

## 宅老所虹の家 取り組みから

### ◆防火管理者になって

私は家庭を持った時、家庭を守らなければならないという思いから、火災の備えの一つとして、年に一回の自治会主催の防災訓練に参加し、繰り返すことで万が一の時に備えてきました。そして、この度、虹の家の防火管理者として勉強する機会をいただき身の引き締まる思いです。火事は体験する事は出来ませんが、誰でもいつ何時遭遇するかわからない恐ろしい事態です。それを少しでも回避する方法は何でしょうか？なぜ、消火訓練が必要なのでしょうか？

それは自分だけでなく家族や知人やお客様や職場の仲間の命を守る「誰でも簡単に行える備え」だからです。

常に素早い行動が出来る為には日頃の訓練だと思えます。消火訓練を重ねる目的は「火事だという時にひとりひとりが何をすべきか判断し行動できるようにする事です」虹の家では、今年も6月に我孫子東消防署立会のもと消防訓練（通報訓練、避難訓練、消火訓練）を実施しました。コロナ禍でできなかった消火器を使った消火訓練も全員ができ、有意義な時間になりました。火事が起きてしまったらまず第一に大声で周囲の人に火事の発生を知らせましょう。「火事だ〜！！」と。例年、秋に自治会主催の防災訓練が行われますので参加して皆さん「いざっ！」という時に備えましょう。



(ライフサポーター より)

### ※介護の「困った！」そんな時、ひとりで悩んでいませんか？

これからも住み慣れた家で暮らしたい・・・でも・・・このまま家で暮らせない。

これからも家で暮らしてほしい・・・でも・・・もう限界。

そんな悩みは、あきらめないでください。

高齢者介護の事なら老舗の宅老所 虹の家へぜひご相談ください。

### ※虹の会の会員募集中です。

「介護が必要になっても、住み慣れた地域や家でじぶんらしく暮らしたい」と望む人々の気持ちに寄り添い、地域の皆さんと共に支えあう活動をしている虹の会の会員を募集しています。

上記の、各詳細は、添付の小冊子をご覧ください。

今後とも宅老所虹の家は地域の意見に耳を傾け、より良い関係をたもつため、努力を惜しまず一歩ずつ進めてまいりますので皆様がたの温かいご協力・ご支援を賜りますよう宜しくお願い致します。また、虹の家ホームページもリニューアルを行いましたので、是非ご覧いただけますようお願い致します。

URLは <https://www.nijinoie.net> です。

こちらのQRコードでも検索できます。⇒



# 虹の会 ニュース

第63号

2022.9.10

発行

編集発行 特定非営利活動法人 虹の会

〒270-1114 我孫子市新木野 3-32-15

(宅老所 虹の家 内)

☎ 04 (7179) 3133

✉ [niji3215@nijinoie.net](mailto:niji3215@nijinoie.net)

## 理事長挨拶 虹の会 理事長 井上雅博

皆様、お元気でお過ごしですか。7月2日（土）新木近隣センターホールにて「虹の会20周年記念」および「新木野見守りネットワーク10周年記念」行事を合同で行うことが出来ましたこと喜びに堪えません。地域の願いで出来た介護施設として皆様に支えられ今日を迎えることが出来たこと改めて嬉しくまた有り難く思います。新型コロナウイルスの影響を受け、催し等を中止せざるを得ない状況が続いています。どうか皆様方もコロナウイルスに負けないよう頑張りましょう。そして一日も早く通常の生活に戻れることを願ってやみません。

## 虹の会 2022年度 新理事の紹介

### ◎ 日向直子理事の挨拶



6月より、前理事であり管理者の横山所長の後任として虹の会理事、虹の家管理者を引き継ぐ事になりました。微力ではございますが前任者の意志を受け継ぎ努力してまいりますので宜しくお願い致します。虹の家の理念に「住み慣れた地域や家で自分らしく暮らしたい」とあります。利用者さんが望むのであれば、私達ライフサポーターはその思いに懸命に向き合っていきます。それでも思いを遂げられない事はたくさんありました。その度に「まだ私達に出来ることはないだろうか」と皆で模索し何度も話し合いを重ね「シェアハウスをつ

くろうか？」と意見が一致したのです。実際、動きだしてみても簡単な事ではありませんでした。大きな壁もあり、たくさんの課題を越えなければ実現は出来ない事に気づかされました。それでも諦めず、「馴染みの仲間、馴染みのスタッフ、馴染みの地域の方々に囲まれて最後まで自分らしく」をこの新木野で実現していきたいと思えます。

### ◎ 相蘇昭克理事の挨拶

この度、虹の会の理事に就任しました相蘇昭克と申します。

私は新木団地自治会でこの新木野が、高齢者向けの地域ボランティア団体が複数あり我孫子市でも指折りの活動を行っている事を知りました。少しでも地域の皆様に周知して頂ける様な活動支援を行いたいと考えていました。また、この素晴らしい活動が虹の家の創始者である元理事長高井夫妻の理念から派生し発足に至ったことも聞き、微力ながらお役に立ちたいと思ってお受けしました。虹の家は、訪問介護・通い介護はもちろん宿泊もでき、要介護の方もそのご家族様にも安心して優しい小規模多機能型居宅介護をモットーとしています。是非、地域の皆さんも虹の家の活動にご理解を賜ります様にお願い申し上げます。





## 宅老所虹の家 活動報告

### ◆わあ～！きれい！すごい！



見事なバラの花、日秀のMさんの庭での歓声です。淡いクリーム色、ピンク、白、オレンジ、めずらしい紫色、色とりどりという言葉がピッタリのバラの花の競演です。Mさんのご好意で今年で二回目の観賞をさせていただきました。

