第４号

はんの木だより

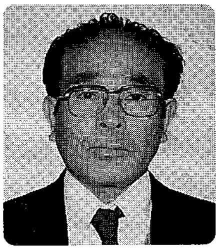
発　行
特別養護老人ホーム
美土里荘
美土里荘
家族会

特別養護老人ホーム

美　土　里　荘

利用者数〔１０月末現在〕
総数　５０名　平均年齢（７６歳）
　　　　　　　男　１３名　（７２歳）
　　　　　　　女　３７名　（８０歳）
〒０３９－２５　青森県上北郡七戸町字寒水７０－１７
　　　　　　　電話　０１７６－６２－２７６１

高まる施設の評価とこれに応える処遇の向上並びに地域サービス



園長　小倉　政雄

現在、日本人の寿命は世界一です。これは大変喜ばしく威張れる事です。

しかし、マスコミ（新聞、テレビ雑誌等）が、しきりに寝たきり老人の介護、老人ホームの不足、年金制度の不充分などを指摘、老人の将来について不安材料をかきたてるので老人はもとより、誰でも長生きする事が迷惑をかけるような気持で、喜びより不安が多くなります。

最近よくいう高齢化社会とは六十五才以上の老人が人口の七％以上になった社会の事を意味しております。日本は今、ほぼ十一％台と聞いています。それが今後三十年後には三十四％になり世界一の高齢社会（六十五歳以上の人口が二十％を越すと高齢化社会と言わないで高齢社会という）となる事が予想されます。この高齢社会になるのも日本は世界一だそうです。今後、急速に老人が増えて大変だと、よく耳にします。何が大変かと云うと、老人のすべてを支えなければならない若者の数が六～七人のところ、二十一世紀には何と二～三人まで減少すると予想されるからです。老人人口が増加すると当然、医療費、年金の増加が避けられません。また寝たきり老人、痴呆症、その他心身に障害を持った老人を支える若者の人口が、どんどん減ることになればなる程大変なわけです。

だから一日も早く老人医療、年金、老人ホームの整備（在宅老人介護を含む）の問題について、抜本的改革がどうしても必要です。その対策の一つとして、全国に老人保健施設をつくりました。七戸町にもナーシングセンター柏葉が開設され、利用者や家族にとって大変有難いことです。

厚生省は今、在宅老人介護についてホームヘルパー等の費用に充てる助成金を市町村に交付し、援助しています。このホームヘルパーの活動によって、寝たきり老人など介護を要する老人がかなり救われております。また在宅老人介護について、将来は老人ホームを地域の指導機関として、その持っている介護専門機能を活用させたい意向です。老人ホームには現在でも市町村から委託、申請があればショートステイの名称で短期間（一週間程度）ではありますが、介護を要する老人を一時的に老人ホームに入所させる制度もあります。このショートステイの枠は、どこの施設も定員の十％以内ですが、現在のところは利用者が極端に少ない状況です。従って申請（市町村を経て）をすれば許可になる率は百％近いと思われますから家庭の事情、ご旅行等で介護が出来ない場合はご遠慮なくご利用下さい。

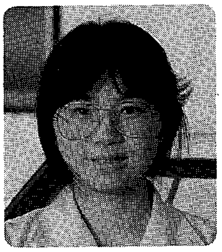
社会保障充実という時代の進歩発展と国民の要望の波におそわれ、老人福祉もようやく本格化し昭和三十八年七月十一日、老人福祉法が誕生しました。その年は全国で特別養護老人ホームが一ヶ所、養護老人ホームが六百七十三ヶ所設置経営されていました。その後、毎年施設が多くなって昭和六十二年十月現在では、特別養護老人ホーム千八百五十五ヶ所、養護老人ホーム九百四十五ヶ所、軽費老人ホーム三百八十八ヶ所となっています。

青森県の老人ホームの現状は特別養護は約五十二施設、養護は十施設、軽費は二施設となっています。弘前市にある養護老人ホーム弘前温清園は、老人福祉法が無い昭和二十一年十月に設立されています。おそらく十数年に亘って、国の助成金なしで自己資金と善意の方々の寄付によって、ぎりぎりの線でただひたすら老人介護を行って数多くの老人を救ったと思います。まさに老人福祉の鑑として、経営者、それを支えた職員に心から敬意の拍手をおくるものです。

