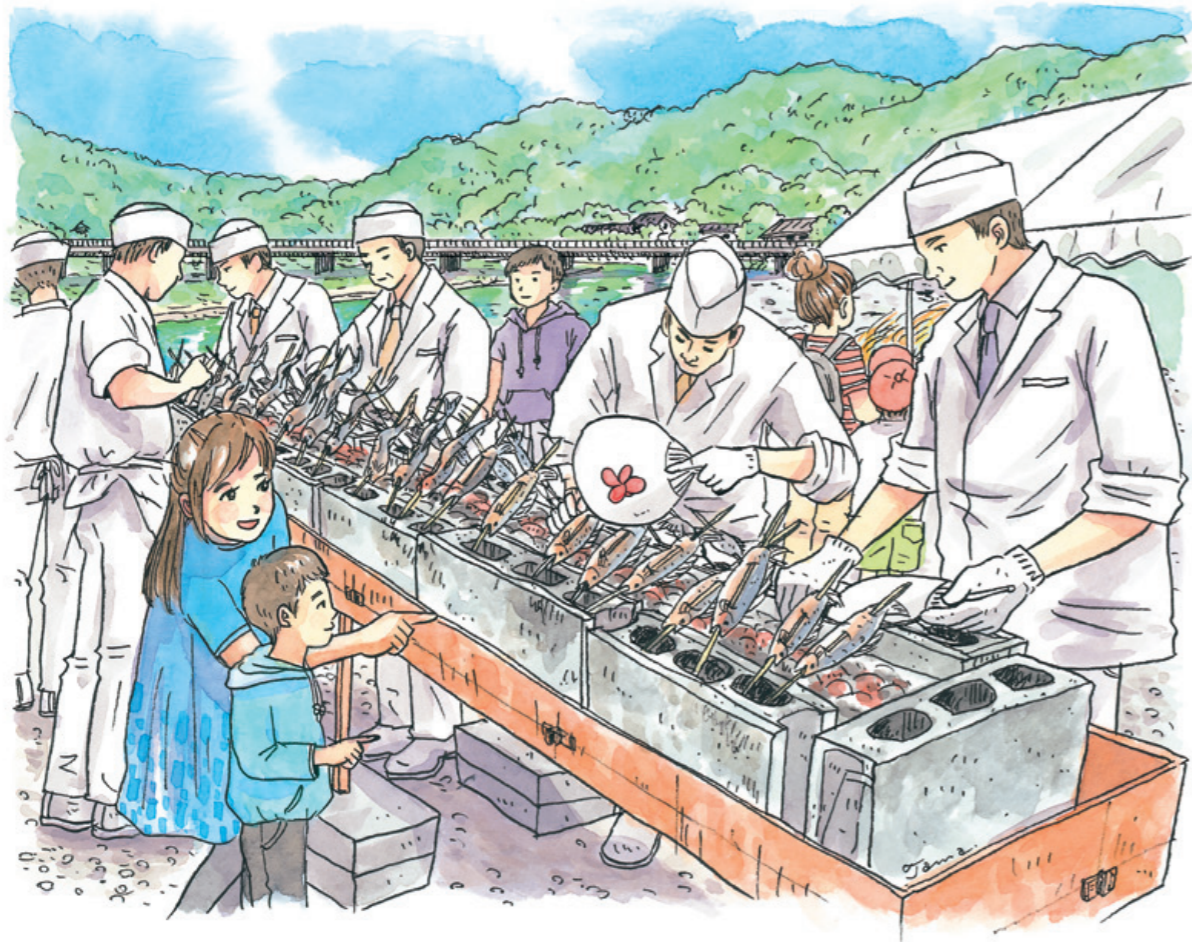


## ライフ・イン京都

〒615-8256  
京都市西京区山田平尾町46-2  
TEL.075-381-1870 FAX.075-381-1899  
http://www.lifeinkyoto.com



### 出かけませんか？

#### 嵐山初夏の風物詩 嵐山若鮎祭

嵐山若鮎祭は保津川の鮎の解禁にちなみ毎年6月第2木曜日に若鮎祭が行われ、新緑の中で若鮎の炭焼きの試食会が嵐山保勝会の主催により、嵐山公園の中之島地区で開催されます。

