



楽生苑夏祭り 2011

理事長論説4ページより

今年も8月5日に毎年恒例の楽生苑夏祭りを行いました。一ヶ月位前から利用者楽しんで頂けるように施設全体で話し合いをし準備をしていきました。夏祭りには家族、地域の方、ボランティアの方が参加されました。利用者に馴染みのある瀬戸田音頭、地踊り、炭坑節を踊りました。中には浴衣に着替えて参加された方もおり、音楽が始まると音に合わせて自然に体が動いたり、手拍子をしたりと楽しまれていました。

職員の出し物では、男性職員は「よさこいソーラン」女性職員は「えーじゃん尾道」を行い、参加された人に「よかったよ」と言ってもらい喜んで頂けたようでした。利用者の皆さんは家族と頻りに会えないので、一緒に楽しい時間を過ごせたのではないかなと思います。

平成23年度夏祭り実行委員長 津田 昌徳





楽生苑夏祭り

ホトトギス祭り



今年度浴衣のご寄付があり、利用者様も華やかな浴衣に着替えて夏祭りに参加しました。袖を通すと皆さん笑顔になって、浴衣っていいものですね。
ご自宅のタンスに眠っている浴衣がありましたらご寄付をお願いします。

ガン 予防 ジュース



楽生苑では、ケアハウスの利用者さんにガン予防フレッシュジュースを飲んで頂いています。

このジュースは瀬戸田町高根で行われた講演会で当苑理事長によって紹介され、高根老人会のゲートボール大会や楽生苑夏祭りでも試飲されました。

さまざまな効能があり、コレステロール、中性脂肪、血糖値が下がり、便秘にも良いようです。

皆さんもぜひお試し下さい。

材料

10人分	人参	500g
	りんご	3から5個
	レモン(瀬戸田産)	2個
	小松菜	200g

作り方

1. 人参、りんごはよく洗い皮がついたまま適当な大きさに切る。りんごは芯を取り、レモンは皮をむいておく
2. レモン、小松菜、りんご、人参の順にジューサーにかける。小松菜を加える前に必ずレモンを入れること。

注意

酸化するので、短時間で作りましょう。作った後も早めに飲むと効果抜群です。

お知らせ

楽生苑管理医

今倉医院 院長

今倉 章



私は2011年4月に伊原内科医院を継承し、今倉医院を開業しました。楽生苑の管理医として入所者の診断、治療に当たっています。楽生苑の入所者は比較的に元気ですが、やはり寄る年波に勝てず、身体的、精神的ないろいろな問題が出てきます。私は医師としてそういう問題に対応する仕事をしています。

私は、四国の出身ですが、島の生活は初めてです。島の生活は不便なこともあります。瀬戸内海の穏やかな気候と都会の喧騒を離れた環境は住みやすく、いつでも海が見れるという環境は海好きの私に向いているのかもしれませんが。

微力ながら、私として出来るだけのことはしたいと思っていますので、よろしくお願い致します。

若者たちとのふれあい

瀬戸田高校インターンシップ

夏休みの期間を除く5月から11月末までの毎週金曜日。楽生苑では瀬戸田高校3年生の生徒さん2～3名を、職場体験学習の一環として受け入れています。最初は恥ずかしさでお年寄りに声掛けができない生徒さんも、レクリエーションへの参加など、大勢のお年寄りとのふれあいをとおし、自然と大きな声が出るようになり、積極的にお年寄りの相手ができるようになります。その経験をとおして、福祉（楽生苑）の仕事とは「人」を相手にしている仕事である事が理解できるようになるようです。

また6月には瀬戸田高校1年生の生徒さん7～8名の職場見学も受け入れています。大勢の若者達が苑に訪れることで、入所中のお年寄りも皆さん笑顔です。

そして若者達とふれ合う事で新鮮な刺激をあたえられ元気をもらっています。



「ホームヘルパー2級養成講座」を行いました



楽生苑会場では、『介護を知りたい』という思いや『介護のコツは？』と言った受講生の声が多く届き、老親介護へ向けての準備や、高齢化社会へ対する思いを本音でぶつけてくれる受講生達が『介護とは何か？』を勉強されています。

