

生きがいと社会貢献

～支え合いと思いやりを～

〒730-0013
 広島市中区八丁堀 13-15 八丁堀ビル
 TEL/FAX 082-222-2246
 HP/http://www.sla-hiroshima.com
 発行責任者 理事長 藤咲俊昭

NPO 法人中国シニアライフアドバイザー協会

電話相談
 の結果

第 34 回全国一斉特設電話相談「シニアの悩み 110 番」 平成 25 年 3 月 23 日 (土)・24 日 (日)

3 月 23 日・24 日に行われました「シニアの悩み 110 番」に中国シニアライフアドバイザー協会への電話相談件数は 22 件でした。全国集計で 379 人の方から相談が寄せられました。ご紹介いただきました報道機関、相談員として参加いただいたシニアライフアドバイザーの皆様にご挨拶申し上げます。(電話相談担当：藤咲 俊昭)

中国シニアライフアドバイザー協会の相談内容から訴えたいこと

1. シニアがますます高齢化していくこれから、地域と行政が連携し、自立・自助で安心して暮らせる社会を目指すことを訴えたい。
2. 長寿社会を生きるシニアの人々が自分で培ってきた能力を発揮して働くことで、収入を得られる道やボランティア活動で、希望を持てる社会を作る方策を考えたい。



相談内容 全体 (上位 5 項目・全国 379 件中)

順位	項目	件数 (%)
1 位	家族・親族	124 件 (32.7%)
2 位	健康・医療	47 件 (12.4%)
3 位	遺言・相続	40 件 (10.6%)
4 位	生き方	36 件 (9.5%)
5 位	住居	29 件 (7.7%)



☞ 全国電話相談の集計結果報告および中国 SLA 協会の分析・考察は別紙資料で同封しています。



電話相談に参加して

2期生 長津 啓市

3月23日(土)、全国一斉電話相談「シニアの悩み110番」に相談員として参加しました。私にとっては本当に久しぶりの電話相談参加でした。

私は、1996年にシニアライフアドバイザーになりました。2期生です。中国SLA会員になった当初は、サラリーマン現役でしたが結構積極的に活動していました。しかし、その後会社のリストラによる早期退職で、自分自身が仕事にエネルギーを割かざるをえず、時間的かつ精神的余裕がなくなりました。また一緒に活動していた会員が退会するなどして仲間がいなくなり、ついついSLA活動から足が遠ざかってしまっていました。

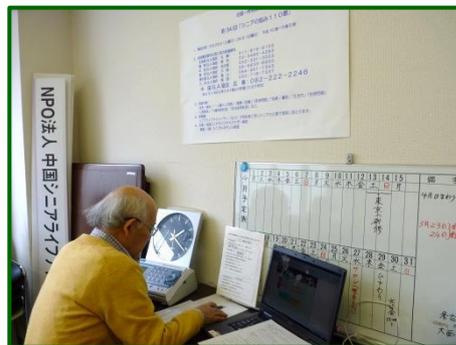
2月16日、「大島おげんきハグニティ見学研修」に参加した際に、幹事の方から3月の電話相談への参加を求められ、今回参加したものです。6年ぶりでした。

私が過去に経験した電話相談のタイトルは「定年退職前後の悩み110番」で、相談対象者がサラリーマンの定年退職者を前提にしたものと言えるものでした。従って相談の内容も退職後の年金の受給や健康保険、また再就職や失業保険の事など、まさに事務的と言えるような内容で、「アドバイス」をして理解してもらえれば事足りるということでした。

今回、私が担当した相談は2件で、その内容は相続と家族(離婚も絡む夫婦)関係のことでした。会報では内容がこのようなものになっているとは知っていましたが、やはりこれまでとは勝手が違うので、かなり緊張しての対応になりました。特に、両者とも人間関係が根底にあり、理屈だけではなかなか解決しないような問題ですので、電話相談された方が相談して良かったと思って下さるかがとても気になるどころでした。

