

「得意」生かし商品作り

デイサービスの高齢者

デイサービスに通う高齢者が、食品や農作物を手ずから作って販売し、社会と関わる取り組みが各地で行われている。得意なことを生かした能動的な参加が生きがいになっているようだ。専門家は「何歳になっても挑戦できる共生社会を具現化する試みだ」と評価する。

堺市東区の「ふるさぽーと りうれしい」。パン生地を丁寧に作って販売する「ふらさぽーと」のメンバーが話したのは、94歳の小西トキエさん。「お世話が5種類のメロンパンを作話してもらっただけだと退屈して販売、人気を博している。ちやう。手を動かすと頭が活性化してほげないね」と笑顔。80歳の三村京美さんは「売



仲間と一緒に作ったメロンパンを手に誇らしげな小西トキエさん(左端) 堺市東区の「ふるさぽーと」のメンバーが話したのは、94歳の小西トキエさん。「お世話が5種類のメロンパンを作話してもらっただけだと退屈して販売、人気を博している。ちやう。手を動かすと頭が活性化してほげないね」と笑顔。80歳の三村京美さんは「売



仲間と一緒に作ったメロンパンを手に誇らしげな小西トキエさん(左端) 堺市東区の「ふるさぽーと」のメンバーが話したのは、94歳の小西トキエさん。「お世話が5種類のメロンパンを作話してもらっただけだと退屈して販売、人気を博している。ちやう。手を動かすと頭が活性化してほげないね」と笑顔。80歳の三村京美さんは「売

能動的な参加が生きがいに

上げで仲間とお肉を食べるのが楽しみ。買ってもらうからには、ちゃんとした物を作らないとね。

デイでは以前から、利用者がおやつや昼食のおかずを作ることや、パンの逸品ができたのを機に、商品化に向けた準備を進め、2019年春から販売を始めた。

「ふるさぽーと」の統括所長、三村京美さんは「一人の役に立つと元気になる高齢者は多い。緊張感を持って接客するのは刺激になる。社会とつながることは大切」と力説する。

施設の敷地内にある畑で野菜や果物を栽培して販売するデイは、北海道七飯町の「いちご農園」。利用者はイチゴの他、キュウリやトマトなどの野菜を農家の助言を得ながら育てている。

収益は参加した利用者に戻元し、現金を支給。利用者は、すしや焼き肉弁当を買って楽しんでいという。運営する

「ケアサービスドワン」の中村久子社長は「農作業を通じてリハビリや運動にもなる上、お客さんから『おいしかった』『ありがとう』と言われることで、生きがいになっています」と話す。

高齢者が障害者と共に商品を作って販売するデイも。堺市南区の「サンフラワー」では、施設の敷地で栽培して余った有機野菜を有効活用しようとして、ピクルスを作った。収益は、高齢者の食事代の減免や、障害者雇用の促進に充てられている。

「ふるさぽーと」の統括所長、三村京美さんは「かつて料理をしていた人は、包丁を持つと生き生きとし、味についてアドバイスもしてくれる。作業をしながら昔話に花が咲くことで、脳が活性化するのは」と手心えを語る。

高齢期の社会参加活動と健康の関係を研究する千葉大予防医学センターの近藤克則教授は「高齢でも認知症でも、潜在的な能力がある。社会との関わり方を変えると、その能力が発揮されること、があるため、大きな意義がある」と話している。

老いても笑顔で、穏やかに

小澤 竹俊 ⑧

人の幸せは、いつ決まるのでしょうか？

どんなに成功した人生でも、誰とも心を触れ合うことなく、後悔しながら晩年を暮らすとしたら、幸せとは言えません。

思うような人生ではなかったとしても、最後が穏やかであれば幸せを実感することでしょう。私は、人生の最終段階にある人たちの出会いから、私たちにどうして何が幸せなのかを学んできました。

Hさん(88歳女性)の人生は、苦勞の連続でした。15歳の時に相次いで両親を失い、4人きょうだいの姉として、母親代わりとなって働き、妹、弟たちを養ってきました。

終わりよければすべてよし

幸せの理由

大切なことは、たとえどんな人生を歩んでいても、人は幸せになれるということ。幸せを感じる理由は人によって異なるでしょう。しかし、その多くは、健康の時の幸せとは異なります。

あなたにとって、幸せの理由は何でしょうか？ それに気づく人は幸せです。

(めぐみ在宅フリーニック院長)

内山 律子 (71歳、薩摩川内市百次町)

かすり随筆

今年は梅が豊作だった。わが家でも恒例の梅干し作りをした。6月に塩漬けた梅を8月の日差しにさらす。その時に1斤ほどの竹ざるの出番となる。30年ほど前、母が「これを使いなさい」と渡してくれた。今年梅が多いので、もうひとつ欲しいとあちこちあつた。気に入ったものがない中、ふと思いついた場所があった。

そこは幼い頃行った山あいの温泉地にある土産物店である。記憶によれば、向かい合った2軒に、土産や芝居の小道具、手作りの竹細工などが店いっばい並べてあった。

久しぶりに訪ねた温泉地は閉館や空き家が目立ち、目指す土産物屋も板戸が閉まっていた。幸い向かいの土産物屋の店先に

い具合の竹ざるがつるしてあった。店番の女性は「前の店は何年も前に閉めたのよ」「もう竹ざるを作る人がいなくなつた。今の人がいなくなつたら入らなくなるよ」と語り、しばらく話し込んだ。

晴天続きを待って、ようやく1回目の干し梅をした。母の竹ざると新品の少し大きめの竹ざるいっばいに梅が広がり、子どもの頃の懐かしい香りがよみがえる。

母がいた頃はいつももう側だった。いなくなつてから作り方を習っておくべきだったと思つたものだ。

幸い、孫たちは皆スポーツをしており、梅干しは重宝するらしい。そろそろ次世代に伝授する頃かも。竹ざるも一緒に。

感染症のリスク低減

鼻

でマスクを付けることが当たり前になっています。マスクをする

マスクをしているので、ウイルスの侵入はある程度問題ないと



「呼吸になつてこの内側が赤

「歯のはなし」は

歯のはなし

鼻で呼吸すること、口で呼吸をすることは感染防御を考

口で呼吸をする方は、細菌を防ぐ仕組みがいかにされないため



イラスト・西淑