

おお した かず ひこ

「大下一彦 施設長就任」

平成27年4月1日付けで、「大下一彦」が施設長に就任致しました。事務管理課主任・課長を経て神戸施設で15年。施設長の人柄をご入居者・職員に聞いてみました。

「入居者相談への絶大な信頼」

ご入居者のお悩みやお一人では解決できない問題を解決するために「ご入居者相談」という仕組みがあります。大下施設長は『ゆうゆうの里に入居してよかった!』と仰って頂きたい。だから何よりもご入居者相談を大事にしています。「主人が亡くなり手続きなどで途方に暮れていた時『大丈夫ですから一緒にやってみましょう』と励ましてくれて、きちんと済ませてくれました。心細かった時に本当に嬉しかった。この感謝の気持ちは一生忘れられません。」(入居者Y様)「体調の悪い妻を遺して、万が一自分が先に亡くなったら一体妻はどうなるのかと不安で夜も眠れませんでした。色々なパターンを具体的に説明してくれて、そんな方法があるのだと知りすごく安心できました。入居していて本当によかった。」(入居者T様)



施設長 大下一彦

「居るだけで安心」

いつも第一に入居者を思い、職員を思い、自分の事は後回し。面倒見の良い大下施設長は神戸〈ゆうゆうの里〉の皆にとってかけがえのない存在となっています。「入居の時、親身に相談に乗ってくれた。あれから早10年、今でも大下さんの顔を見るとホッとするのよ」(入居者O様)「どんな時も骨身を惜しまずに心から対応してくれて誠意を感じます」(入居者A様)「歴代施設長を全力で支えて来た人だから経験が違う。頼りになるわ。」(入居者T様)そして職員からは「入居者からお叱りを受けた時に、一緒に居室まで謝罪に行って下さった。すごく心強かった。」(職員H)「失敗した時に何も言わず盾になってくれたことは今でも忘れられません」(職員N)

「入居者から息子のように愛されている」

これだけ頼りにされている施設長ですが、親が息子を心配するような声もたくさんありました。「いつも食堂でちゃんと食事をとっているか皆で心配しているのよ。」(入居者S様)「応援してるからね。ゆっくり慣れられたら良いと思うわ。」(入居者S様)「頑張ってるけど、ちょっとは手を抜いても良いかな。」(入居者N様)「施設長になられたけど、親近感があるからいつまでも“大下さん”と呼びたい!皆で大下さんの成長を支えたい。」(入居者T様)「“できないことはできない”と言ってくれたら良い。できないことまで悩まなくていいよと言ってあげたい。」(入居者U様)こんなに温かいご入居者に支えて頂ける施設長は幸せです。

ゆうゆうBARでご入居者と
ジェスチャーゲーム

大下施設長より

情報量が驚くほど増え、日々決断する事案も多くなりました。それゆえ足踏みする時もありますが、そんな時ご入居者からの明るい挨拶や笑い声に背中を押されます。ありがたいことです。これからも、お一人おひとりに「入居してよかった」と仰って頂ける施設創りに努め、できる限りご入居者と共に過ごせる時間を作りたいと思っています。

「60代の今、穏やかな暮らしを手に入れて」

ないとう あけみ

内藤 明美 様 (67歳)

「母と娘の二人三脚の人生」



人生の大半を母とふたりで暮らしてきた。母は私を産んだ後、理由あって離婚。実家に帰った。祖父母はよくしてくれたが戻りは世間の目が冷たい時代で、母の兄弟や従妹からすれば私達は余計ものだった。従妹からこんなことを言われたと泣きながら訴えても、いつも母からは「ガマンしときや」が返ってきた。国鉄で働いていた母は、持っている服は1枚だけ。夜のうちに洗濯し、朝それを着て出かけていた。中学生になってから、母娘だけの二人暮らしを始めた。夕食の用意や家事は私の役。それぞれが忙しく殆ど会話もないが、不思議に寂しいとは思わなかった。

高校生のときのお小遣いはひと月500円。買いたい物も別になく、家事があるので寄り道もしない。少しずつ貯めていった。母が定年の頃私が働けるようになり、今度は母が家事の担当。「いつかきっと良いことがある」とずっと信じて、ふたりで助け合って暮らした。私が結婚したときは、母もとても喜んでくれた。しかし、夫がくも膜下出血で倒れ、結婚生活5年で他界、3人の生活から再び母娘ふたりの生活に戻った。その後母の胃ガン、私の甲状腺や椎間板ヘルニアの手術など闘病生活になり、頑張る日々がまた続いた。

「60代で入居を決断」



そんな時、大阪フェスタを知り気軽に参加してみた。初めて様々な施設があることを知り、説明を聞いているうちに「これは60代でも他人事ではないぞ」と焦ってきた。私は学級数が15クラスあった団塊の世代。絶えず競争だった。もし何年か先に入居するなら、自分が良いと思うところに入れたいのではないかと、また今の生活に車は必要だが、いつまで運転できるだろうかと、等々考えてしまった。施設に関する本をたくさん読み、見学する時のポイントも研究した。その結果、ここが大変気に入ってしっかり納得もできた。ひとりで生きていく私のことを母は大変心配していたので、母の入居と同時に私も入居することを決めた。

