

「早期入居がおすすめです」

～早期入居のご入居者に聞きました～

神戸〈ゆうゆうの里〉には、“ご入居者が408名（H27.11.1現在）” いらっしゃいます。その中で“70歳以下で入居された方”は『170名』!! 全体の約40%です。今回は70歳以下で入居された方から無作為に抽出した13名にお話を伺いました。入居検討の参考にして頂ければ幸いです。

検討開始は現役時代から

7割の方が現役時代の検討開始と分かりました。「子供がいないので50代半ばから資料を集めたりして本格的に考え始めた。60歳の定年を迎えたらすぐ具体的に見学をスタートしたのよ」（O様）「50代で“介護離職”。大変苦労して父を看取った。僕自身は元気な時から看取りまでしてくれるホームに入りたいと思ったよ」（M様）また反対に、「子供に“介護離職”をさせることだけは絶対に嫌だった。ずっとお互いに自立して暮らしたいと考えていたのよね」（T様）

入居時期の決め方は？

ご検討者の方から「まだ元気で自宅で過ごせるから入居のタイミングが難しいね」との悩みをよくお聞きします。今回インタビューした皆様は、検討の過程で『できるだけ早く入りたい』と考えるようになったようです。「70歳前後と考えていたけどそこまで待っている理由もないし、見学を進める内に自宅のリフォームの時期になりあと数年住むだけの自宅にお金をかけるよりも“善は急げ”で良い所があれば年齢関係なく早く入りたいなと思い始めたよ」（O様夫妻64歳・60歳で入居）、「いつどんな事で状況が変わるかわからないので早く入居する事が最善だと思った。団塊の世代なので良いものはすぐに無くなるという焦りもあって。見学会に参加した後、待機登録をして1年半で入居したわ」（T様夫妻65歳66歳で入居）。「できるだけ早く安心を手に入れて暮らしたかった。入居後8年は里から仕事に行っていたよ」（K様65歳で入居）

早期入居してよかったことは？

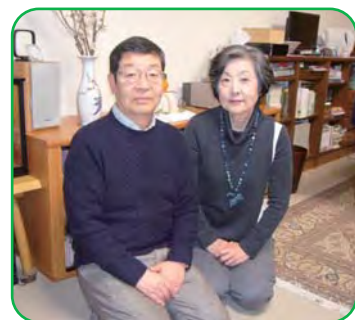
振り返ってみると、「早めに入ってよかった」と思うことが色々あったそうです。

第1に入居後の人生を満喫している姿が伝わってきます。「自分の好きなことをして生き生きと暮らせる期間が長いわよね」（A様）「グランドピアノを思い切り弾いたり、カラオケ・食堂等の共用部分を存分に利用しています」（M様）「鍵一つで旅行に行ける気楽さ。留守宅の心配もないしね!」（K様）

第2に『安心』を得たこと。「絶対的な安心感!! 膝が外れて急にたてなくなった時も、看護師がすぐに来てくれた。自分達だけではどうしようもない時でも職員に相談すれば何とかしてもらえるのよね」（T様）「1週間ほど寝込んだ時も診療所までの送迎、食事配膳、朝夕と看護師が様子伺いに来てくれた事がどれだけ精神的に助けられたことか」（A様）

第3に、気力体力があるうちに老後の準備ができたことです。「今から思えば、頭がしっかりしている時に自分達の気に入ったホームを選んで入居できた。里を選んでよかったと思っているよ」（K様）「“どこのホームが良いのか”的確に判断ができる内に決めてよかった」（O様）

「荷物整理が割り切ってきた。沢山処分したけど“無くて何とかなるな”と実感してるの」（T様）「荷物処分が本当に大変だった。あの若さだったからできたと思う」（O様） ※現在、入居時年齢条件は65才以上です



