



【発行所】  
財団法人長寿会  
小田原市入生田475  
TEL.0465-24-0002(代)  
発行人/加藤伸一  
編集/夢編集委員会

# 写真の思い出

入居者 中村 菊江

結婚当初主人の転勤で、奉天行きが決まり、奉天で三〇四年生活を致しました。奉天への船は、持ち物のチェックが厳しかったので限られた物しか持って行く事が出来ませんでした。

それでも終戦を迎えるまでは、日本人にとって住みやすい土地でした。買い物も自由に行え、周りには日本人が沢山住んでいたのですから。

しかし終戦間際になると、日本人は少なくなり、女性には住みにくい土地と変わってしまったのです。

まだ小さい子供を連れ、大勢で身を寄せ合い隠れるように生活をしておりました。出かける時も地味な色の物や顔をわざと汚したりもしました。同じ

東京出身の方と知り合いになり、お互いを励まし合って終戦を迎えました。本土行きの際に船に乗る際に憲兵のチェック

## もくじ

小田原詣で……………	2
花によせて 冬木立……………	3
色づいて後……………	3
相手を思いやる気持ち……………	4
長寿園の日々……………	5
創立六十周年プレイベント……………	6

## 長寿園理念

「人生の目的は円満幸福の生活にある」との信念に基づき、高齢者がそれぞれ円満で幸福な生活ができるよう所要の協力と支援を行うことよって社会に貢献します。



写真1) 中村菊江様20歳当時

クがあり、その際に「この写真の女性は誰だ」「どこにいる」と私の番で時間がかかった事を良く覚えております。

この写真(写真1)は私が二十の時に撮影した物です。叔母に連れられ電車で揺られ見合い写真を撮りに行きました。着付けは叔母が行い、髪は自分で結

いました。

当時を懐かしく思いながらも、憲兵の前では写真の人物が自分だとわかれば船に乗れなくなる。そう思っていた時に周りの方が

「この子の姉さんだ。今では五十をすぎているんじゃないか」と庇って頂きました。顔をわざと汚し、わからないよう頭に手

ぬぐいを巻き、やっと船へ乗ることが出来ました。東京へ帰って来てからは、商いをしてきた主人の手伝いをしていたので、二十代の頃から「おばさん」「おかみさん」と呼ばれておりました。

洋裁や和裁、呉服など様々な経験をさせて



中村菊江様

頂きました。また、いろいろな方と出会い別れ、長寿園に参りました。

長年連れ添った主人が亡くなり三年ほど経った頃、娘の知人の方がとても良い所だご紹介頂いたのが長寿園を知るきっかけとなりました。

その後、娘二人と見学に伺った際、気候も温暖で空気も綺麗で水も美味しいなど、とても環境が良かったのが印象に残りました。知人の方には「長寿園に入ると長生きするわよ」と勧めて頂き入居となりました。

入居しましたら、皆様穏やかで、理知的な方が多くとても良い所です。長寿園に入る事が出来て本当に良かったと思っております。

# 小田原詣で

入居者家族 干野 沢子

「こんにちは、元気だった？」と伯母の顔を見に行く。月一回の小田原詣では、私にとっても楽しみのひとつである。

子供のいない伯母が老人ホームに入ると言い出したとき、姪の立場としては申しわけないような気持ちと不安な気持ちがあったのも本音である。

しかし一九九五年に入居して以来、伯母がまあまあ健康でまあまあしつかりしていられるのは、二十四時間のプロによる介護のおかげであろう。これが身内であれば叱ったり甘えたり、介護する方もされる方もストレスを生み、結果、認知症が進んでしまうことになったかもしれない。介護はプロに、身内は笑顔、というのはいやほやり幸せなことなのだと思う。

先日法事があり、ほぼ十年ぶりに伯母を東京に連れてきた。

久しぶりに東京の街を見て、実家で親戚一同と会うことができた。懐かしい顔に会っても、もう長寿園に帰りたくないと言いつつ出することなど全くなく、いつもお世話になっているヘルパーさんにおみやげを買いたいと言いつつ出すほど。今となっては、伯母にとつて長寿園が家であり、安らぎの場所なのである。

入居当初は、俳句だ、油絵だとクラブ活動にも積極的に参加、園のバスで買い物に行ったり、

お仲間とランチに行ったりしていたようだ。顔を見に行くたびに新しいお仲間を紹介してくれ、充実した毎日がしのばれた。

今は、足腰が弱って介護棟で静かに過ごしているが、いつ行っても元気な笑顔で迎えてくれる。表情がおだやかで、おっとりしているのは、安心して暮らしていることの証。ヘルパーの皆様が細部まで目配りくださっているからである。