楽生苑では、このホームヘルパー2級養成講座を通し、『介護』の基礎知識や『介護力』を身に付けられる教室を地域の方々や介護に不安のあるの方々へ向けて、『たのしい介護』を発進し続けたいと思っております。



この危機の時代にこそ



「健康長寿」へ向けての人智の結集が必要

社会福祉法人新生福祉会 理事長 伊原信夫

今、日本では震災復興事業と言う大変な負担が我々の肩にのし掛かっており、それに追い打ちをかけるようにドル安円高などのグローバル経済危機の大波が我が国に押し寄せてきています。つい最近、紀伊半島一帯が豪雨に襲われ、山林が崩壊し、地域に甚大な災禍をもたらしました。これから先、巨大地震に対する備えも必要です。このままの状態では、日本の経済はどうなるか。我々の暮らしはどうなるか、その上に乗っかっている老人介護の事業はどうなるか、私共は深刻な先行き不安感を抱かざるを得ません。とは言っても、一般の人々の意識としては、自らの生活圏でこの先、豊かな生活が破綻し得ると言う差し迫った気持ちを抱いていないのではないかと、少なくとも表面的にはそう見えます。広いとは言えなくとも我が家があり、流行のお洒落にも事欠かず、多少贅沢な食事をとり、少なからず不必要に肥満し、暇があればテレビを見て楽しみ、近距離でも自動車を乗り回し、時には物見遊山の外国旅行を楽しんだりする等々、ほどほどに贅沢な「文明生活」をエンジョイすることに勤しんでいます。

それにも関わらず、頭上に暗雲が立ちこめるような不安感に見舞われるのはなぜでしょうか。

まず第一に、これまでの常識的なそして惰性的な経済成長の考え方を軌道修正することが出来ず、視界不良な目標に向かって突っ走っているからではないでしょうか。世界中で物量的成長と消費の拡大がこのまま続くと、確実に地球摂理の枠からはみ出してしまいます。我が国について言えば、暮らしの基本の一つ一つの質的成長と量的制御を目指すべきです。一方では、失業率の増加や、極端な所得格差も問題です。“思いやり、助け合い”のごく自然なセイフティネットが必要です。今の日本の実情を見ると、産業構造改革の必要性に言及しないわけにはゆきません。我が国の経済成長や活性化を議論するからには、特に農・林・漁業の質的成長をもっともっと推進しなくてはならない筈です。

「質的成長」とは、簡単に言えば、自然界の循環再生型摂理に叶った、持続性のある生産機構を整備することを言います。自然界の物質的サイクルの範囲で、節度のある物質の生産と消費のバランスを整えるべきです。ポイ捨てをやめて節約をすること、廃棄物を減らして再利用すること等々、ちょっとした心構えで、人々にとって十分に満足できる生活水準を確保することは可能であると思われれます。そうではなくてこのまま、無秩序な拡大再生産を続けるならば、日本人ばかりか全人類はイナゴの大軍のように、大海に向かって突き進んでゆく姿になるでしょう。

政府、自治体行政府の施策は勿論ですが、何よりも国民一人一人の自覚を促したいところです。

第二に医療・介護・養育改善の難題に立ち入らざるをえません。

私は何時も楽生苑の職員を前にして言っていることですが、人生三分の計；つまり一人一人の平均的な生涯所得の三分の一を医療介護の費用に、三分の一を次世代の養育費に、残り三分の一を自分たちの生活に当てる様な仕組みはどうかと。前二者の費用は勿論、税金、保険の出費も含めての話ですが、それにしても、残りの三分の一で自分たちの生活が出来るかと言うような異論も出そうです。しかし、よく考えてみると、過半数の人々の生活は少し贅沢になり過ぎてはいないか。色々な点で節約する余地と方策がありそうです。