しかし、両者とも最後には「知っている人にはなかなか相談しにくいこと。このたび電話相談して良かった。」と言って頂け、本当に「ホッ」としました。たまたま相談者と気持ちが通じたのかもしれませんが、電話相談に参加して私も「良かった」と感じました。

久しぶりの電話相談への参加でしたが、今後は可能な範囲でSLA活動にも参加していこうという気持ちになりました。SLAになった頃の気持ちが少しばかりよみがえった半日でした。



第34回全国一斉特設電話相談「シニアの悩み110番」集計結果は、

中国シニアライフアドバイザー協会のホームページ

<http://www.sla-hiroshima.com>

よりダウンロードできます。SLA活動にご利用ください。





第二回中国SLA協会話題研修 「大島おげんきハグニティ見学」実施



昨年末の好評開催でした「岡原仁志先生の講演」および「死に顔ピースの劇団公演」に引き続き、2月16日(土曜日)に「現地施設訪問」を挙りました。協会会員16名が参加し、山口県の周防大島にある「おげんきハグニティ」を訪れ、お年寄り向けのありとあらゆる機能を備えた「総合福祉施設」をくまなく見学しました。また当日は、午前9時発JR広島駅を出発点として、沿線では各自合流しながら現地入りし、みんなで「和気あいあいの小旅行気分」も楽しみました。

午前11時から施設長による「プロジェクトの趣旨と施設概要」の説明会があり、その後岡原先生と施設長案内の二班に分かれて、「高齢者のための複合型コミュニティーケア施設」をつぶさに視察しました。サービス付き高齢者向け住宅、グループホーム、小規模多機能型居宅介護、デイサービスなど多種の施設の整備状況をよく観て、肌で感じてきました。

詳細と感想は、参加会員2名の報告にある通りです。

午後12時半より、コミュニティー施設内にある郷土料理「鯛蔵」にて「新春の懇親会」を開き、名物料理・鯛蔵釜めし御膳で、良きひと時を過ごしました。約2時間、食事を堪能しながら思い思いの語らいで友好を深めることができました。

午後3時、「大往生の島」をあとにして、電車で帰途に着きました。



話題研修会「大島おげんきハグニティ見学研修」感想文

2期生 安永美子

到着と同時に変哲もない大きな建物に疑問符?しかし玄関に一步入ってびっくり。ホテルと見紛う高齢者向け介護総合施設が展開されていました。施設は廃校となった地元高校であり、聞けば岡原医師の個人補償の巨額借入金で改修工事費が賄われたとのことでした。

大島町は高齢者の高齢化率は全国の約2倍、単身化率は4人に1人で限界集落状況であり、住み慣れた地で生涯を終えたいと言う高齢者の思いとは裏腹に他に移住する人が多くそれ故何とか「住み慣れた地域で生涯を過ごさせてあげたい」との岡原医師の思いから「大往生の島・大島」誕生となったそうです。



施設は元学校の名残りで廊下や開口部が広々として明るく健康的で、エレベーター等のバリアフリーにも細やかな気配りが行き届き、先生の故里を愛する熱い思いと並々ならぬ情熱を汲み取ることが出来ました。

見学の途中、高齢者住宅に入居されている方が廊下、階段を利用しウォーキングされていましたので入居の感想をお尋ねしたところ「とても満足です」と幸せそうな笑顔が返ってきました。

又、サロンには炬燵もありアットホームな雰囲気の数人の方がお習字の練習をされており食堂では皆さん並んで和気あいあいの食事風景が見られました。レストランは一般の方も利用可能で丁度土曜日でもあり大層賑わっていました。

施設での細やかな多機能サービスを提供する為に、自前でサポーターの養成講座も開設して地域密着型介護を充実させ雇用面で地域の活性化に繋げ、ひいては大島町の経済発展にも大きく寄与されており、まさに循環型福祉の町だと思いました。