たまに行って、車で連れ出す程度しかできない身内であるが、伯母の笑顔を見るにつれ、こんな幸せな老後はないと思うばかりである。

入居者 竹中 糸子  
呆け防止  
趣味を味方に八十路坂

入居者 田川 富子  
ホームにも  
ある女子会へ喜寿米寿  
補聴器が  
懐かないので口を読み  
集まれば  
お国自慢の菓子を分け

常備薬  
しつかり持った老いの旅  
紅葉を葉に京の旅終わる

花によせて  
冬木立



入居者  
渡辺 千萬子

京都駅に降り立つと、駅舎はすっかり近代的になってしまっ  
たが、あたりの空気や香が一瞬  
にして「京都」になる。

寺町や土塀の中の冬木立

虚子

あの土塀のつづく寺町を歩き  
回った日々がなつかしい。

旅に病で夢は枯野をかけ廻る

芭蕉

この頃、夜、ベッドに寝転ん  
で眠れずに天井を見上げてい  
ると、この句がいつの間にか思  
い出される。今、病んでいるわ  
けではないが、もう人生の「旅」  
も終わりに近づいているのは事  
実で、あと十年も生きているは  
ずもない。  
想い描くのは若い頃のような彩

りに満ちた豊かな未来ではなく  
て、最後までしづかな安寧な日々  
であるように心から願っている。

咲く花も

むつかし気になる老木哉

木節

なるほどなあ。これからいき  
てゆくのは更にむづかしいもの  
のようにつくづく思われる。



色づいて後

入居者 青木 千代

芸術の秋、実りの秋。いろいろなお祭りも賑やかで神仏は大忙しです。北風吹き、山では霜が降り、紅葉もフィナーレ。「長月の紅葉の上に雪ふりぬ見ん人誰か歌をよまざらん」道元禅師さまのお歌です。長月は旧暦の九月で、現代では十一月ごろ。思わずお心をとどめられたほどの自然の奏でる美しさだったのでしょ。

現代はせわしないばかりの様相で「深山幽谷」が失われる反面、絶景を求めてどこまでも車輪が道を開いていきます。便利さは嬉しいことですが、地球が警鐘を鳴らしてはいませんか。自然との共生に本気で行動していくことと、平和で安寧なることとは、同根であること、深く胸に刻まなければならないのです。秋、深まり行くとき、しばらく身体を安んじこころを整えねばなりません。美しい季節に自然の持つ優しさと愛らしさ、静寂と厳しさをしっかりと受け止めたいものです。

川柳

入居者 小池 怜子

髪よりも

頼りないのは脳の中

人生の

上級生がまだ延びる

日本化と

揶揄されている先送り

## 相手を思いやる 気持ち

理事長 加藤 伸一

昨年久しぶりにロンドンへ行く機会があった。その折、古いイギリスの友人がなぜ長寿園をロンドンに作らないのかと言っていた。その友人は日本にいた時に長寿園を見学したこともある。福祉先進国であるはずのイギリスが何を言っているのかと不思議に思った。

三十年前に私はイギリスの大学で社会福祉を勉強していた。その頃の日本の高齢者福祉は、まだまだ発展途上で、欧米や北欧の高齢者福祉や制度を貪欲に学んでいた。三十年たった現在、日本は世界一の高齢化率になり

模倣する国もなくなってしまった。一方のイギリスも高齢化は進み、民間の事業者も使わなくてはならなくなったようである。その結果、当時はほとんどなかった民間の高齢者ホームは大変な数になっており、粗悪なところが横行しているとのことだった。そんなことから、良質な日本のホームができてもおかしくないのではないかとこのころ

もう一人の友人の家も訪ねた。その友人は昭和四十七年、二十六歳の時に女性二人でシベリア鉄道で約十日間かけて日本にきたソーシャルワーカーだ。彼女たちは半年間、長寿園に滞在し、ボランティアとして働いていた。私は、まだ中学生だったが記憶は鮮明に残っている。その一人は、のちに結婚し二人の子供ができた。その子がまだ幼稚園の頃、私はイギリスでしばらく彼女の家で住まわせてもらった。その折、彼女の両親の家にも何度か招待された。ところが私がその頃よく遊んでやった彼女の

娘さんが数年前結婚して今度は新婚旅行で日本にやってきた。そして、我が家に数日間滞在した。その二年後、今度は私の長男がイギリスに勉強に行き、彼女ら親子にまたお世話になった。四十年以上の家族ぐるみの付き合いである。

その彼女の母親は九十歳を超え、ナーシングホームで暮らしていると言っていた。そのナーシングホームはスタッフが非常によくやってくれるということだった。ところがその理由がスタッフのほとんどがフィリピン人だからなのだそう。彼女によれば、介護は白人よりフィリピンの方がきめ細やかで格段に優れているというのだ。