美土里荘は新しい施設ですが、経営者の積極的な姿勢によって職員を

多くの研修に参加させ、福祉施設職員として完璧になるよう努力しています。そして職員もそれに応え自発的に園内研修等も行い資質の向上に努めています。今後、施設は地域の中心となって老人介護の指導的役割を担うことになります。これによって施設は益々評価を高めていくことと思います。

和やかな生活の場を目指して



栄養士
山本たい子

四月に栄養士職に変わってから七ケ月があっという間にすぎ、仕事のむずかしさをつくづく感じているこの頃です。利用者一人一人には、長年の生活の積み重ねで作り上げられた独自の食生活パターンが有ります。ですからなかなか手をつけてくれないものがあったり、食事の種類も、おかゆ・おにぎり・きざみ食・ミキサー食・流動食など多種多様で、またその日の状態に合わせ、その都度変えなければなりません。作る側と食べる側、介護する側のパイプ役として、まだまだ未熟で、勉強不足のために迷惑をかける事が数多くあります。みなさんにいろいろ意見や指導をしてもらい私自身、勉強させていただきたいと思いますので、どんな小さな事でも話してもらいたいと思います。

また食べる側も、食膳にのぼるまでの数多くの人々の苦労や努力に対し感謝の心をもっていただきたいと思います。心から感謝の気持ちになってことを食物の消化吸収もよくなり血となり肉となって心身を養う基となります。

〝食事ケアは相手を知ることからはじめ、相手を理解しなければ良いケアは出来ない〟ことを頭に入れ、利用者とのコミュニケーションを大切にし、個々に合った指導を心がけて行き、和やかな生活の場として利用できる施設を築けるよう努力していきたいと思います。

老人と食事

看護婦　奈良岡信子

老人は年齢が進むにつれ、食物の消化・吸収力が若年者に比べて減少する。一般的に日常の運動量の減少により、食事の量は老人になると減少するのが普通である。

老人が長寿を保ち、健康を維持する為にどのような食生活をおくればよいかということと同時に、動脈硬化や糖尿病、心臓血管糸の障害、肝臓病等の予防的な食生活を考えることは老人にとって重要なことである。

蛋白質の中で大豆食品（豆腐・味曾・湯葉等）は特に老人の蛋白質補給のために適当である。卵類は一日一個位がよい。脂肪は、特別多く摂取している場合を除いては制限する必要はない。

疾病をもった老人に対しては、栄養価が高く、消化吸収のよいものを選ばなければならない。また精神的な影響を受けやすい為、できるだけその原因を取り除き、楽しく食事させる為の配慮が必要である。食物は、身体及び心の糧となるエネルギー源である為、老人の心身の特殊性を理解し、老後を幸せに過ごさせる為に老人の嗜好を把握するのも大切である。

看護婦　退職　新山美佳子さん

この度、高等看護学校への進学を志し、十二月三十一日付で希望退職します。

「短かい間でしたが、いろいろと勉強になりました。今年の三月まで寮母職、四月より看護婦として勤務してみて両方の立場がわかるようになりました。今はただ、利用者が苦しいおもいをしないように、と考えて仕事をしています。」

☆看護婦〝ミカ〟ちゃんの横顔

S四十三年九月六日生まれ　二十一歳　独身

趣　味　カラオケ・ドライブ

好きな男性の好みは？　目が二重で鼻筋の通った人

BFは？　「いません！」（全部手を切りました？）

利用者へ……いつまでも元気でいて下さい。

職員へ……結婚式に呼んで下さい。

利用者紹介

今回の利用者紹介は、美土里荘で唯一、御夫婦で入居されている荒谷要助さん、ヨシさん夫妻です。夫婦共に今年、米寿を迎え、九月十四日に県と町から表彰されました。

まず、夫である要助さんは明治三十三年十二月十三日野辺地町（一ノ渡）生まれ。

性格は、ちょっとガンコなところもありますが、とっても思いやりのある人です。おまんじゅうなど甘い和菓子が三度の飯より大好物、という要助さんです。

さて次は妻のヨジさんですが、明治三十四年二月十五日東北町生まれ。

十九才で要助さんのもとへ嫁ぎ、それ以来、農業を営み、三男六女を儲けました。性格は、のんびりとマイペース型。地震があっても何があっても「なーに、大丈夫。」といった感じのヨシさんです。夫婦ともに健康で長生きできるよう、がんばってもらいたいですね。