海に臨み山に向かい四季折々の景色を愛でながら岡原先生の「ハグ」に守られて豊かに老後をごせる町、周防大島はまさに今風の桃源郷に思えました。

今回の研修は、私達人間の宿命である「往生」について、見学の場面々々に向き合い学び、そして多くのことを考えさせられる良き機会となりました。

終わりにになりましたが研修を企画して下さいました皆様に心からお礼申し上げます。



話題研修会「わたしのあした」エッセイ

7期生 中元 巖

「今までにのう、背中流してもらうに、ここほどやさしゅう手を感じることはなかったけえーねえ」

のどかな瀬戸内に浮かぶ周防大島にある、お年寄り向けの福祉施設の廊下で出会ったおばあちゃんの言葉です。働き者であったろう小柄な体は、感慨をこめて島育ちのなまりで、立ち話を続けてくれた。

「ここに居たらのう、うちらにも明日があるような気がしょうでえ」

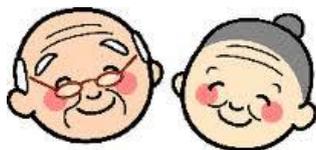
真冬の二月中旬、全国的なテレビ放映や新聞報道で注目されているお年寄り向けの福祉施設である「大島げんきハグニティ」を視察しました。高齢者の生活全般の悩み相談事業を行うボランティア団体の一員として参加したのです。「大往生の島」の本基地となる総合福祉施設は広大な規模、あらゆる機能、充実したシステム、介護従事者の教育・姿勢などの評判は高く、訪問前から聞きおよんでいました。なかでも、開設者であり大黒柱の岡原仁志医師の「おもいやり医療」が施設精神の根幹になっています。

「今さらよう、街の若いものところなんか、どうやっても住めんちゃ！」

「ほうか言うて、残つとる島じゃが、足も体も弱ってしもうて、語りおーたり、助けおーたりもできんようになっちょるけえ！」

お年寄りといつもハグする岡原先生は「がんばって生きてきた人の最期がこれでいいのか。安心して自分らしく、最期まで笑顔で暮らせる島にしたい」とハグニティの開設を決めたのも、そんな思いからだそうです。

施設案内で最初に入室したのは、グループホームの娛樂室兼食堂でした。入口正面は気さくにリビングソファが置かれ、奥の床の間つきの和室には団欒の炬燵も敷いてあり、入口横には家庭風なキッチンが配してありました。みなさんの集うセンターテーブルをみると、ちょうどお昼の食事の時間でした。「ぷーん」と漂ってくる馨しい匂がありました。手づくりの家庭料理の作りたてのものです。学校や病院の給食の匂ではありません。この匂の放つ料理なら、食の細いひとでも旺盛になるはずで、たしかにみなさんの箸が進んでいるようだった。



施設内の一階には、和洋食の郷土料理の本格的なレストランがあり、外部の人も多く利用してい

ました。料理職人が毎日の介護食を含む施設内の食事全てを担当しているそうです。

「あっ！ここは違う！」と電撃的な感覚が走ったのは私だけではなかったと思います。

ロビーでは偶然、「まるまるさん！」の声でふり向くと、くつろぐお年寄りに“かくれんぼ”をしながら接近する、若い男性スタッフのさわやかな笑顔も見かけた。

施設選定の条件には、高級感のある建造物や整った設備、また立地の良い場所や良心的な費用など物理的な要件があります。充実した施設の必要さとともに、もてなし介護のより大切さを学ぶことになりました。



“温もりを感じる背中” “冷めないわが家の味” “孫の声を感じる触合い” で、見学のすべてを感じとれた気にさせられました。

介護に感傷しておれない現実、「明日があるでえ」の意味合いを垣間見ました。

帰途の電車の中、思いをわが身にも馳せた。

「…限りある命だから…」

いつまでも、健やかに、穏やかに

いつかは、安らかに、晴れやかに

そして今、鮮やかに、伸びやかに」

車窓には、光る瀬戸内の海に、春霞の島々が見えていた。



第三回中国 S L A 協会話題研修 「終活ダブル講演会」実施

去る 3 月 17 日(日曜日)午後 1 時半～3 時半まで、S L A 協会主催で、広島市まちづくり市民交流プラザにおいて、下記の「話題・講演会」を開催しました。協会会員 16 名・一般の方 24 名の計 40 名が参加されたなかで実施しました。また講演会終了後、会員のみでの「お茶会」を開き、懇親を深めました。



