

シンフォニー稲佐の森 だより

2018
12月
第55号



今月のヒトコト フタコト ミコト

1. 12月になると街はクリスマスムード一色。クリスマスプレゼントは何にしようか、クリスマスパーティーでは何を食べようか、クリスマスは誰とどこで過ごすかなど、現代の日本では子どもや若者だけでなく年配の方々にとってもかなり身近なものになっています。皆さんご存知だと思いますがクリスマスはキリスト教の救世主イエスの降誕を祝うお祭りです。
2. 長崎はキリスト教との縁が深い土地です。町の発展のきっかけは戦国時代のキリスト教(カトリック)の伝来であり、江戸時代に引き起こされたキリシタンの弾圧・潜伏という影の対極として出島貿易による長崎の独特な文化の形成があり、幕末の開港後には欧米からの産業技術や資本とともにクリスマスをはじめとした多くの文化的風習、生活習慣、教育・思想などが長崎を玄関口にして近代日本にもたらされました。
3. このように歴史において長崎は日本をリードする役割を長い期間担ってきました。平成最後の年の瀬を迎えたとあつと数ヶ月で新しい御代となります。時代とともに物事は変化していきます。シンフォニー稲佐の森は福祉文化の創造という理念のもと、新しい技術や文化を取り入れながら皆さんと一緒に福祉のまちづくりを進めます！



気になるニュース

地域支援の在り方 巡りシンポ
認知症でできることは

第68回長崎市民生委員・児童委員大会が7日、同市茂里町の長崎プリックホールで開かれ、ケアマネジャーや民生委員ら5人が認知症を巡るシンポジウムに登壇し、地域における支援の在り方について意見を述べた。シンポのテーマは「地域で支える認知症〜私たちができること〜」(中略)

市介護支援専門員連絡協議会の大町由里会長は、10年前に出会ったアルツハイマー型認知症の妻を介護する男性の「困っている人を助けるのが人間。人として当たり前のこと」という言葉に言及。認知症に対する地域での支援について「関わる必要性を周囲の人が感じること、関わる人が関わることで大」と強調した。(後略)

皆さんは「民生委員・児童委員」の方々をご存知でしょうか。『民生委員は、厚生労働大臣から委嘱され、それぞれの地域において、常に住民の立場に立って相談に応じ、必要な援助を行い、社会福祉の増進に努める方々であり、「児童委員」を兼ねています。児童委員は、地域の子どもたちが元気に安心して暮らせるように、子どもたちを見守り、子育ての不安や妊娠中の心配ごとなどの相談・支援等を行います。(長崎県ウェブサイトより)』

長崎県には約3,600名の民生委員・児童委員さんがおられます。老若男女、全ての住民を対象に無償で活動されており、超高齢社会の一側面である認知症に対しても支援の一端を担ってくださっています。

大変難しい役割であり、各方面の専門家や地域の皆さんの協力が必要になる活動です。記事にもあるように一人ひとりが関わりを持つことが認知症予防にも安心できるまちづくりにも大事になります。シンフォニー稲佐の森も地域の関わりが広がっていくようなアクションを仕掛けていきますね！

介護のしくみと情報

相談員・介護支援専門員 宮川典章

Q.「まだ介護が必要な状態ではないけれど、今後の生活や健康のことが気になります。そのような不安や悩みがあるときはどこに相談をしたらいいのでしょうか？」
A.「各地区の地域包括支援センターで専門スタッフが相談を受け付けています」



- 地域包括支援センターの主な業務**
- 高齢者や家族、地域住民からの相談への対応、支援
 - 介護予防ケアプランの作成、介護予防事業のマネジメント
 - ケアマネジャーへの支援やネットワークづくり
 - 高齢者に対する虐待の防止やその他の権利の擁護事業
- 地域包括支援センターのスタッフと役割**
- ・社会福祉士(高齢者の権利擁護に関する相談など)
 - ・保健師(介護予防ケアプランの作成や介護予防指導など)
 - ・主任ケアマネジャー(事業者やケアマネジャーの指導など)

