いますね。

在宅生活でも施設生活でも同じですよね。どんな状況下でも、その人その人の当たり前の生活を支援し、人と人との関りを通してその人を孤立から守り、その人の「生きる」を最後まで支える支援をしていきたいです。

（インタビュアー　鈴木優子）

知って役立つリンリン情報局

「春夏秋のウォーキングを楽しめるお助けグッズ～歩行器～」

気候の良い歩きやすい季節です！今年もコロナの影響が残り、外出自粛をされている方も多くいらっしゃると思います。また外には出たいけど思うように歩けないという方もいらっしゃるでしょう。今回は外出歩行の手助けをしてくれる歩行器についてご紹介したいと思います。

日用品を運び移動できる歩行器（あずきウォーカー）

歩くことはできるけど、物を持って歩くことがちょっと心配なのと思っている方におすすめの歩行器です。トレイとカゴを取り付けた生活を少しだけお助けする室内専用のコンパクト設計です。トレイには食器やカップを安定して運べるよう窪みもついており、カゴにはタオルや薬袋などいつも使うものを入れておくことができます。

レンタル参考価格300単位/月

軽くてスリム、でも安定と安心感（シンフォニー SPスリム）

4.9kgで軽量なのに座れて物も入れられる。杖ホルダーも欲しいと思っている方におすすめの歩行車です。横幅が48cmで狭い場所でも小回りがききます。前のタイヤはダブル車輪なのでスリム設計でも安定感があります。花柄紺色のほかに可愛い桃色もあります。休憩に便利な座面もあるので、天気の良い日にちょっとだけ足を伸ばしてみませんか？

レンタル参考価格300単位/月

狭い場所でもらくらく動ける（アルコースリム）

歩行器を使って家の中を楽に移動したいけど、部屋が狭くて大きな歩行器は難しいと思っている方におすすめの歩行器です。とてもコンパクトに作られているので、廊下や直角に曲がらなければならない場所でも小回りがききます。4つの車輪がクルクル回るのでその場で旋回もできます。身体状況に合わせて、肘を乗せて体重をかけて移動もできますし、グリップを握って動かすこともできます。室内専用なので折りたたみの機能はついていません。

レンタル参考価格300単位/月

お買物に使える歩行車（ショッピングターン）

歩行車を使って歩行はできるけど、大きな荷物を持って歩くのは難しいと思っている方におすすめの歩行車です。買い物カゴを乗せることもできて、狭いレジまわりでも回転しやすいです。もちろん、お出掛けにも使えます。大きな車輪で安全性はバッチリ！休憩したい時は座面も付いているので、ちょっと一息つくこともできます。コンパクトに折りたたみもできて玄関に置いても場所をとりません。スーパーでのお買物に最適です。

レンタル参考価格300単位/月

ご紹介した歩行器については、介護保険でレンタルする商品となっており、レンタル以前に介護保険申請をされる事が要件になっております。介護保険の申請等のご相談については、市内の高齢者支援センターへご相談下さい。**北広島団地地区：みなみ高齢者支援センター 011-372-8110**

●発行者　社会福祉法人 北海長正会
●住　所　〒061-1153
北広島市富ヶ岡509-31
●ＴＥＬ　(011)373-6655
●ＦＡＸ　(011)373-6611
●ホームページ　http://www.shionen.or.jp
●E-mail　tokuyo@shionen.or.jp
●編集発行　広報委員会
●編集発行責任者　理事長　三瓶　徹
●発行日　2021年7月