嵐山若鮎祭はかつて嵐山周辺の料亭がご最良のお客の為に始めたそうです。その為現在も料亭の板前さんが調理を行っているそうです。

当日にぶらりと行っても食べられません。販売もされません。事前に嵐山保勝会に往復葉書で申し込んだ方のみの試食となります。

- \*日時：6月13日(木)10時30分～13時
- \*場所：嵐山中之島公園
- \*市バス「嵐山公園」から徒歩4分
- \*市バス「嵐山公園」から徒歩4分
- \*阪急嵐山線「嵐山駅」から徒歩5分
- \*Tel 075(861)0012(嵐山保勝会)



### ライフ・イン京都のデータ ※ケアセンターの共用施設については省きます。

事業主体：社会福祉法人 京都社会事業財団  
敷地面積：14,216.87㎡ 事業主体所有  
建物延面積：22,200.88㎡ 事業主体所有  
居室数：一般居室(1DK～3LDK)全室個室77タイプ 226室(定員288名)  
介護居室(ワンルーム)全室個室3タイプ 82室(定員82名)  
居室面積：一般居室 31.19㎡～85.56㎡ 介護居室 15.71㎡～21.45㎡  
交通の便：阪急京都線桂駅から約2,200m(専用バス約15分)  
所在地：京都市西京区山田平尾町46番地の2  
開設：昭和61年11月 ライフ・イン京都(本館)竣工  
平成7年4月 ケアセンターこすもす竣工  
平成17年10月 ケアセンターひまわり竣工  
類型：介護付有料老人ホーム(一般型特定施設入居者生活介護)  
表示事項：①居住の権利形態：利用権方式 ②利用料支払方式：全額前払い方式  
③入居時の要件：入居時自立・要支援・要介護  
④介護保険：京都市指定介護保険特定施設(一般型特定施設)  
⑤介護居室区分：全室個室  
⑥一般型特定施設である有料老人ホームの介護にかかわる職員体制：2：1以上  
共用施設：ロビー、フロント、売店、集合郵便受け、多目的ホール、レストラン、シアタールーム、大浴場、応接会議室、カルチャー教室、デイルーム、談話室、アスレチックルーム(機能訓練室兼用)、ビューテラス、図書室、茶室、和室(3室)、アトリエA、アトリエB(プレイルーム兼用)、一人用介護浴室、来客用駐車場  
利用時に費用が必要となるもの：美容室(予約制)、体験入居室・ゲストルーム：[本館2室]体験入居室/ゲストルーム兼用/予約制 [ケアセンターひまわり1室]体験入居室/ゲストルーム兼用/予約制  
コインランドリーコーナー(2ヶ所・夫々洗濯機3台 乾燥機3台)  
利用契約及び利用料が必要となるもの：トランクルーム、駐車場

入居状況 2019年4月1日末現在	
一般居室	介護居室
190名	72名
(男性 49名 平均年齢 82.1歳) (女性 141名 平均年齢 85.2歳)	(男性 12名 平均年齢 90.0歳) (女性 60名 平均年齢 89.2歳)



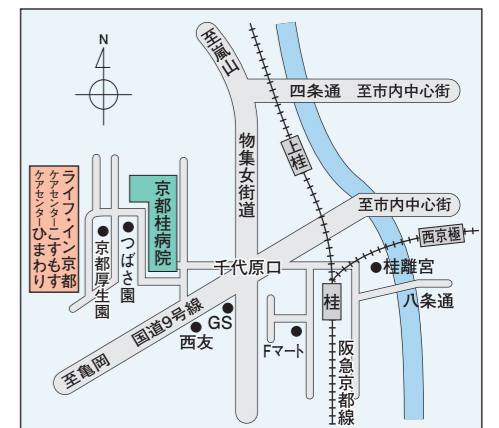
ライフ・イン京都



ケアセンターこすもす



ケアセンターひまわり

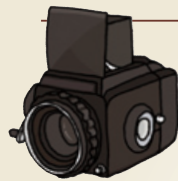


ご寄贈いただきました  
風景写真「命のかがやき」



ライフ・イン京都  
IFロビーに  
展示中

「命のかがやき」について



812号室 桐山 豊三郎

撮影場所は亀岡です。時期は秋、台風一過の翌日の夕方でした。真っ赤な太陽が一旦沈んだ後の小焼けの風景でした。青空に天高く舞い上がるこまかい雲と一本の木。感動的な風景でした。最適の撮影地点とシャッターチャンス求めて、田んぼの中を走り回って夢中でシャッターを押し続けたのを憶えています。

