

## 「自立期でも支援が必要な時ってあるんです」

くゆうの里には、終身にわたる安心の介護支援体制はもちろん、お元気なご入居者の『いざ』という時にも頼れる支援サービスがあります。

### いざという時の支援とは

どんなにお元気な方であっても、風邪を引いたり、怪我をしたり、あるいは入院したりすることがあります。そのような時にくゆうの里は、ご入居者をお守りし、早く快復するように必要な援助や生活支援サービスを提供しています。このサービスはいつでも必要な時に受ける事ができます。費用は入居金に含まれていますので都度払いの必要はございません。では、どんな時にどんな支援サービスが受けられるのかご紹介します。

### 【急変時】

体調に異変を感じた場合には、すぐに緊急コールを押してください。また居室の電話の受話器をはずすだけで、自動的にセンターにつながり異常を知らせます。いつでもスタッフが駆け付け、診療所への搬送、必要な時には救急車の手配・付添いを行っています。

### 【怪我・病気の時】

風邪を引いて寝込むと気弱になってしまいます。そんな時は毎日看護師やスタッフが訪室し心身のケアを行い、『通院付添い』や『食事配膳』、掃除洗濯などの『家事援助』、『買物代行』を行い、安心してゆっくりと静養して頂ける様に皆様に寄り添っています。

### 【入院】

入院が決まったらまずご相談下さい。入院準備のお手伝いや、入退院時の付添いを行っています。入院費用の立替払いも可能です。退院前には居室清掃も行っています。

入院中は病気に対する不安・治療法や治療（手術）に伴う辛さがあります。私達は毎週お見舞いに伺います。不安な事があれば遠慮なくお話し下さい。また洗濯物や買物などのご要望も承っています。

### ご入居者の声

#### 【命拾いました】

3年前、夜中に目が覚め意識が朦朧として身体の異変を感じてスタッフに連絡。すぐに当直医に診察してもらってそのまま救急搬送。結果的に心臓発作で、そのまま入院してペースメーカーを入れたんだ。入院中も色々な職員がお見舞いに来てくれて、今でも誰が来てくれたか覚えているよ。退院後も回復するまで家事をしてもらって本当に助かった。あの時入居していなかったらこの世にはいないかもしれないと今でも思うよ。(K様)

#### 【一人暮らしでも心強い】

ある日、メニエールが突然再発。コールを押すとすぐに職員が駆け付けてくれて、診療所で点滴をして落ち着きました。「めまいが起こったら24時間いつでも対応します」と言ってもらってとっても心強いわ。体調の悪い時スタッフの皆が気にかけてくれるし、食事の心配もしなくて良いし、入居していて本当に安心よ。(H様)



お元気な時から支えています！  
(生活サービス課スタッフ)

## フル回転の人生 これからは自分らしく楽しんで

### 【常連に愛された店】

肉料理中心の飲食店を33年間続けた。車は維持費がかかるので持たず、ミニバイクに毎日山のような食材を積んで仕入れをした。また宣伝費も一切なし。その分価格を下げお客に喜んでもらいたかった。閉店後でもお客がシャッターをコンコンと叩いたり、休みでも電話で頼まれたりすると店を開けた。お客を第一に考え、1年365日のうち400日働いた。その結果口コミで評判が広がり、始めの13年間は一見さん相手だったが、その後の20年は予約客だけでやっていけた。店は順調だったが、突然54歳の時心臓の手術を受けることになり3ヵ月休業することになってしまった。予約を断るお詫びの電話の数も多く大変だったがそのうち、いつ店を再開するのかという問い合わせもくるようになった。無事仕事に戻ってから店も賑わい、来店したお客は帰る時、次の予約を入れてくれる。そうして60過ぎまで働き詰めだったが、本当にお客があってこそ仕事ができたと思っている。

### 【人生を引き受ける約束】

「Y子さんの人生を引き受けました」と彼女の両親に約束したので、彼女の人生の最後まできちんとレールを敷くのが自分の役目だと思っている。彼女は若くして結婚したので、自営業の店の中の世間しか知らない。大変な時は自分が矢面に立ち守ろうと決めている。もちろん、彼女も私の支えになってくれている。私を頼ってくれているからこそ頑張ってもらった。結婚生活は45年になるがずっと一緒に働いていたので、結婚生活＝仕事の時間だった。約10年前今までの感謝をこめて、ずっと借家住まいだった彼女に一軒家をプレゼントした。少しは彼女を幸せにできたかなと思っている。

### 【父を守りきった介護】

店をやめてひと段落、と思った矢先、父を引き取り介護することになった。自宅の2階を父の部屋にし、夫婦での介護生活が始まった。食事を食べてくれない、機嫌が悪い、など日々の状態の変化に加え、父はデイサービスなどの外出は好きではなかった。自分達の時間もなくなり朝も夜もない生活、介護にあけくれる毎日が続いた。心身共にふたりとも疲れ切ってしまうことが、そんなとき自然にお互いの身体を気遣っていることに気がついた。またヘルパーさんや近所の人達の助けも身に染みた。父は「死」というものを自分の身をもってみせてくれた。人間の終末を教えてくれたことは、我々子供に対する最後の贈り物だったと今では感謝している。