T様ご夫妻
「すっきり快適に暮らしています」

「悔いのない人生の秘訣は その都度の『決断』にあり」

いけだ きくお
池田 規久夫 様

「若くしての挫折、妻との出会い」

一応裕福な家庭で育ち、国立大学を卒業後、工場に勤務、と順風満帆な人生でした。しかし20代の半ばに胸をやられ咯血してしまい、仕事を辞め入院生活をせざるをえなくなりました。当時は不況で賃金も3回に分けて支払われる世情、回復しても、胸を患って1年以上も療養した者が就職することは大変難しいことでした。そんな時支えてくれたのは家内です。家内とは毎週土曜日、御影の知人宅で開かれるダンスパーティで知り合いました。10歳上で、よく言うフィーリングが合い（実はひと目ぼれ）、だんだんパーティ以外でも会うようになっていきました。家内の存在が大きくなりいざ結婚、となった時、身内は猛反対。また家内は、跡継ぎがない自分の母方の姓を名乗ることになっていましたので、悩んだ末、ふたりで暮らすために家を出、私は姓を変えることを決めました。暑い夏の日、平安神宮で家内と挙げた式のことはいまでもよく覚えています。



「夫婦で決断、バーテンダーへの道」

私の体調が落ち着いた時夫婦で真剣に話し合い、思い切って、当時大流行のハイボールスタンドを開くことを決めました。私は30歳でした。バーテンダースクールにふたりで通い、プロを目指し一生懸命勉強しました。このころは家庭でお酒を楽しむという習慣は少なく、特にクリスマスなど、男性諸氏がBARで飲んだ後サンタ帽をかぶって、クリスマスケーキ片手にほろ酔い気分でご帰宅・・・という時代。BARを始めてから1～2年はとにかく忙しくひたすら働きました。政治、芸術、恋愛の話など、サラリーマンや学生が集まり、大変活気がある店でした。

そんな時残念にも、2度目の咯血がありました。医者から、一か八か試してみないか、という薬の相談があり投薬したところ、運良くそれが効いて命拾い。胸の病は完治しました。再び、仕事に戻れるようになり、ありがたいことでした。

「里で30年、思い出の詰まった人生そのもの」

50代の終わりの頃、店の近くにゆうゆうの里の開設事務所ができました。私達夫婦には子供がいなかったので、以前からホームの入居は頭の片隅に置いていました。自宅近くの守口、宝塚の施設の他、評判が良いという熱海にまで見学に行きました。「今、通勤できる所」「将来的に環境の良い所」を考えた末、ここに決めました。老人ホームは一般的に暗く寂しいイメージとされていたので、周りから「そんな所に入らなくても」とあまり喜ばしくない言い方をされました。

入居したときはまだ入居者が100人ぐらいで、全員の顔と名前はみんなが知っていて、まさに大きな大家族の大きな団らんのようなものでした。皆で今から立ち上げよう、自分達がここを創って行くんだという意気込みに溢れていました。また勤めている人も多く、ご多分にもれず私も仕事を続け、毎晩帰宅は午前1時で

でしたが、入居後17年間75歳まで梅田まで通いました。

入居して30年が経った今、同年代のみんなはそれぞれ良い歳の取り方をし、また当然のことながら変化もありました。私も家内が亡くなり今は一人暮らしです。宵っ張りの習慣は抜けず朝はガウン姿でゆっくり過ごし、午後は喫茶でコーヒーを嗜んだり散歩を楽しんだり。アスレチックジムや趣味も続けています。自分なりのペースで過ごせていて居心地は大変良い。30年前、ここに入居しようと決めた選択は正解だったなあ、と思っています。



趣味のひとつのランプ。
熟練の手さばきです！

“いきいきライフ” 喫茶「みち草」で交流を楽しむ

25年前、ケアセンター2階に喫茶コーナーが誕生し、当時のご入居者により「みち草」と命名されました。今では、ひと月の利用延べ人数1,300人、すっかり定着しています。利用されている方々にその良さを聞きました。



「おしゃべりこそ大切なもの」

「みち草」利用者の方から多く上がったのは、おしゃべりの大切さです。「みち草」は、その期待に応えてくれる場所としても最高です。

コーヒーカップを両手で包みながらのK様（女性80代）は「部屋にいるとひとりでしょ。誰かとしゃべりたいと思ったらすぐ喫茶に来るの。それが一番よ」そして「そうそう、私は週に1度は必ず来るわ。どうしてもよいような他愛のない話をするのがとても嬉しい

