

介護支援 ボランティア活動だより

発行

公益社団法人 塩釜市

シルバー人材センター

塩釜市尾島町18-17

Tel 022-367-5940

発行責任者 小松 幸雄



利用者さんと談話をしている



入浴後の女性にドライヤー掛け

大畑さんのボランティア活動は毎週土曜日の午前10時から12時までの、施設としては大変忙しい時間帯です。利用者の皆さんとも親しく顔馴染みになっており、入浴後のドライヤー掛けも、話しながら楽しくやっております。また利用者さんの様子を伺いながら巧みに話しかけ、和やかな雰囲気の話をしてもらいました。

大畑さんはサラリーマンを定年退職後、塩釜市の社協に応募して採用され、75歳まで社協の施設で働かれ、その後ボランティア活動として「とりの家」で活動をされているとのことでした。新型コロナウイルス感染症の防止対策のため、しばらく活動が出来ませんでしたが、再開されることになり大変喜んでおられました。大畑さんありがとう！



認知症対応型通所介護施設 「とりの家」

介護支援ボランティア活動会員 大畑 直晴



高齢になると、体が硬くなったり筋力が衰えたりして、日常生活に支障を来すようになります。食事、入浴、排泄、衣服の着脱などの生活動作には筋力をはじめ柔軟性、バランス感覚などが必要ですが、その効果的な動きをしながら「脳トレ」にもなっているのが松本さんのボランティア活動の「体操」です。

準備運動から始まり、肩と腕・腕と手・下肢と足・指運動・腕と背中など約一時間にわたり、CDの童謡に合わせてトークを交えながらの「体操」でした。利用者の皆さんも松本さんの動きに合わせて一生懸命に体を動かして楽しそうでした。

通所介護施設 アースサポート東塩竈

介護支援ボランティア活動会員 松本 圭子



何事にも大事をとって明るく楽しく



私には座右の句がある。詠者は江戸時代の俳人で、滝瓢水たきひょうすいである。

浜までは 海女（あま）も簀（みの）着る 時雨かな

海女とは海に入ってアワビやウニを捕るのを生業としている人たち。句はこの海女たちの一側面を詠んだものである。

私がこの句に出会ったのはおそらく30年以上前のこと。当初から私に引つかかる物があったが、それが何なのか上手く表現出来ずにいた。しかし歳を重ねるにつれ少しずつ意味が解るようになった。それは何か、瓢水の次の逸話を読むと一層この奥深さが解る。逸話はこうである。

ある時一人の旅の憎が瓢水を訪ね、瓢水の見識について話を聞こうとした。この時あいにく瓢水は風邪を引いており、「今から風邪の薬を買ってくるから、ちよつと待ってもらえないか」と憎を待たせてその場を立ち去ってしまった。旅の憎はしばらく待ったが、一向に戻って来る気配がない。「せっかく訪ねて来たのに風邪など放っておけば治るのに、情けない」と憎は腹を立てて帰ってしまった。やゝあつて瓢水が戻って来た時にはもう時雨かな”なのである。

瓢水は命が惜しくて薬を求めたのではない。風邪などは放ったらかしても治るかも知れない。それでも大事を取って身体をいたわることが大切なのだ、句は言っている。旅の憎は後にこの句を知って己を恥じたという。われわれはつい海女はどうせ海に入るのだから今さら簀を着て雨に濡れるのを避けることもあるまいと思いがちだ。旅の憎の「風邪ぐらいで一々薬を求めると、情けない」の考えと五十歩百歩だ。これでは散歩をどうせ続かないからと三日坊主で止めてしまったり、穿いているズボンも座ればシワが寄る、ならば初めからシワが寄ったズボンを買って構わな

いではないかの話しになってしまう。

ところがこの海女は海に入るまでは濡れることを嫌い簀を着る。瓢水が大事をとって風邪薬を求めたのと何処か通じるものがある。やがてそれが、QOL（生活の質・生きがい）の向上にも繋がってくる。単に濡れるか濡れないか、シワ寄りのズボンを書くか穿かないかの問題ではなさそうだ。

話しは変わるが、以前NHKテレビで『今』をとともに「膵臓がんの患者会」という番組が放送された。仙台に「膵臓がんの患者会」があつて、日頃情報交換や悩みなどを時に笑いを交えて語り合う会だそう。登場された方々は男女計7〜8人だった。年齢の紹介はなかったが30代〜60代に見受けられ、人生真つ盛りの年代である。