体操のススメ「脳トレじゃんけん！」

健康運動指導士 山本久美子

脳は年齢とともに衰えていき、人の名前が出てこなかったり、やろうと思っていたことを忘れたりとうまく機能しなくなっていきます。しかし脳も身体と同じように、一生鍛えることができるのです=脳トレ。また身体と同じで一つの方法だけで鍛えていても機能に偏りが出てしまいますので普段と違った刺激を与えることが大切です！今回はちょっと難しめのじゃんけん問題。よく考えてチャレンジしてみましょう！

- 【問題】**
- ① グー と パー に 勝たない じゃんけんは？
 - ② グー と チョキ に 勝たない じゃんけんは？
 - ③ チョキ と グー に 負け じゃんけんは？
 - ④ グー と チョキ に 引き分け じゃんけんは？
 - ⑤ チョキ に 勝たず に グー に 負け じゃんけんは？
 - ⑥ パー に 負けず に グー に 勝たない じゃんけんは？
 - ⑦ チョキ に 勝たず に グー に 負け じゃんけんは？
 - ⑧ グー に 負けず に パー に 引き分け じゃんけんは？

「脳トレ」のポイント
※「ちょっと難易度があるもの」にチャレンジする！
※頭と体を一緒に使うような課題に取り組む！
※日頃からの好奇心、ワクワクする刺激を大切に！
※間違えても、できなくてもクヨクヨしない！

【答(こたえ)】

- ① パー
- ② グー
- ③ グー
- ④ チョキ
- ⑤ パー
- ⑥ チョキ
- ⑦ チョキ
- ⑧ グー

シンフォニー稲佐の森の中にあるWACセンターでは、Well Aging Community (WAC: 高齢者が安心して、生きがいを持って暮らせるまちづくり)を推進しています。地域で活動されている団体様をお手伝いできることがあればご相談ください。出張介護教室などを地域の皆様と一緒に実施していきたいと考えています。【問い合わせ: 稲佐の森連携室 Tel. 862-1732まで】



ケアハウスは老舗料亭を...

前月号でご紹介した「シオンベン坂」の記事、結構衝撃的だったでしょうか？ 長崎で育った若者でも知らない方が多かったようです。もし現場を見て、「へー」と唸ってくださった方がいたら幸いです(*^^*)

さて、今月は、ケアハウスに着目してみます。和・華・蘭の「和」を担当するケアハウスは、唐人門の右隣(北側)に位置し、「ザ! 和風」を醸し出している長崎の老舗料亭をモチーフにしています。外観は「和」の味わいを取り入れ、瓦の屋根と塗りの壁が印象的です。

1階の玄関口、入ってくる皆さんをお迎えするエントランスホールの天井は格子が張り巡らされた往時



格天井(ごうてんじょう)のホールの格式高い造りの格天井はになっています。



落ち着いた和室風個室

壁は砂壁風。また、各フロアの天井や照明等も和風の設えになっており、「蘭」の仕上げのシンフォニー稲佐の森Ⅱ等のそれとは異なっています。随所に散りばめられた和の雰囲気、改めて味わってみてください。

それでは、また!

(案内役: 峰松)



ミナサン、ハジメマシテ!

Tôi rất vui được gặp bạn. **362人**。この数字は先月号の本コーナーで皆様にお伝えした、平成30年10月時点でのシンフォニー稲佐の森全体の職員数です。出産・育児に伴う休暇の取得や復職、年度途中の職員採用等でその総数や採用職種に変化があります。そういったなか、今回、皆さんに紹介したい新しい職員さんがいます。この秋から介護補助員(アルバイト職員)として働いてくださっている**外国出身の3人**です。

ベトナム(Việt Nam)出身の**ウエン**(Uyên)さんと**ヒイウ**(Hiều)さんは、来日から4カ月ほどしか経っておらず、現在は市内の日本語専門

学校で日本語の勉強に励んでいるそうです。授業が終わった後に業務に入ってくれているのですが、疲れを見せることなく**一所懸命に働く姿と明るく若々しい笑顔**に利用者さんも職員も元気を分けてもらっています。