「安心の最期へ、終活支援」

人生安心サポートセンターきらり 理事長 橋口貴志司法書士

「今どき葬儀事情」

株式会社大田葬祭 代表取締役 大田由孝氏



《橋口先生講演の要旨》

人生安心サポートセンターきらりでは、入院入居の連帯保証人・任意後見人・葬儀の際の喪主引き受け・納骨等のサポートが受けられます。弁護士・社会福祉士・看護師などの専門家の役員で構成しており万全を期しています。また、大規模な介護事業者・警備事業者などと連携をとり充実したサービスを提供しています。



現在、最も社会問題化しているのは、遺産分割調停での取り分（面倒みた、みない）・成年後見人（後見・補佐・補助）・終末医療の選択（胃ろう・尊厳死・高額医療）などです。「終活」とは、高齢になると、必ず誰かの助けが必要になるが、希望通りに遂行してもらえるか？です。生前の委託契約を含め、その「終活」をサポートするのが「きらり」です。



《大田社長講演の要旨》



葬儀社として明治27創業を始め、以来培ったノウハウで、迅速に、こころ温まる葬儀を演出してきました。葬儀要望が多様化している現在ですが、「お陰さまで良い葬儀ができました」と言われるために、最前線の努力をしています。

今どきの葬儀の傾向として、5～10人程度の参列者が多い、また香典や献花も頂かないものが多くなっています。お坊さんも一人だけ、あるいは不要の時もあります。一方、お骨をどこに入れるか、入れるところのない人もいます。ご臨終直後、注意するのは、1. 病院は1時間を出してくれという2. 葬儀屋さんへ車の手配をする3. 日時はお寺さんの都合を聞く、などです。そうした今どき葬儀事情に対応しております。



《会員お茶会(参加会員13名)》講演終了、一時間のお菓子付きコーヒータイムで、講演感想や情報交換しました。



仲きちゃん かどちゃんのおすすめ絵本!

『せかいいちうつくしいぼくの村』

作・絵 小林 豊 ポプラ社



日本画家の作者は陸路でヨーロッパ横断中に戦争前のアフガニスタンに滞在することになりました。そこで見たものは アンズやさくらんぼの花が咲き乱れる桃源郷のような美しい村、そして何よりも異国の旅人をもてなしてくれた人々。いつか又訪れたいという希望は戦争という悲しい出来事でかなわなくなりました。どうして、あんな美しい村ややさしい人たちが…

10年以上も小学校4年生の国語の教科書にとりあげられているこの絵本は今私たちに何が大切なのかを深く静かに考えさせられます。世界が認めた名作ですぜひ読んでみてください。お勧めです。

※7月20日(土)13:00 市民交流プラザで「小林 豊さん」の講演会があります。(角崎多恵)

『しろくまちゃんのほっとけーき』

著者 森 比佐志・若山 憲 こぐま社

リズムカルな言葉と鮮やかな絵で人気の「こぐまちゃんえほん」シリーズ。15冊が発売され累計850万部を超えるロングセラー。「ぷつぷつ」とフライパンの中の音が聞こえ、おかあさんといっしょに作った大きなほっとケーキをうれしそうに食べます。子どもの生活に溶け込んだ内容で、40年以上も読み継がれています。(幸田洋子)



N P O 法人中国シニアライフアドバイザー協会講師派遣

テーマ：「これからの人生を考える」
“遺言・相続・エンディングノートを書こう”

2月22日（金）地御前長寿連合会と地御前市民センター共催の「永福学級」に幸田洋子SLAが講師で講演会を開催しました。

102名の参加者が熱心に聴講されました。長寿会主催講演会では、「今までで最も多い参加者でした」と感謝されました。また、エンディングノートの申し込みも37名ありました。6名の長寿会役員さんが3日間で配布・集金してくださいました。