お揃いのコーディネートです

「今からもっと幸せに」

入居して一番良いことは、困った事があっても絶対だれかがいてくれること。人生で始めて人に頼れる安心を実感している。またアスレチックジムも気に入っているし、入居者みんなが同じ屋根の下にいるので話が合う。以前、私50歳、母80歳の時、思い切ってふたりで初の海外旅行に出かけた。それ以来オーストラリア、カナダ、ハワイ、ヨーロッパ等々毎年出かけ、来年はどこに行こうか、と楽しみになり生活の張りになっていた。旅行は大好き。荷物を詰める時からワクワクして、飛行機の離陸のときの引っ張られる感じも、入国した国の甘い匂いやほこりっぽい匂いなど想像するだけで嬉しくなる。今は留守の心配もないので、これから行けるだけ行こうと思っている。「いつかきっと良いことが」が本当になり、今、私が日々に感謝でき穏やかに暮らせていることを母も喜んでくれている。



いつも手をつないで



“いきいきライフ” 吹き矢サークル

スポーツ吹き矢サークルが2年目を迎えました。今回は、吹き矢を通して張りのある生活を楽しまれているご入居者の姿をご紹介します。

「スポーツ吹き矢ってどんなスポーツ？」

円形の的をめがけて「吹き矢」の名のとおり、息を使って筒から矢を放ちます。的の中心に近くなるほど点数は高くなり、1セット5本で点数を競います。一番大事なことは腹式呼吸を必ず使うこと。両手で筒を構え、息を吸い、的をねらい、一瞬で吹き、息を整えるまで、一連の流れを乱さず行います。「礼」に始まり「礼」で終わる吹き矢の作法が身についてくると、呼吸法も上達してきます。そうなると的までの距離が少しずつ遠くなり、段位もだんだん上がっていき、さらにおもしろくなってきます。



時には満点も出ます！

「続けて実感!効果に満足」

吹き矢をされている多くの方に嬉しい効果が表れています。

「ぜんそくも良くなったが、なにより姿勢が良くなった。姿勢が良くなると身体の調子が良くなり、調子が良くなると動きたくなる。気持ち良い循環作用が生まれてありがたいよ。(70代男性)」 「吹き矢は瞬間の集中力がとっても必要。エネルギーをすごく使う。だからサークルがあった日は爆睡。そして目覚めはスッキリ！(70代女性)」 また「吹き矢をする時、しっかり足を踏みしめて立てない時がある。“そういえば寝不足だったな”と気づかされる。身体のパロメーターになっているのよね。(70代女性)」 と、ご自分の健康管理にも役立っています。あるいは予想外の効果が得られた方々も少なくありません。「吹き矢を続けていると知らないうちに腹式呼吸がうまくなっていた。そのせいで、なんとカラオケが上手になった。声もよく出るようになってサークルでほめられたよ。(60代男性)」 「菊水山の山登りが、遂に1,000回達成！嬉しい。すごいでしょ。もっとすごいのが吹き矢を始めてから、気付いたら登るとき息切れをしなくなっていた。それがもっと嬉しい。(70代女性)」

「仲間とともに励み楽しむ」

スポーツ吹き矢は、ひとりひとりのペースでできる競技です。しかし、的を立てたり、用具をそろえたり、会場準備が必要です。準備も後片付けも全員で協力して手早く済ませます。また吹き矢をするには、ひとりが吹く度に筒を消毒しなくてはなりません。手が空いている人がその都度さりげなく筒を消毒して、次の人が使えるようにしています。良い点数がでた時は感嘆の声があがり、励みになります。仲間がいるから練習や競技がスムーズにいきます。個人競技ですが、仲間がいるからこそ楽しめるのが、スポーツ吹き矢の魅力です。



→
始まりは礼から



→
集中力を高めて



→
勝負をかける瞬



うまく当たったかな

時には、
公認指導員さんの
丁寧な指導もあります



←
筒の消毒が
一番大事



←
高得点には
思わず拍手が

● 見学会にお越しになりませんか ●

ホームってどんな所かな?友達同士で話題にはなるけど見学には勇気が…将来の検討だし。そんな方もお気軽に一度お越しになりませんか。見学会の1日をご紹介します。

農園

朝 各集合場所より、専用車で出発

施設ご案内



昼食例



11:00 ゆうゆうの里到着
施設長より神戸〈ゆうゆうの里〉概要説明

11:30 施設ご案内 第1部 (マンションタイプ居室・農園・大浴場等)

12:30 大食堂にて昼食

13:15 施設ご案内 第2部 (介護居室・プール・アスレチックジム等)

13:45 喫茶で休憩 (質疑応答・何でもお気軽にお聞きください)

14:30 アンケート記入

15:00 見学会終了
専用車で送りします



プール



アスレチックジム



介護居室

参加された 方の声



- 初めてのホーム見学でしたが、丁寧な説明で内容が良く分かりました。老後の不安が減少しました。
- 見学会に参加できて良かったです。これからの参考になります。食事も美味しかったです。
- 老人ホームの見学は初めてでした。色々と充実した設備や環境に満足しました。
- 親切に説明して頂いて良くわかりました。ご一緒に見学した方々のお話も参考になりました。
- 明るく開放的でした。心行き届く感じがしました。

見学会開催日

日程 平成27年 **11月17日(火)**
12月 3日(木)

集合 ●JR三ノ宮駅 中央改札口前…午前10時25分
●阪急西宮北口駅 南改札口前…午前 9時45分

参加費用 お一人様 1,000円(昼食付・税込)

定員 25名(予約制)

▼参加ご希望の方は下記フリーダイヤルまでお気軽にどうぞ！

フリーダイヤル **0120-658-870**

神戸〈ゆうゆうの里〉
事務管理課 募集担当