作品の題名は「蝉しぐれ」などの小説で有名な作家、藤沢周平の「三屋清左衛門残日録」から「日残りテ昏ルニ未ダ遠シ」などをヒントに「老いゆく日々の命のかがやき」と決めました。

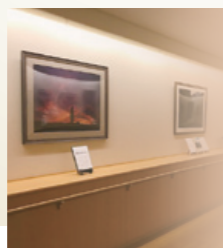
大判写真を撮り始めましたのは、20年ほど前、「日本大判写真家協会」に入会してからになります。「命のかがやき」では「奨励賞」をいただくことが出来ました。ちなみ



に、使用したカメラは「ハッセル・ブラッド」です。フィルムは60mm×60mm（小型プロローニー版）です。

余談で恐縮ですが、この時の撮影が終わった時は、すっかり日が暮れていて、真っ暗な田んぼの畦道を這うようにして帰ったのを憶えています。

この度はご高覧いただきまして、ありがとうございます。



この写真は、今年1月から3月末まで、京都桂病院A棟の画廊で展示させていただいた30点の中の一つです。この度、一階ロビーに展示させていただくことになりました。



2019年

2019(平成31)年度  
発令式



新人職員を  
迎えて

新しい顔ぶれが増えたことによって生まれる新しい風！ライフ・イン京都の成長の追い風にできるように、より一層の教育体制を築き今年も1年間進んで参ります。皆様、どうかあたたかい目で見守っていただければ幸いです。

入居推進室



しら いし たく ま  
白石 拓麻

出身地 大阪府高槻市  
趣味 バイク・自転車・スノーボード

自己紹介 学生の頃は100mを10秒50で駆け抜けていました。ライフ・イン京都では、お困りのご入居者の方の元々車・天の如く駆けつけます！よろしくお願致します。

事務部 総務課



せ がわ つよ し  
瀬川 剛史

出身地 神奈川県横浜市  
趣味 オンラインゲーム・海釣り

自己紹介 総務課で今年の2月から勤務しております。主に庶務的な事やパソコン関連の業務をさせていただいております。ご入居者の皆様とは接する機会は少ないとは思いますが、ライフ・イン京都で働く職員の縁の下の力持ちとなるよう精進していきたく思います。

生活支援相談室



おお つか ふみ や  
大塚 史弥

出身地 京都府宮津市  
趣味 野球観戦・野球・ソフトボール

自己紹介 野球を高校まで続けていたこともあり休日はソフトボールをしています。タイガースファンなので年に2、3回は甲子園へ行きます。丹後の宮津出身であり実家の目の前に海があり、夏にはBBQをすることが毎年の楽しみです。今まで福祉の現場で働いていたことを生かし笑顔で頑張ります。慣れるまでご迷惑をおかけすることもあると思いますがよろしくお願致します。

ケアセンター介護課



か とう りょう た  
加藤 凌大

出身地 京都府京田辺市  
趣味 野球・野球観戦

自己紹介 ケアセンター介護課に配属されました加藤です。趣味の野球は、小学生の頃から始めて今でも友人と集まって草野球の試合をしています。ひまわりにいるのであまり会う機会は少ないとは思いますが気軽に声をかけて頂ければ幸いです。

入居推進室



よこ やま かえで  
横山 楓

出身地 京都府京都市  
趣味 ショッピング

自己紹介 今年度4月から入居推進室に配属となりました横山と申します。一日でも早く、多くの事を学び、皆様に笑顔にできるよう、私自身笑顔を忘れずに成長したいと思います。初めての事が多く未熟な私ですが、精一杯頑張りますのでよろしくお願い致します。