世界で最も高い山チョモランマで有名な**ネパール**(ネपाल)出身の**ドゥルガ**(दुर्गा)さんは4年ほど前に来日されているので日本語はかなり流暢、**朗らかな振る舞いとオリエンタルな美しい笑顔**で施設内に素敵な雰囲気をつくってくれています。

3人ともとても若く、**介護のいろは**を学ぶために祖国から遠く離れた日本を選ばれたそうです。3人のおかげでシンフォニー稲佐の森は**世界につながることができました!**

皆さん、どうぞよろしくお願いたします。



ウエンさん (シンフォニー稲佐の森)

ヒイウさん (シンフォニー稲佐の森Ⅱ)

ドゥルガさん (鶴舞苑Ⅱ)

【イベント報告】

2018 稲森祭

平成30年11月4日(日)シンフォニー稲佐の森の全体イベントである**稲森祭**を開催しました。豪華賞品が揃った**福引き抽選会**、利用者様の笑顔を集めた**スマイルフォトコンテスト**、各施設が提供する**フードコーナー**、理学療法士等による**福祉用具相談コーナー**と**リハビリ体験コーナー**などで賑わいました。昔懐かしの**チンドン屋さん**(河内家さん)、生演奏の音色が響いた**吹奏楽団**(ナガサキ・ウインド・オーケストラさん)、ルーズな雰囲気心地よい**レゲエライブ**(IRIE・TELLさん)、出場者と応援・観覧者ともに盛り上がった**稲佐の森クイズ王決定戦**。秋晴れにも恵まれた、最高の稲森祭でした!



大いに盛り上がったクイズ大会! 優勝はケアハウスチーム!

【イベント告知】

瑞宝太鼓

12月9日(日) 感動すること間違いなし!



12月9日(日) 13時半開場 14時開演
シンフォニー稲佐の森Ⅱ 6F・レクリエーションホール

お申込み ☎862-1732

和太鼓と出会って人生が変わった”



世界各地のクリスマス・スタイル



世界各国の年中行事となっているクリスマスは、その地域の気候や風習、クリスマスが広まった経緯などによってそのスタイルは様々なようです。

『雪の降る夜に**赤い服**を着た**サンタクロース**が、トナカイのそりに乗ってやってくる』というのが、多くの日本人が持つイメージではないでしょうか。ところが南半球のオーストラリアや常夏の島ハワイなどでは12月に雪が降ることもないので『**半袖・半ズボン姿のサンタ**が**サーフボード**に乗ってやってくる』というのが一般的なんだそうです。

日本ではクリスマスの前夜を恋人同士で過ごすという風習が出来上がっていますが、これはクリスマス家族で過ごす欧米の人達からすると『**アンビリバブル!**信じられな〜い!』ことなんだそうです。クリスマスに**フライドチキン**を食べるとい風習も

日本独特のスタイルだということです。

ところで、『**阿蘭陀冬至**(おらんだとうじ)』という言葉をご存知ですか。江戸時代にキリスト教禁教令が出されていた**鎖国時代**、出島に滞在していた**オランダ人**たちは、キリスト教の行事である**クリスマス**を表だてて祝うことができなかつたため時期の近い**冬至**のお祝いに見せかけて、密かに**クリスマス**を祝っていたそうです。**阿蘭陀冬至**これには当時の役人たちもすっかり騙されていたとのこと。

また、同時期の潜伏キリシタンの方々には『**ご誕生**』という名でお祝いしていたという記録もあります。

ちなみに仏教の開祖である**お釈迦様**の誕生を祝う行事は**4月8日の花祭り**ですね。



交通

- 長崎バス「シンフォニー稲佐の森」行き 終点
- 稲佐山登山道入口より車で5分 ●飽の浦小学校より車で5分

企画・発行



〒850-0062

長崎市大谷町418-1 WACセンター5階

☎095-862-1732 FAX.095-862-1737

http://www.nagasaki-kouseifukushidan.or.jp/

シンフォニー稲佐の森 検索