のよ」と言われるT様（女性80代）は、紅茶党。またK様（男性80代）は「まわりのおしゃべりがおもしろいんだ。聞いていて楽しい。帰りがけに、楽しい話をありがとう、とお礼を言う時もあるんだよ」そしてカウンターがお気に入りのF様（男性80代）は「ここにいると周りの声が聞こえるので寂しくもなく、かといってうるさくもない。ひとりじゃないんだなあという、ひとりの空間がとても気に入っている」とのこと。

「みち草」にはあちこちでおしゃべりの花が咲いています。

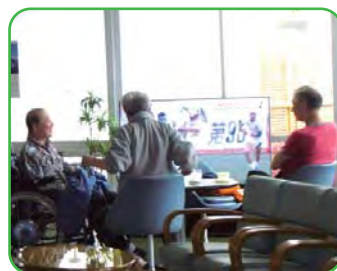


パノラマを背景に時間は
ゆっくり流れます

「待ち合わせに最適な場所」

誰かと会う約束をするときは、わかりやすく、そして座って待てる場所を選びたいものです。その条件にぴったりの「みち草」には、日々たくさんの出会いがあります。「喫茶でね、と言えば間違いなく会える。相手が少し遅れていたとき、喫茶の職員が相手の部屋に確認の電話をしてくれたの。安心して待てたわ」。とI様（女性80代）はにっこり。

ご夫婦で入居のT様（女性70代）は「友人と趣味を楽しむとき喫茶で待ち合わせするの。広い場所があるので、喫茶の大きいテーブルが重宝する。自分の部屋だと片付けないとならないし、友人も気兼ねするでしょ。ここならすぐ作業ができるし、ひと段落のコーヒーもおいしいね」M様（男性70代）は「ケア棟に移った友人と、喫茶で会う約束をよくする。友人は車椅子だが、ここは来やすい場所にあるし、コーヒー一杯でも時間を気にせずゆっくり話せる。お互い楽しい時間になっている」思いをめぐらせ待つ時間も、心躍るひとときです。



我ら60代、会話が弾みます

「誰もが常連の気分になれる」

気軽に立ち寄ったとき、すぐ名前を呼んで笑顔で挨拶してくれる。その一瞬で、たちまちくつろげるのが「みち草」の魅力です。

「僕がコーヒーに砂糖かミルクか、その都度どちらかし入れないことを、職員はちゃんと知ってくれている。嬉しいよね」と入居1年目のF様（男性80代）。「美容院に行った後立ち寄ったらすぐ職員が、似合いますね、と気づいてくれる。また、私の趣味も知っていて、会話をその方向に持っていつてくれる。顔見知り以上よね」とこちらは入居30年のK様（女性80代）。「高くて大きい窓の外に広がっている景色があるだけで、ゆったりできる。窓に近い席に座り、お気に入りの本とコーヒーでゆっくり過ごすのが大好き」M様（女性60代）のカバンにはいつも数冊、本が入っています。暖かい陽ざしとともに、暖かい日々の時間も流れている喫茶です。

「みち草」を担当している職員です。勤続年数は全員15～25年、ベテランの域に入っています。感謝・笑顔・聞き上手を目標に、楽しく仕事をしています。



喫茶担当職員

西田

岩城

辰井

小林

「見学に行くのは **まだ早い**」ではなく 「見学に行くのは **元気な時に**」

神戸<ゆうゆうの里>って

- どんな場所にあるの？交通の便は？
- 雰囲気は明るい？元気な感じはする？
- 入居している人の年齢は何歳ぐらい？
- 設備は整っているの？
- 食べるところはあるの？自炊はできる？
- 費用はどれぐらいいるの？

などなど **いろんなことが疑問だらけ**なのは当然まえです。

そこで！一度、ご見学はいかがでしょうか。

しっかり見て、聞いて、考えることができる**元気な時こそ**、まさに**見学の時**です。

今年は366日。その内の一日を、「見学の日」にしてみませんか。



里の花もお楽しみください⇒

見学会開催日

日程 平成28年 2月10日(水)・25日(木)
3月 4日(金)・23日(水)

集合 ●JR三ノ宮駅 中央改札口前…午前10時25分

参加費用 お一人様 1,000円(昼食付・税込)
※直接神戸<ゆうゆうの里>へお越しの方は500円です

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