しかし実際に医療・介護の費用はというと、これはもう際限なく膨れあがる一方です。

まず、医師の数的配置、養成制度の問題、医療を行う人間としてのあり方、費用対臨床効果の問題点、医療機関の経営採算、医薬品開発製造販売、医療保険制度の問題等々、どれもこれも一朝一夕で解決できる問題ではありませんが、世界中の国々の制度や改革の優れた点をみっちり研究し、我が国の事情に合った制度改革の参考にする必要があります。医療と介護は実際問題として車の両輪です。かくして医療の改革は直接的に介護の事業に影響を及ぼします。

ここで、私の切なる要望の一つ；世界に冠たる国民皆保険制度を（特に日常外来診療での適用範囲を余り狭くしないで）これまで以上に守り育ててほしいことです。

介護の費用について言えば、「真ごころ、思いやり、助け合い」の精神で、まだまだ公平に分かち合う余地はありそうです。介護報酬だけを取り上げてみても、もっともっと合理的な「応益応能」の原則を制度化することが可能であると思っております。

ところで、我が国は今、世界における全国民生産高（GDP）第2位の地位を中国に譲り、第3位に転落しましたが、日本は日本で優位な点があいくつもあり、それらを全国民が力を合わせて磨き上げれば、平和的競争に打ち勝つことが出来ると思います。特に、医療介護の面では絶対に負けるわけには行きません。そのためには、国民一人一人が自覚を持ち、可能な限りの総ての知恵を結集し、地域の自然の恵みを発掘し、コミュニティの人々のよしみを相互利用するなど、生活の向上に役立つような最良の技術と仕組みを創造し、構築する必要があります。そして先進医療の成果を含むそれらの結果を、胸を張って世界中に発信すべきです。

第三に、地域の暮らしの中身を改善する問題。私共の暮らしが地域の中で営まれる以上、その改善は地域の活性化など色々な面の向上と連動することは言うまでもありません。独善的でない地域復権はどうしても必要です。現状はというと、地域の色々な特性が十分に生かされていないように思われます。

具体的に言って、地域の特性を生かす方策とは、先ず地域資源の開発です。特にエネルギー資源については、3.11 原発事故の後、少なくとも将来的には原発にそれを依存するわけには行きません。地産地消の電力資源開発が急務です。生口島では比較的急な潮流を利用するのも一つの方法でしょう（尤もいろいろな利害関係を調整する必要もありません）。

次に食・植物資源の問題。みかんなどの農業特産物は言うに及ばず、地域特性を生かした農産物の開発促進など、まだ余地はあるようです。合理的に考えて、エネルギー資源開発を含む地域活性化の事業はコミュニティの良さを生かした地産地消を基軸とすべきであると思います。そうすれば資源も運送費も節約できます。計画策定も事業のやり直しも小回りが利きます。この基礎の上に立って積極的かつ効果的な地域間交流を図るべきです。

更に、地産地消・地域活性化の時代には医食同源の時代が到来すると思われ

かような時代に相応しい重要テーマの一つ。最近、卑近な野菜果物（例えばニンジン、小松菜、リンゴなど）でも栽培調理の仕方によっては「がん」の予防になるとさえ言われます。本来、「食」は正しく健康のためのものであり、このことは将来の医療費の節約に直結します。「医食同源」の薬用植物としても地域自然界には、夥しい種類の有用植物が人々に有効利用されること待ち望んでいます。オオバコ、タンポポ、スベリヒユ、ドクダミ、クズ、桑の木等々然り。その目で見れば、各種の薬草が無尽蔵に生えていますよ。各種の疾患特に感染症などなどにも大いに利用されるべきものです。

数十年来、漁業の退潮も甚だしいと言われますが、このことに関連して、瀬戸内海域全体を一大養魚場にしてはどうかと言う意見もあるそうです。とある先生との雑談の中で出た話ですが、私はこれを聞いて感動いたしました。革命的ですが、瀬戸内海を囲んで住む住民の一人一人がその気になれば十分に可能です。