この二人の友人から感じられたのは、高齢者のサービスにとって重要なのは日本的なきめ細やかな介護、言い換えれば相手



ご入居者とともに

いる光景だ。数年前までは着物を召されるご婦人が多数おられたが、最近ではめっきり減った。それでも、いつもと違う雰囲気である。日本の古き良き伝統が守られている。一年の始めの信頼関係を再度固める挨拶である。

三世代家族が減り、高齢者と生活を共にする経験を持つ人が年々少なくなっている。そのために、老いるということや介護が必要になる過程を肌で感じたり介護を体験したりまた人の最期に立ち会い、そのことの意味を体験する機会がほとんどなく

なってしまった。

その結果、老いや介護や高齢者の死に対する理解が著しくなくなっているような気がしてならない。

私もホームではスタッフが十八歳から六十五歳以上までいる。日々お世話をさせていただいていることにより、世間ではすでに一般的ではなくなってしまう高齢者から若者への伝承が日々行われ、人が老いること、そして一生を終えることに立ち会うことによってその崇高さを学ぶことができる。

そしてその成果として相手を考えてやる気持ちが生まれるのではないだろうか。さらに、それは職員一人一人の祖父母や親や自分自身の老後を考えるうえで、何ものにも変えがたいほどの教えとなる。

世間ではなくなってしまう家族親戚関係のような絆が入居者同士、職員同士、ご入居者と職員との間でむすばれており、それが長寿園の大きな活力の素となっているのである。

# 長寿園の日々



クリスマス  
会食会



初顔合わせ



秋の行楽  
ショートコース



十字町教会  
歌のプレゼント



どんど焼き

11月10日、11日

C棟秋の行楽

21日 秋の行楽ショートコース

12月9日 十字町教会歌のプレゼント

16日 コーチャル歌声の部屋

12月24日 クリスマス会食会

平成25年 1月1日

初顔合わせ

12日 新年会

13日 どんど焼き



新年会



# 創立六十周年「プレイイベント」

A棟課長 松本 仲子

昭和二十九年創設の長寿園は平成二十六年四月、創立六十周年を迎えます。園では様々な委員会、チームに分かれ六十周年を迎える準備を行っています。その中の企画チームでは、ご入居されている方に六十周年を早くから感じて頂けるよう、昨年より「プレイイベント」を企画、実施しております。

ただ漫然と行事を行うのではなく、皆様に心身ともにお元気で六十周年を迎えて頂くにはどのような行事が良いのかを常に検討しています。

初めに考えた事は「身体」、今までに行った事のな「体操」を取り入れる事でした。そして昨年九月十日に第一回プレ



第1回プレイイベント

参加された方々からは「ちょっと疲れたけど楽しかった」との声が聞かれました。次に私たちがテーマにした事は、「心」第二回目のプレイイベント

イベント「介護のいらない身体作り」を行わせて頂きました。

講師に早川久江先生をお迎えし、玄米ダンス体操を行いました。はじめは先生のお手本を見ながら

基礎となる身体のバランスや座り方などを教わり、慣れてきたところで、ダンベルを手に音楽に合わせて体操を行いました。ハードな運動に感じましたが楽しみながら自然に身体を動かす事ができた様子でした。



第2回プレイイベント

参加されたご入居者の皆様と一緒に合唱となりました。参加された方々からは「本当に楽しい時間だった」と言う声をたくさんいただきました。

「相洋高校吹奏楽部演奏会」を行いました。高校生による吹奏楽の演奏は初めての企画でしたが、五十六名の方が参加して下さいました。演奏はもちろん、楽器の紹介やダンス、さらには

「心」と言うのは、

目に見えず、何が健康で何が不健康か量る物は何もありません。私たちは声を出して歌って頂く事、日常から少し離れて頂く事をテーマに第二回のプレイイベントを行いました。育った環境の違い、年齢の違いは埋められるものではないかもしれませんが、歌や音楽と言うのは多くの方に賛同頂けたよう



## 編集後記

今年の成人の日は東京、横浜で積雪が見られ交通機関にも影響が出るほどでした。しかし、長寿園周辺は雪が積もる事もなく、1年を通して過ごしやすい気候で、ご高齢の方にとっては、優しい生活環境ではないでしょうか。今回、夢の1面に掲載させていただいた中村菊江様は92歳になられた今日においても、ここ長寿園で自分らしく元気に生活されています。「夢」2月号を読まれた方の多くに、「元気」がお届けできることを祈っております。

次回の発刊は平成25年5月の予定です。

夢・通信編集委員会

で嬉しく思いました。

そして次回、第三回のプレイイベントでは「学」をテーマに小田原出身の偉人二宮尊徳についての「よもやま話」を企画しています。講師には報徳博物館長代理、齋藤清一郎さんをお迎えし二月二十七日に講演会を行う予定です。

これからも、長寿園創立六十周年に向けて様々なプレイイベントを企画してまいりますので是非、ご参加して頂ければと思っております。