ケアセンター看護課



ふじ わら ひろ み  
藤原 浩美

出身地 兵庫県養父市  
趣味 手芸

自己紹介 家庭の都合で4月より京都に引っ越しし、ライフ・イン京都でお世話になることになりました。「京都生活1年生」「ライフ1年生」です！頑張りますので御指導よろしくお願致します。休日には京都の「良いところ」「美味しいお店」などをたくさん発見したいと思います。



ケアセンターひまわり・ケアセンターこすもす

# ケアセンター便り

平成31年2月にご逝去された方の息子様より、お手紙をいただきました。11年前、ケアセンターひまわり4Fがオープンした頃にご入居された方です。病気による脳の変化からなかなか心を開いていただけなかったのですが、息子様はじめご家族の皆様のお母様をととても大切にされている思いを感じながら、職員は少しずつ信頼関係を築き上げ最期まで関わらせていただくことができました。ありがとうございました。

先日 九十歳誕生日目前の母が居室で静かに息をひきとりました。私たち家族も交代で面会に、ほぼ十年間通い、ひまわり四階の皆さんとのふれあい、ライフへの道筋の街並みにも思い出深く回想を言葉にしてみました。

母は脳梗塞で倒れ、病院退院後、自宅介護で半身不随、言語障害を患い性格も一変、この様な状態で、当初は入居を受けてもらえらるかどうかが微妙な状態でした。

母は住み慣れた家から離れたことがなく、身体の不自由の失意のなかだったのが相当抵抗があり、入居直後は家に帰りたいと連発して出てきて、近寄る相手を選別するようになり、介護士さんには随分迷惑をおかけしてしまいました。

それでもプロとしての介護士さん達の献身的かつフレンドリーなケアで、母はもろもろの事、戸惑う私たちにも励ましの言葉を頂き、入居されている皆さんの日々の生活を過ごし段々と慣れてきた母を見て、一安心しました事を思い出します。

中にはいい意味でため口で会話できる介護士さんも現れ、後半は家族より仲良くなった介護士さんと接する方が目が輝やいていて、ライフを「家」と称する本人の言葉もできて家族は安堵しました。

## お世話になった皆さんへ

実は正直なところ、当初家族は入居前には母を家から離すことに不安を抱いていました。しかしライフでは、介護士さんや入居者さんとの関わりあい、趣味や諸行事への参加などを通して、家で家族とだけ向き合う生活よりも、ずっと人間性や社会性を高めることができるのではという祈りに似た気持ちでいました。そしてその祈りがこのように実現しました。そのことを家族皆が実感出来嬉しく思っています。人間は一人では生きていけないのです。

しかし、それは老人ホームであればどこでも実現できることではなく、以下に書きましたような「人」たちがおられるライフ・イン京都だったからこそと考えています。

葬儀の際、沢山の介護士さんが涙ながらに母との思い出を語り下さりました。そんなことがあったのか、と、母の日常がありありと浮かんできて、改めてライフでの母の画像がわかりました。

その介護士さんたちの実像も、毎日克明に綴ってくださった「日々の様子」に浮き彫りになっていまして——例えば、どうしたらお薬をきちんと飲んでもらえるか、どうすれば栄養を保てるか、砕いたり、ゼリーにしたりなど日々の工夫と努力です。

介護士さんの母への思いは介護にてこずったがその接し方で随分

強くなったといわれる方から、根は憎めず明るく聡明、優しい方だったと語られる方まで、いろいろでしたが、居室を片付け、外に出していた母の枕など日常品を見て一人涙を流していただけた介護士さんもおられ、改めて母は皆さんに愛されていたのだと実感しました。母を取り巻く方々との醸成された絆が一番の癒し・安堵であったのです。当初、終末はライフで看取りということがピンと来ていなかった私たちは、亡くなる前は家に帰してやろうと思っていたのですが、それが家族の勝手なエゴであったということがわかりました。

介護の質とは、その技術や設備も大事ですが、より大切なことは介護する側とされる側の絆を如何に育めるかということだと思ひ至りました。葬儀も最期まで看取ってもらった方々に、ホームで心温まる想いをつまんだもので家族葬にとってもふさわしいと実感しました。豪華なホールでの葬儀は生前葬をやればいいのかと思ひます。