このように、真に活性化した地域と地域を有機的に連結した日本の姿—これこそ世界に誇るべき国家の姿ではないでしょうか。

第四に、これから私共は高齢化社会の時代を迎えます。現役世代には大変困難な時代になります。この際、私共は覚悟を持ち、精神的にも物質的にも豊かな生活をエンジョイ出来るギリギリの条件を開発すべきです。ただ闇雲に生活水準を切り詰めるというのではないのです。国家政策について言えば、消費税その他の増税などの小手先の対策では持続的効果があるかどうかは疑問です。月並みな言い方ですが、健康長寿をエンジョイするという目標に向かって個人的にも、地域レベルでも限られた資源と費用を出来るだけ公平にかつ有効に使うと言うことでしょう。

この時代、物質的に高度な文明が進み、人々はその文明を享受し、そのぬるま湯に浸りきって慢心してはいないでしょうか。そして、文明と伝統的文化とは相容れないと考えていないでしょうか。これは危険な考え方です。文化は勿論ですが、一般論としては文明も特に物質文明としては良い面ばかりではないと思います。良い文明と良い文化とはお互いに握手して「濟世」の実を育むべきです。

かの3.11の大津波の来襲の際の光景が思い起こされます。その時、その瞬間、当該地域の人々を含めて、総ての人々が科学的文明の進歩に慢心し安心感に酔いしれてはいなかったでしょうか。千数百年前の貞観地震の時以来、先祖達はいくつもの石碑を建て、津波を避けるように私共に警告していた筈です。津波がそこに来ているにも関わらず、多くの人々は逃げようともせず、或いは戸惑い、結局逃げ遅れたと言われます。端的に言って科学文明は想定外の事象を排除しきれておりません。逆説的ですが、それを排除しきれないからこそ科学の進歩があると言えます。

この際、各地域の伝統的かつ有効な文化、知恵を集め、磨きを掛けることがどうしても必要です。そのためには、社会の老若の人々がみんな（他人任せではなく）主役になった気持ちで参画し、虚心坦懐に議論してもっと良い生活の仕組み、環境を整備する必要がありそうです。尤もその前に、個性ある個人として、人間として一人一人が尊厳と自覚を持ち、お互いの善意、持ち味、技・才能などを謙虚に認め合い、“真ごころ、思いやり、助け合い（我が楽生苑苑訓）”の精神でストレスを限りなく少なくする人間関係を構築することが必要でしょう。お互いに譲り合い助け合えば、必ず費用は節減されるでしょう。よく心眼を以て観察すればわかることですが、現実にはあちらこちらに大変な無駄遣いが潜んでいるのを発見する筈です。

以上、かの太平洋戦争の時以来と言われる危機の時代の到来に際して、解決すべき諸問題を概観しながら、一特養ホームを設営する理事長としての心境を忌憚なく書き綴りました。

途方もなく大きな困難に直面したからと言って、我々は老人介護の事業、制度を放棄するわけには参りません。一度始めたことであると言う以上に、我々は**人間：ホモサピエンス（＝ヒト）**としてそれは出来ません。老人介護は多くの場合家族内で解決することは無理になってきています。（次世代養育も同様ですが）。

文明としても、文化的にも人類はここまで進んできたこと、そして生物の頂点に立つという自覚を持つに至ったこと、そう言うことを踏まえて私共は多くの困難に創造的に対処すべきではないでしょうか。この際最も大事なことは、人類は地球の将来に対して人智を尽くして責任を持つと言う「自覚」と「覚悟」です。他力本願で自己満足するという時代は終わったと思います。

この時代の文明人は、私と言う人間の真の「幸せ」は私と言う人間一人だけの「幸せ」としては存立し得ず、地球の繁栄と全人類、出来れば生きとし生きるものの「幸せ」の中にしか存立し得ないと言う自覚を持つことが出来ます。せめて、全人類の「幸せ」と共にと言いたいものです。我が楽生苑の老人介護の事業もこの目標を見詰め、かつ目指しているのです。我が苑の殆ど全ての職員はこの様な心意気を持っています。ただ仕方がないから何となく介護に勤しんでいると言うことではありません。施設介護を必要とする人たちの人生の総てを家族に成り代わって請け負うと言う崇高な心構えをもっております。我が楽生苑はそう言う職員を養成しているのです。

生口島の総ての老人の安心と安全のために。