### 【これからの抱負と楽しみ】

今までは「家族やスタッフが路頭に迷わないように」がいつも頭の中を占めていた。また商売は、自分より他人を大切にこそ成り立つもの。そう信じて働いてきた。だからこれからは自分を大切にしていきたい。15年続けている熱帯海水魚の趣味も存分に楽しみたい。海水濃度の測定など管理が難しいからこそ楽しい。また、魚の新しい飼育方法が見つかるかもしれないと思うとワクワクする。空手も好きで毎日50回の腕立て伏せも続けたいし、書も深めたい。理想は晴耕雨読の暮らし。ここならそれができる。プライベートの時間がないほど働いてくれたY子も、8年前から短歌を習い楽しんでいる。自分の気持ちを表すことができ、調べが気に入っているらしい。ここに「入居した」ということはY子の人生のレールもきちんと敷いたということだと思っている。夫婦ふたり、これからここで「頑張らない」を目標に好きなことを長く楽しんでいこうと思っている。



海水魚の本格的な水槽



# “いきいきライフ” 自然を味わって暮らす醍醐味

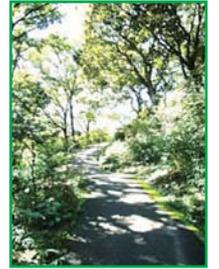
神戸施設では、見えるもの、聞こえるもの全てから自然の豊かさが伝わってきます。この自然はご入居者の暮らしぶりだけではなく、時々のお気持ちにも寄り添ってくれます。今回はその自然を満喫されているご入居者の様子をご紹介します。



ジョウビタキ

## 「自然の恩恵に感謝」

ご入居者はそれぞれのライフスタイルに合わせて、里の自然の恵みを感じています。ウォーキングを楽しむため、とことん元気でいたいK様「ここはどこでも緑が目飛び込んでくる。これだけの緑があると空気もおいしい。おいしい空気を吸ってもっと元気になりたいと思い、50年以上続けていたタバコをきっぱりやめたよ」ロマンチックなS様は月の満ち欠けの変化が大好きです。「夜、廊下を歩いていると窓の外の木々の上に月が見える。眉月の繊細な形がくっきりと見ると気持ちもしゃきっとして、明日も元気で過ごせそう、と励まされるわ」K様は、自然こそが師匠、と言われます。「写真や俳句の題材を見つけるには『感動』がいるの。空や風や草花など毎日変化している題材がすぐ近くにある。その変化が感動を与えてくれている。それに気づくのが楽しい修行よ」と。里の自然はご入居者の元気の源です。



遊歩道の木漏れ日

## 「自然好きの自分を再発見」

自然につつまれたこの環境だからこそ、新しい自分を見つけられた方もいます。都会で育ち都会で暮らしてきたY様は「鳥といえば雀かカラスしか知らなかった。だから全く興味もなかったけれど、ここにきて鳥の種類の多さにびっくりした。また鳥の声で朝を迎える度にさわやかな気持ちになり、良い事がありそうって思う。さえずりが聞こえない日は物足りない気持ちになるぐらい、今ではほんとに鳥が好き。」今まで海が見えるところにしか住んだことがなかったH様は「ここは海は見えどちらかと言うと山。周りは緑だらけ。今までと全く違う環境だけれど、住んでみると自分がこんなに落ち着くとは思わなかった。また『もう紫陽花の芽が出ている。そろそろ春も終わりかな』と植物を通して四季を感じるようになったことにも自分自身驚いている。」



## 『自然講習会』が、人と自然を近づけます！



神戸＜ゆうゆうの里＞では「ご入居者の皆様に里内の自然を身体で感じ興味をもっていただきたい」との思いから2009年より、年に数回インストラクターを招いて「自然講習会」を催しています。身近な自然の奥深さを知ることができ、また新しい楽しみも見つかります。A様は遊歩道の植物について名前の由来や特長など、ひとつひとつ教わる度、書きとめています。「これだけ教えてもらおうと、なんでもなかった木が特別な木になる。特別になると愛着がわく。愛着がある草木が増えるとますます自然が好きになる。好きになるとまた興味がわく。この良い循環作用がある」そうです。少し人見知りのM様はコケ玉づくりに参加されました。「コケ玉は一度つくると続けて育てていけるので気に入った。次々と増やしていきたい。また参加した人と自然に話が弾んで親しくなれた。趣味が同じ友人ができて嬉しい。」と、皆様、講習会を毎回楽しみにされています。



草花の見分け方も教わります



メモはすばやく

# おまたせしました!!

## 「施設内遊歩道・周辺マップ」リニューアル

表面は【施設内遊歩道マップ】・裏面は、ご要望の多かった【周辺マップ】です。近隣はもちろん、西鈴蘭台駅前についてはスーパーや病院が特に詳しく掲載されています。お客様からは“そうそう言うのがほしかったの!!”“この地図を見ながらスーパーまで行ってきたよ!!”“思っていたより駅まで近くて便利な所なのね”と、ご好評を頂いております。送付をご希望の方は、フリーダイヤルまでお気軽にお電話下さい。



### 施設内遊歩道マップ

環境抜群のゆうゆうの里。  
13,700坪の敷地内で、四季を感じながらお散歩を楽しめます。

### 周辺マップ

スーパーや病院、郵便局、飲食店などご入居者がよく利用されている場所を掲載しています。



## 見学会開催日

**日程** 平成28年 8月22日(月)  
9月 7日(水)・29日(木)

**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)

**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