母のライフでの生活は、今後の私たちの老後の処し方を示唆してくれた十年間でした。

大変お世話になりました。ありがとうございました。

母にかわりお礼申し上げます。

平成三十一年二月二十三日  
松尾英子の家族一同

# 最近の主な出来事

EVENT REPORT

2019年1月～4月

### 新春互礼会

1月1日 参加者78名



平成最後の新年をご入居者の皆様の笑顔と共に迎えられました。

### 健康体操遠足(松尾大社)

1月9日 参加者16名



天候にも恵まれ約2.6kmの道のりを16名のご入居者と初詣に参りました。

### どんと焼き

1月17日 参加者35名



無病息災を願い今年1年の健康をお祈りしました。

### 新春クラシックコンサート

1月22日 参加者53名  
演奏者 亀山 薫氏(ピアノ) 大熊 勇希氏(チェロ)



ご入居者から人気の高いコンサートです。ピアノとチェロのアンサンブルがとても素敵なコンサートでした。

### 成年後見人制度セミナー

2月6日 参加者21名

「後見・相続等(終活)について」  
講師 松田 義浩氏(司法書士くむ総合事務所)



### ひな祭りの会

3月3日 参加者57名



今年もお雛様を囲み甘酒を召し上がって頂きました。

### 松陽合同防災会講演会

3月10日 入居者17名

「災害への備え」について  
～専門・認定看護師と一緒に考えてみませんか?～  
講師 京都病状院 堂園 けい子氏(在宅看護専門看護師) 居地 篤子氏(救急看護認定看護師)



地域の方々と共に、自助・公助・共助を再確認致しました。

### 健康長寿講演会

3月13日 参加者41名 みなさまにとって興味のある内容で活発にご質問も出ました。

#### 「お昼寝習慣と健康長寿」



講師 和田 泰三先生  
(たなか往診クリニック 副院長 兼 京都大学東南アジア地域研究研究所 連携准教授)

#### 「糖尿病と健康長寿」



講師 山本 直宗先生  
(藍野病院 地域連携センター長、中央診療部長、外務部長 藍野大学 健康保険医療学部 臨床教授)

### オペラアンサンブル

3月17日 参加者53名

ラ・ラ・ルー・チェ版  
～「コシ・ファン・トゥッテ」～  
(女はみなこうしたもの)

演者 男声: 高田 英生氏、六車 哲一氏、柴田 正次郎氏  
女声: 窪田 裕美氏、西岡 浩子氏、数田 華子氏、高田 保美氏(ピアノ)



モーツァルト4大オペラの一つと数えられる大オペラ。演奏時間が3時間を超える作品を40分に凝縮し披露いただきました。

### お花見の宴&尺八ライブ

4月3日 参加者29名  
演奏者 ジェシー 返盟氏(尺八) 茅原 瑠嵐氏(お琴)



気温が低く12本ある枝垂れ桜もまだ三分咲きでしたが、演奏を聞きながらひと時の安らぎを味わいました。尺八担当のジェシーさんは、なんととスイスの方です。



information  
お知らせ掲示板



※ 特別講演会 開催のお知らせ ※

『元号「令和」と長寿社会の在り方』

講演者 所 功 先生

新天皇が御即位され新時代「令和」が始まりました。

元号が変わる大きな節目を迎えて、皆様は何を想われますか？

さて、今回の改元に伴い、次のとおり特別講演会を開催いたします。

講演者として、皇室に関する著書も多く、皇室関連儀式にあたりNHKなどの報道特別番組などで解説を務める等、皇室史に造詣の深い、所 功先生をお招きします。

皆様お誘いあわせの上、多数ご参加下さいますようお願いしております。

日時 6月23日(日)  
午後2時～

場所 ライフ・イン京都  
2階多目的ホール

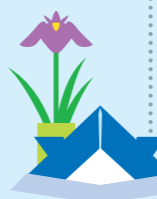


所 功 先生

昭和41(1966)年度から9年間、皇學館大學教員(助手・講師・助教授)。同50(1975)年度から6年間、文部省教科書調査官。同56(1981)年度から31年間、京都産業大学教授。平成24(2012)年度より京都産業大学名誉教授・モラロジー研究所教授、麗澤大学客員教授、皇學館大學特別招聘教授。著書に、『伊勢神宮』、『京都三大祭』、『歴代天皇の実像』、『象徴天皇「高齢譲位」の真相』、共著に『皇位継承』、『元号』など。



