

# きららだより

平成 26 年 4 月号 (冬春号 vol.8)

コラム 主治医の処方箋 その3

## 「生きがい」の持てる超高齢化社会

今日、日本は世界の最長寿国、経済大国となって来ています。また、山野は緑に追われ豊かな自然環境となり、この春も色鮮やかな桜の花（大気の清浄度を表す）も見られています。このような美しい景色は今から30年前の高度経済成長期以前には想像もできなかったことです。第二次世界対戦（1939～1945年（昭和20年））に敗れた日本は荒廃し、食べ物がなく栄養不良と感染症が蔓延して、若者が結核に罹患し命を落としていました。このようなどん底から日本の再建設が始まり（再建期）、高度経済成長期、飽食のバブル期、さらに今日の少子・超高齢化社会に変遷して来ています。

今日、日本は物質が豊かで、豊かな自然環境の国となりましたが、これまでの困難な時代を生き、日本を復興して来た方は、戦前に生まれた65歳以上の高年齢層、特に85歳以上の方々ではないかと思えます。この高年齢層の方は、現在の老後生活をどのように実感されているでしょうか。

世界の中で幸福総量の最も高い国は、最近の報告によると先進国の西欧諸国や日本ではなく、南アジアの山岳に位置し、国土面積が僅か日本の九州位の広さで、国民総生産が世界の133位のブータン国であったことは非常に興味深いことです。恐らく、幸福総量は物質的なものによるのではなく、人間らしく“心のゆとり”をもって生活できる社会環境の中で体感され、精神的なものが強く影響しているように思えます。

日本は今度も少子・超高齢化社会が続くことが想定されていますが、高年齢の方が“生きがい”を持って生活できる活力ある社会、すなわちこれまでに希薄して来ている人の絆（家族をはじめ、地域、職場などの協力、支援）を取り戻し、また日本を再興された高年齢の方の優秀な知恵・技術が、日本の宝として少しでも長く発揮でき、また次の世代に継承することができる共生循環社会が築かれることが期待されます。

(河野施設長)

### 消費税引き上げに伴うご利用料の一部改定について

4月1日より、「社会保障の安定財源の確保等を図る税制の抜本的な改革を行うための消費税法等の一部を改正する等の法律」に基づく消費税引き上げが行われました。それを受けて、厚生労働大臣より社会保障審議会に対して「消費税8%への引き上げに対応するための平成26年度介護報酬改定について」の諮問が行われ、介護報酬における基本サービス費の単価が引き上げとなりました。

ご利用者様におきましては、「社会保障の安定財源の確保等を図る（上記）」という趣旨を鑑み、より良いサービスが享受されるよう、弊施設として更なる努力を重ねてまいります。何とぞご理解ご協力を賜りますよう、よろしくお願い申し上げます。

なお、ご利用料の一部変更内容については、現在ご利用中の皆様へはご郵送させて頂いておりますが、ご不明な点などございましたら弊施設までお問い合わせいただくか、弊施設ホームページをご覧くださいませよう、よろしくお願い申し上げます。

## ♪調理レクリエーション♪



リハビリ科では個別の運動療法以外にも様々な作業活動を行っています。月に一度の調理活動もその一つです。

在宅復帰後に料理をするための訓練だけではなく、レクリエーション活動や認知症リハビリとして実施するなど様々な方を対象に行っています。

調理活動は実際に調理を行う前に、旬の食材や現役時代の料理の思い出など話しながらメニューや手順を考えることから行います。施設生活で家事から離れてしまった方が多いですが、みなさんと料理の話をするだけでも楽しそうです。



リハビリ科の畑で栽培した野菜を食材にすることもあります。

調理場面では栄養課のスタッフとも協力しながら行いますが、包丁さばきや味付けなどみなさん手際よく、スタッフの出る幕はあまりないです。調理後は盛付けをしたりお茶を入れたり、洗い物も行なってもらいます。

今後も怪我や事故に十分注意しながら楽しい調理活動を継続していきたいと思っています。

(作業療法士)

## 節分

2月3日、節分の豆まきを行いました。新聞紙を丸め豆造りに精を出すご利用者様の「鬼が来るからね、準備をしているの」という言葉も、つい数日前のこととなりました。節分は、鬼に豆をぶつけることにより、邪気を払い、一年の無病息災を願うという意味合いがあるそうです。きららのみなで力を合わせ厄払い、いざ！豆まき開始です。



赤鬼青鬼が「悪いお年寄りはいねーか」と気合を入れて登場すると、みなさんの明るい笑い声が響きます。鬼は外～福は内～の掛け声に、大小の豆が飛び交います。ご利用者様の中には、鬼がかわいそうだからとやさしく投げの方や、それ！と力強く投げの方、後ろ向きの鬼に投げる等、投げ方もさまざまです。鬼も棍棒を振り上げ豆を打ち返す！それを観て「あたたた」と楽しそうな声がまた響く、こんな明るいやり取りに厄も逃げていくのではと感じました。あと少し寒い日が続きますが、体調に気を付け乗り切りたいですね。

(相談員)

## ～和太鼓演奏～



光明学園相模原高校・和太鼓部は創部26年目。高校生ならではのエネルギッシュでパフォーマンス性の高い演奏・創作和太鼓にきららのご利用者様、スタッフは2月1日(土)鳥肌の立つ音の響きに涙する方も現れるほど魅了されました。和太鼓は、夏祭りのお囃子や盆踊りの太鼓などのイメージがありますが、日本の伝統楽器を用いて、高校生による表現力を発揮して、お子様からお年寄りまで幅広い世代を楽しませていらっしゃるという事です。

一曲の演奏での体力の消耗は激しいもので、迫力のある熱き打楽器奏者を真近に感じ、これからの若い世代に支えられていく力強さも感じながら楽しませて頂きました。(デイケア介護士)



### 編集後記

増税を生き抜くために、支え合いの精神が必要であることは言うまでもありません。拠出した税金がより多くの人々の支えに回るよう、まずは最も身近な介護に全身全霊を込めることにより、正直な結果(リターン)が訪れることを信じてやみません。