風が運んでくれる甘い香りの中で皆さんの和かい笑顔。

### ◆地域の力

7月の自治会の清掃活動は、多くの住民の方々が参加されていました。

自宅付近の清掃との事でしたが、公園周辺、ゴミステーション、そして参加できない家の側溝と、積極的にあつまって来て清掃作業に汗を流されていました。虹の家にも来ていただきました。作業中、虹の家に「AED」は設置されていますかと聞かれさっそく、虹の家で行っている運営推進会議（両自治会・市介護支援課・布佐新木なんでも相談室・地域の活動団体が参加）で話しました。地域に設置されていないとのことで、実現できる方向で意見がだされました。地域の様々なサークル活動・見守りネットワーク・えんじょい新木野等地域の助け合いの力はすばらしいと思います。

虹の家は、地域の皆様の力をおかりして20年になります。介護施設として地域にお役に立てる様に私たちもがんばりますので、これからもよろしくお願い致します。

（ライフサポーター より）

### 虹の会サロンからのお知らせ

毎月、第4水曜日10～12時自由参加で新木自治会館に集まっています。参加費100円（飲み物代）を持って、歩行器をおして、家族に送られて、もちろん自力で20人位が参加しています。

1時間目：鳥谷部さんのキーボードにあわせて「浜辺の歌」「われは海の子」等、今は夏の歌を歌っています。はじめは、かすれた声もそのうち自分の一番良い声が出て来て気分があがります。合いの間に鳥谷部さんのお話しとリクエストに答えて「百万本のバラ」等ソロで聞かせてくれます。

2時間目：「あびこ市民の歌体操」のあと日によってボールを使ったゲーム 頭の体操折り紙等で思い切り遊びます。こんな風に顔見知りになった人と集まってどうにか新木野で元気に暮らせたらいいなあとと思っています。



### 宅老所虹の家へご家族様からのお寄せ書き

今般、虹の家の活動についてご家族様から感謝と期待のお話を聞く事がありました、ここに内容をご紹介します。（ご意見をお寄せいただきありがとうございます。）

### ※「自分も通る道」義母に思う

昭和50年、東京都内から新木団地に移住し、難病（パーキンソン）の義父、癌の姑を見送り平成13年からひとり暮らしとなった義母が、平成22年（79歳時）大病を患い手術退院後は娘夫婦宅で同居生活が始まります。

3～4ヶ月経過し元の生活が出来るまで回復した義母でしたが、ある日突然日中は一人生活となり、土地勘が無い地域より近所に顔見知りに住み長年過ごした自宅での生活環境に戻りたい」と言い出し、新木野での再起となり同時に団地内の「虹の家」（小規模多機能居宅介護施設）の支援を受け、元の一人暮らしが10年以上過ぎました。

この間、進む老化に伴う、筋力、認知力の低下から、自宅での転倒による骨折事故、ベッドからの落下に伴う脊髄圧迫骨折、歩行支障等、事ある度に、皆様の援助を受けている現状です。今年、8月のお盆は、亡き兄嫁と二人で暮している、実母の白寿祝いの会も有り、現状は「何れ自分も通る道」と自覚し、今 娘夫婦として二人に出来る事で、義母の見守りを永続しようと考えています。つきましては、今まで大変お世話になりました虹の家の皆様とご近所様に感謝すると共に、今後も温かい支援見守りをお願い致します。（利用者家族様 より）

### ※私の体験談

父が亡くなったのは、今から15年くらい前のことだ。その頃は、現在のような「なんでも相談室の」ように気軽に相談問い合わせが出来るころはなかった。

また「虹の家」のような宅老所があることも知らなかった。出来ることは、介護保険の認定を受け、特養へ入所する為の順番待ちの列に並ぶくらいであった。

2度目の入院（誤嚥性肺炎）の時、廃止寸前の（療養病棟）に滑りこむ事が出来、そこで最後を迎えた。仕事を持っていた私は、最期に立ち会う事ができなかった。母だけは、施設に入れることなく自分の手で面倒をみようとした。

少しずつ体の自由がきかなくなってきていた母は、大腿骨を骨折し、退院後、寝たきりになり父が亡くなってから9年後この世を去った。父と母のことは私の心に少なからず傷を残した。私は、本人たちと何ら話し合いをせず希望も聞かず自分本位にすべてを、決めてしまった。

現在家族の世話を、悩みながら行っている人たちにお願いしたい。「助けて」とSOSを、発信するのは恥ずかしいことではありません。誰かが必ず相談に乗ってくれ、アドバイスをくれます。それと、介護する側の人間も人の子です。病気もすれば怪我もします。自分で何もかもするのは不可能です。皆で協力してやってゆきましょう。（あらし野住人様 より）

### ありし日の虹の家の思い出

#### ◆草創期 門馬氏宅時代を思い起こして

1998年（平成9年）1月に、新木野3丁目の門馬氏宅を借用して、高井睦美氏（後、虹の家施設長）が中心になり、居宅サービスを提供する事業を初めたのが最初で、その名称を「あらしのお家」（オウチ）と定め、施設長を前記の高井氏が務めました。

この時代は全国的に介護の社会化とそれを支えるボランティア活動の重要性が叫ばれた時代で、我孫子でも盛んに研究会が開かれたものでした。門馬氏宅での利用者は、3人（布佐・新木野・湖北）ボランティア12人（新木野）で、昼食作りを利用者も手伝ったりして、和気あいあいの日々を、3年間続けました。春・秋は佐々木立雄・美津子ご夫妻が中心になり、バーベキューを楽しみ、夏は、井川の手作りの竹桶でながし素麺を楽しんだりしたものでした。この時に「木元竹前」（サキ）という4字熟語を知ったのも懐かしい思い出となっています。（新木団地住人様 より）