ご入居者のご家族より  
寄贈頂きました



大変立派で勇ましい五月人形です。毎年1階ロビーに飾らせて頂きます。誠に有難うございました。

入退去状況

●新しくご入居されました

【本館】

平成31年4月12日

四〇三号室 山下喜久子様

\*他1名の方がご入居されました\*

【ひまわり】

平成31年1月から4月まで

\*2名の方がご入居されました\*

●ご逝去のお知らせ

平成31年1月から4月までの間に、8名の方がお亡くなりになりました。謹んでご冥福をお祈り申し上げます。



フィールドワーカー石本の  
健康コラム

第24回

フィリピンの子ども支援

京都大学 東南アジア地域研究研究所 石本 恭子  
川崎医療福祉大学

2019年3月1日から5日まで川崎医療福祉大学と就実大学の学生さんたちとフィリピン共和国・ダバオ市に訪問し、小・中学生が通う私立学校で運動会を開催しました(写真1、2)。この訪問の主な目的は、学生が発展途上国の学齢期における子どもたちの健康(衛生・栄養状態、体力・運動能力などの生活習慣)について現状を知ること、海外で体育的課外活動を企画・実施および体験することにより、グローバルな視点での教育実践力を高めることです。つまり、学生はただ子どもと遊ぶだけでなく、学年に応じた競技種目を選択し、企画・運営すること、子どもたちと接する中で健康状態について考察しなければなりません。例えば、年齢が高くなるほど複雑なゲームになるように考えること、同

写真3 水の澄んでいるビーチ



写真1 開会式で日本のラジオ体操を行っている様子



写真2 赤組チームのメンバー

じ種目を繰り返す場合は、回数を重ねることに難しくし、子どもたちが飽きない工夫が必要となります。学生さんたちの工夫のおかげで、どの種目もとても盛り上がり、子どもたちも、先生もとても楽しそうでした。学生は子ども達との触れ合いを通じて、沢山の笑顔や元気をもらったようでした。

ダバオ市内では、体を動かす機会が少ないために、体力のない子や肥満の子の増加が問題となっており、このような背景もあり、体育授業の重要性が高まっているにも関わらず、日本のように体育授業の意義を十分に理解し子どもたちへ指導を行える教員が、フィリピンにいないことが課題です。訪問した学校では、日本人の本田沙織先生が4年もの間、体育教諭として指導を行われました。本田先生の熱心な指導は、体育授業の必要性・重要性そして楽しさをこの学校だけでなく、ダバオ市内にも広められたと、校長先生より伺いました。日本の体育授業のすばらしさを世界に広める本田さんの活動を見て、私も学生さんたちも感銘を受けました。

町の中心には、大きなショッピングモールがあり、ユニクロ、スターバックスコーヒー、日本食レストラン、高級ブランドのショップ、スーパーなど、そこに行けばなんでもあります。その日本と変わらない様子から発展しているように思われましたが、郊外にはトタンや、竹でできた家も多

Small Topic



フィリピンの竹

この竹の写真をみてください。この竹と、ライフ・イン京都の裏山にある竹と何か違いますか？良く見ると生え方が違います。フィリピンの竹は、根本から一つに纏まって生えます。新しい竹は根の外側に生えていきます。一方、日本の竹は地下茎が横に這って生え、竹と竹の間が空いて竹林になります。

く見られます。また菌ブラシを買う経済的余裕がない子どもも多くいる現状を聞き、格差を感じずにはいられていませんでした。帰国前には、舟に乗って美しいビーチに行き、みんなで海水浴をしました(写真3)。私は、生まれて初めてクラゲに刺されてしまい、かゆい思い出もできてしまいました。