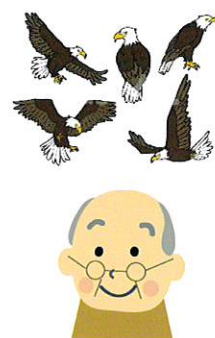
国立がん研究センターの資料によると、医療技術が進歩した今日でさえ、膵臓がんの生存率は、大腸がんや胃がんなどに比較して飛び抜けて低いようであり、難治療のがんと言っている。会の皆さんは倦怠感やめまい・ふらつき・脱毛など、人に言えぬ苦しみや悩みがあるという。でもメンバーの表情からは、襲われる苦を前にして嘆きや、悲しみ、生活の暗さなどは感じられない。勝てないまでも負けない工夫が必要なのだ。どこでもいつでも“その日まで明るく、その日まで楽しく”が Motto なのだそう、ここにこの会の凄さがある。

この「膵臓がんの患者会」のメンバーの皆さんこそ、瓢水の一句 “ 浜までは 海女も簀着る 時雨かな ” の実践的教師と言えよう。私は今、介護支援ボランティア活動会員として『社会福祉協議会・認知症対応型通所介護（とりの家）』でボランティア活動をしている。私はこの施設の利用者も瓢水の一句の立派な実践者だと思っている。

私もいよいよ眼の老化、耳の老化が進んできた。老いの雨に濡れそぼるのは仕方ないかと思うこともあるが、少しでも雨に抗って濡れないようにもしてみたい気持ちがあり、その時は簀代わりにこのような施設を利用したいと思っている。最後に自作の一句

手の甲で 濡れざらましと 凌ぐ雨 （昭和20年生まれ 78歳）

しおがまの むかしばなし (野々島編)



私は春と秋に野々島を訪れた思い出がたくさんあります。地図では小さい島ですが、島を一周して歩きながら、島の大きさを実感したものでした。野々島には「夜泣き地蔵」や「観音堂(ほら穴群)」などがありますが、今回も島に伝わる昔話を一つ紹介します。

野々島のかげ田



野々島の東の端に陰田(掛田)という島があります。

昔はこの島にも数枚の田んぼがあつて、陸続きになつていたのですが、数世紀にわたる浸食のために、離れ島になつたといわれています。島の高さ二〇メートル余りの直立した堂々とした姿をしており、別名「花魁島」とも呼ばれていて、野々島名勝の一つにもなつています。

一年中いろいろの鳥が生息し、繁殖の絶好の場所でもあるので、大層珍しい鳥も見られます。ことに「みさご」「鷹」「ムクドリ」などの巣が松の枝々にたくさんあります。

昔、村の若者たちが集まつて、皆で「賭け」をしました。

「この島のでっぺんに、みさごの巣がある大木があつて。あのみさごの巣の中に今、雛っこがいるんだとや。その雛っこを生け捕りにした者に皆で自分の持つている田をちよとずつ出し合つて、その田を呉れつことにしたいが、皆どうだべや」

一人の若者がこう言うと、みんな「ああ、良がんべえ、そいずは面白いべえ」と賛成しました。

「ところで誰が取つさ行くんだ」ということになる、島の頂上にある

大木の枝だし、真下は波が岩に砕ける絶壁だし、しばらくはお互いに顔を見合わせているばかりで、進んでやろうとする者はいませんでした。

その時一人の若者が「よし、俺、やつぺ」と名乗り出て準備にかかりました。頭には鍋をかぶり、腰に太い縄を巻いて、絶壁をジリジリとよじ登り始めました。大木にたどり着くと若者は、持ってきた太い縄を木の枝に掛けながら、一枝一枝と登つて行き、とうとう「みさご」の巣に近づくことができました。

さて、巢から「みさご」の雛を捕ろうとして手を伸ばしたとたん、どこから飛んできたのか、もの凄い羽音をたてて数十羽の親鷹が襲いかかってきました。若者は肝が潰れるほどたまげて、あまりの恐ろしさに、雛を捕るところのさわぎではありません。なんとか一刻も早く木から降りて逃げようと思つても、手も足も痺れてどうしても動きません。全身からあぶら汗を垂らしながら、真っ青になつた若者は、一心に神様に祈りました。