半年前、長寿会会長さんから「シニアライフアドバイザーとして高齢者の課題解決に力を貸して欲しい」との依頼から始まりました。

地御前町内会連絡協議会31町内会（2,371世帯）会長として「地域貢献」「社会貢献」に微力ながら尽力させていただいています。シニアライフアドバイザーとして今何を優先すべきか、考えながら地域との連携に取り組んでいることも今回成功の一因ではないかと考えます。講師幸田洋子さん、ご協力いただいた地域の関係者の方に感謝申し上げます。地御前町内会連絡協議会会長

中国シニアライフアドバイザー協会理事長 藤咲 俊昭

報告／幸田洋子

“学びの場がある、誘い合っ出て出かける場所がある、一緒に話を聞くご近所の人がいる”それがたくさんの人の努力で継続できている、廿日市市地御前町は人々が前向きになれる町だった。

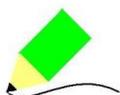
長生きになった私たちの老後は長い。長いからこそどう生きるかが問われる。正しい知識を身につけたい、自分のことは自分で決めたい、自分を磨くのは自分自身であるという姿勢に私の方が感銘を受けた。遺言・相続・エンディングノート、どれも「いかに死ぬか」につながり抵抗感もあるので、相続でもめそうなケースや事例をもとに遺言書の役割をお話した。エンディングノートは「よく生きる」ためにも通じること、明るい終活で健康寿命をのばそう、と締めくくると皆さん、笑顔でうなずいてくださった。

人生90年、いや100年時代、最期のその日まで誰もが幸せに長生きできるよう、共に助け合って生き抜こう。



6月8日（土）13:00～14:30
会員研修会
講師：森 吾六さん（5期）
テーマ「心に寄り添う活動」

7月13日（土）13:00～14:30
会員研修会
講師：河村 昌子さん（7期）
テーマ「私はこうしてだまされた」



場所は協会事務所です



……これからの行事予定……



水曜サロン（毎週） 10～13時

日 程	内 容	場 所	時 間・備 考
5月 8日（水）	スマートカフェ	協会事務所	10時～12時
5月11日（土）	理事会	協会事務所	10時～12時
5月22日（水）	ボランティア情報センター総会	社会福祉センター	19時～20時30分
5月26日（日）	H25年度通常総会	西区民文化センター	9時45分～11時45分
6月 8日（土）	理事会	協会事務所	10時30分～12時
6月 8日（土）	会員研修会	協会事務所	13時～14時半
6月12日（水）	スマートカフェ	協会事務所	10時～12時
7月6日（土）・7日（日）	全国SLA会議	ガイアパーク名古屋	1泊2日
7月10日（水）	スマートカフェ	協会事務所	10時～12時
7月13日（土）	理事会	協会事務所	10時30分～12時
7月13日（土）	会員研修会	協会事務所	13時～14時30分

* 8月は会員研修お休みです。

総会案内

平成 25 年度通常総会

5月26日(日曜)9:45～11:45 (受付開始 9:30)

場所／西区民文化センター 3階大会議室C

広島市西区横川新町6-1

金輪忠雄さん(3期)のボランティア活動報告もあります。金輪さんは、演芸ボランティアグループ「ダイヤモンド」の代表で、老人福祉施設などへ120回を超える慰問をされています。

◆出欠連絡を同封のハガキでお送りください。5月20日(月)までに必着するようご投函ください。

会場図



JR横川駅南口より約200m
地下に無料の駐車場がありますが、満車の場合は入口ゲートが開きません。電車、バス等他の交通機関のご利用をおすすめします。



SLA協会への連絡方法

- ①メール sla.hiroshima@gmail.com
- ②事務所 Fax 082-222-2246
- ③電話 090-7376-4127 (中元携帯)
080-5623-5558 (藤咲携帯)
090-4146-0282 (幸田携帯)



4月13日(土)東京でSLA研修会が開催され、当協会から8名参加しました。この研修をチャンスに自己対峙して、SLAとしてやりたいことを再設計するつもりです。質的向上を目指します！

(事務局 幸田洋子)