同じく、九月十四日に県と町から米寿の表彰を受け、「おかげ様で、うれしい。」と感想を述べた沼山さきさんを紹介します。

○明治三十四年四月五日東北町蓼内久保出生まれ。

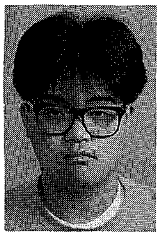
農業に従事し、人にたのまれて六十才頃から?年ぐらい産婆さんをしていたので、東北町には取り上げた子が数多くいるそうです。

若い頃は、踊りが好きだったそうで、時々、みんなに踊りつきの歌を聞かせてくれる明るいおばあちゃんです。

実習生紹介

青森大学
社会学科
３回生
佐藤　拓さん

自分にとっては楽しく良い経験となりました。自分は今、ホテルで結婚式の準備をするアルバイトをしています。是非　御利用下さい。



青森大学
社会学科
３回生
山谷俊一さん

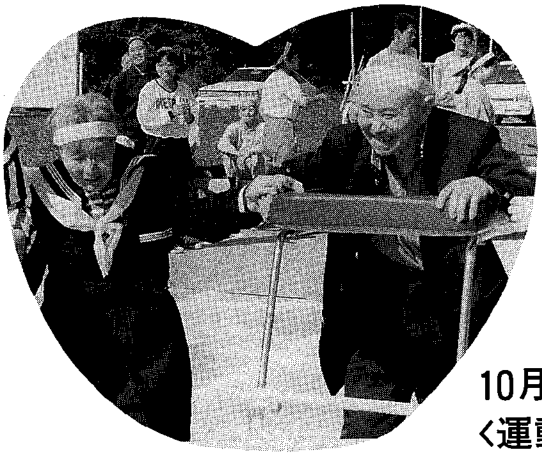
実習中は大変お世話になりました。初めての経験なので、いろいろ御迷惑をおかけしました。皆さんもお体にお気をつけて下さい。

青森大学
社会学科
３回生
工藤雅之さん

皆様には大変御迷惑をおかけしました。が、自分にとってはかけがえのない貴重な体験をさせて頂き、思い出に残る実習でした。

あの日この日のスナップ集

９月６日〈七戸祭見学〉ようやく昼頃から雨が止み始め、厚着して出かけました。
９月14日〈敬老会＆お誕生会〉花柳流永扇会慰問の踊りにうっとりでした。
10月23日〈もみじ狩り〉天間ダム方面へ。「とってもきれい」と喜びの声。



10月10日
〈運動会〉

「平均年齢70歳の君と僕
まだまだアンタらには
負けられましぇーん」

「あんパンより、りんごの方がいいのになー。」

〈ある日のレクリエーションクラブにて〉
「何たって私の作品が 一番よね。」

11月２日
〈文化祭〉

「ヨウコソ
順子のなべっこだんご屋へ
タマさん、キワさん
ほれほれ、おいしい顔して。」

入所者５０人に聞きました!!

好きな食べ物				楽しみにしていること			
	1	麺類	１１人		1	入浴	１１人
	2	刺身	１０人		2	食事	７人
	3	カレーライス	６人		3	おやつ	５人
	＊	その他	１４人		＊	その他	２０人
	＊	無解答	７人		＊	無解答	７人

行きたい所				会いたい人			
	1	実家	２６人		1	家族	３０人
	2	どこにも行きたくない	８人		2	知人	４人
	3	子供の家	６人		3	好きな人	４人
	＊	その他	３人		＊	無解答	１０人
	＊	無解答	７人				

今やってみたいこと

＊ 史跡巡り
＊ 文化，刺繍
＊ 御詠歌
＊ 習字
＊ 皆で色々やってみたい
＊ 面白い話
＊ こっけいな話をする
＊ デートしたい
＊ 唱歌を歌う

［などが主にあげられたものです］

これからの行事予定

一月十一日　新年会
二月十四日　室内レクリエーション
三月　一日　ひなまつり

編集後記

(亜) 皆さま御自愛の程を……！

(祐) お身体に気をつけて良いお年を

(恵) 風邪に気をつけて下さい。

(徳) 読んでお気ずきの点がございましたら、広報係ミスターノリックまで

(拓) アンケート作成にあたり、いろいろ苦労がありました。