「南無三宝、もろもろの神様、どうか無事に降ろさせたまえ、無事に降りることが出来たら、俺は餅が大好きだが、一生餅を絶ちますから、どうぞ助けて下さい」と「願掛け」をしながら、一寸また一寸と、ようやくのことで地上に降りる事ができました。

その後、この若者は「一生餅」を「一升餅」と言い変えて、「一升餅」は食べなかつたが、「二升餅」を食つたということです。

この時の若者たちの「賭け」が田んぼだったので、それ以後この島を「かけ田」と呼ぶようになり、更に「掛田」になり、いつしかそれがなまつて「陰田」という島の名前になつたということです。

趣味に熱中し過ぎるのはほどほどに

小野寺 正

退職後、絵画教室に通つた。少し上達したところで市内の美術展に出品していたが、4年ほど続き次第に趣味の遊び心を忘れ、美術展で入賞をすることだけを考へるようになった。ある日、入賞をきつぱりと諦め水彩画から絵手紙に切り替えて友人に送り大変喜ばれた。趣味とは言え目標に向かって熱中し過ぎずはいけない。絵手紙に切り替えて、友人に喜ばれ感謝されて良かったと思つている。

最近のボランティア活動状況のお知らせ

いきいきとした地域社会づくりに貢献いただくことを目的とし、平成26年7月から塩竈市より委託されて今年度で9年目に入りました。しかし残念なことに新型コロナウイルス感染防止対策の為、令和2年3月頃からボランティア活動の自粛が始まり今年の3月位まで続きました。4月位から施設によってはボランティア活動の依頼があり今日に至っております。最近の活動状況をお知らせします。

施設名	参加人数	スタンプ数	ボランティア活動内容
特別養護老人ホーム 清楽苑	1	6	塗り絵
塩竈市社会福祉協議会 となりの家	2	20	談話 ドライヤー掛け
北浜デイサービス	2	40	箱作り ドライヤー掛け
小規模多機能型居宅介護 松ぼっくり	7	124	昼食調理介助
アースサポート東塩竈デイサービス	2	16	体操 手品 ハーモニカ演奏他

新型コロナウイルス感染症も最近では感染者数も増えてきている状況で、第9波に入ったという専門家もおりますが、7回目のワクチン接種の案内状も配布されている昨今です。ボランティア会員の皆様におかれましてはくれぐれも感染することのないようお願いしております。感染防止に留意しながらこれからもボランティア活動を続けて欲しいと思っております。しかしながら現状の活動会員数はまだまだ少ないのが実情です。会員の方からも施設の方に連絡をとって、ボランティア活動の再開の確認をしてみてもは如何でしょうか。

報告

宮城車椅子を贈る会

感謝

投稿



介護支援ボランティア活動会員の皆様には、長い間大変ご協力して頂きまして、誠に有り難うございました。

介護支援ボランティア活動会員 田中 昭彦

新型コロナウイルス感染症対策の関係でしばらく「プルトップ」を各業者が買取りをして頂けず換金出来ずにおりました。今回シルバー人材センター佐藤事務局長の働きかけで、市内のある業者の社長様のご理解ご協力を頂き、「プルトップ」を買って頂きました。よって最後となる2台の車椅子を購入し贈呈する事が出来ました。

平成二十二年から個人で活動を初め、以後各町内会・各団体・各個人を始め多くの皆様にはボランティア活動に参加して頂き、また励まされ支えて頂いた上での、今日まで継続でき、また実績を上げる事が出来たものと思っております。

しかしながら私自身、加齢と共に体力的に自信がなくなり、このボランティア活動を今後も継続してゆくことは困難と判断せざるを得なくなり、今回の2台の車椅子の贈呈をもって最後としたいと決心した次第です。

これをもちまして「宮城車椅子を贈る会」を閉じさせて頂きたいとおもいます。

本来ならば皆さんとお会い出来る席にて御礼を申し上げたかったのですが、新型コロナの感染者数も増えてきている現状に鑑み、大変申し訳ありませんが、この誌上をお借り致しまして御礼の言葉とさせて頂きます。長い間本当にご協力・ご支援を賜り誠に有り難うございました。心から感謝を申し上げます。

