

Contents

01 特集

春季協会セミナー東京会場 シンポジウム基調講演
「高齢期を健やかに暮らすためのヒント」
 <特別寄稿> 有料老人ホーム入居までの体験記

11 喜怒(努)愛楽

全国から楽しいお便りが届いています。

13 協会インフォメーション

20 入居相談室より

輝 かがやき ニュース

2014 Vol.103



春季協会セミナー東京会場
 シンポジウム基調講演
「高齢期を健やかに暮らすためのヒント」
 <特別寄稿> 有料老人ホーム入居までの体験記

全国有料老人ホーム協会は、有料老人ホームに関する情報を積極的に皆様に提供し、選択の一助としていただきたいと、毎年「セミナー」や「基礎講座」を実施しています。

今号は、平成26年3月7日（金）に東京国際フォーラムで開催された「平成26年春季協会セミナー」から、シンポジウム基調講演「高齢期を健やかに暮らすためのヒント」をご報告します。

また、セミナー会場に設けた「入居者相談コーナー」では、入居者相談員の方々から来場者に対し、ホームでの日々の生活や想い、入居へのアドバイスなど貴重な経験を率直にお聞かせいただきました。今回ご協力いただいた入居者相談員の皆様から「有料老人ホーム入居までの体験記」を寄稿いただき、入居検討に関するアンケートと合わせまとめておりますので、ご参照ください。

特集

「高齢期を健やかに暮らすためのヒント」

桜美林大学大学院 老年学研究科

教授 長田 久雄氏



シンポジウムの基調講演として、老年学専門の長田久雄先生に、高齢期を健やかに、そしていきいきと生活するために、ぜひ知つておきたいことについてわかりやすく語っていただきました。

高齢者の特性とは何か

お話を内容は、主に(1)高齢者の特性(2)健やかな老いをどう考え(3)認知症の予防の3テーマです。

老化で衰えやすい体力や五感、記憶

まず高齢者の特性についてお話しします。年を取ること、老いることを、「老化」といいます。では「老化」とは何を意味するのでしょうか。

具体的には年を取ることによつて健康を失なう「喪失」、体力が衰えるなどの「衰退」、こういった「喪失」や「衰退」を起こすこと

が老化です。

ここで衰えやすい面についてご説明しましょう。まず体力です。

これは残念なことに、20歳とか25歳、30歳ぐらいから衰えていきます。

それから五感です。見る、聞く、匂う、味わう、あるいは暑さ・寒

さを感じ取るといった人間の感覚は、残念ながら衰えていくと言われています。

次にスピードという面ですが、ものを理解したり話をする速度も遅くなっています。また「流动性能力(動作性知能)」といつて、新しいことを学んだり身に付けたりする能力も、若い人と比べると低下するといわれています。

それから「ワーキング・メモリー

(作業記憶)」という特殊な記憶です。よく「記憶が悪くなつた」とい

う言い方をしますが、記憶にはいろいろ種類があつて、すべての記憶が一度に悪くなるわけではありません。

高齢者の病気

衰えやすい面と同様に、高齢者は病気が多くなると言われています。ここで「つ注目していただき

くなる記憶の代表が、このワーキング・メモリーです。例えば皆さんは「1、2、3」という数字をおうむ返ししてください」と言わされたら、大抵すぐに応えられるでしょう。年を取つてもほとんどこの能力は衰えません。さらに「1、2、3」を逆から「3、2、1」と言つても簡単でしようが、では

「4、1、7、5」を逆から言うとなると、「うーん、何だつけ?」となるかもしれません。これがワーキング・メモリーです。この記憶は年を取ると少し下がつてきます。

それから、「エピソード記憶」。これは自分が体験したことなどを覚えておく記憶です。例えば、「昨日の夕食は何を食べたか」とか「1週間にどこへ旅行に行つたか」というのが、エピソード記憶です。この記憶は少しずつ低下すると言われています。

生は「睡眠薬を出しましょ」と応えました。次に内科と眼科へ行つた時も、各院で「眠れない」と話し、同様のやり取りが繰り返されたとしましょう。もちろん、これは極端な例ですが、このように3院で同じように処方された薬を、同時に飲んだらどうなるでしょうか。

自分の判断で、全部飲んだら過剰になるし、薬同士の競合が起こる可能性があります。在宅で暮らしている方は、必ずホームドクターに、他の医療機関から出されている薬を全部見てもらい、判断していくいただく必要があります。有料老人ホームのような高齢者施設をご利用になると、服薬について看護師さんが確認してくださるから安心できるという面があります。在宅で一人暮らしの方の場合には注意しなくてはなりません。

もつといけないのは、友達から「最近、血圧が高いんだよ」と聞かれ、「オレ、もらつた薬があるから飲めよ」とうつかり渡してしまふ。市販の薬ならわりあい弱く作つてあるのですが、医師が処方できる強い薬だと、副作用の出かたに個人差もあり、非常に危険な

効果が現れる場合があります。

高齢者の疾病的特徴として気を付けていただきたいのは、個人差が大きいことです。例えば90歳で眼鏡をかけずに針に糸を通せる人はいくらでもいます。病気も同様で、一人の人に当てはまることが、同じ年齢の別の方に当てはまるとは限りません。

また高齢になつて、いくつもの病気を抱える方が増えてきます。老化が進んだり、潜在的に病気が進んだりして、それが一挙に悪化をするようなことも起ります。連鎖的に複数の臓器が障害される多臓器不全に陥り、短い時間で命を落としてしまう可能性もあり得るのです。

そんなことにならないように、定期的に健康診断を受けるなど、日頃から健康管理をしていると非常に安心です。在宅で暮らす方で、と、1カ月に一回、病院に薬をもらいに行くだけという場合も多いようです。有料老人ホームなどの高齢者施設では、看護師さんが毎日のように廊下ですれ違う時でも顔色を見てくれていますので、それが安心感に繋がっているかもしれません。

生涯発達し続ける力がある

生涯発達し続ける力がある

ないと言われている記憶があります。例えば、かなり重度の認知症で、今食べた食事がわからなくなってしまう人に、キヤベツを刻んでもらうと非常にうまく刻むことがあります。あるいは編み物をやるととてもうまい。これらはやり方の記憶で、動作で覚えた「手続き記憶」と言われています。「雀百まで踊り忘れず」などの諺は、この手続き記憶であり、失われていません。「熟達能力」の中にもこれに当たるものがあると思いま

そう考えますと、年を取つても精神は成熟し、一生向上し続けていくことは明らかです。特にある種の言葉の能力は、60歳代の成績が一番いいことがアメリカの知能検査を行つた研究でも実証されています。このように、人は衰えるだけでなく一生発達するという考え方を、「生涯発達」と呼んでいます。

これは前で述べた「エビソード記憶」だからです。同じ記憶でも質が違います。言葉の意味や理解力については、年を取つてもあまり衰えないのです。

それから認知症の人でも失われ

健やかな老い

サクセスフル・エイジングを実現できる時代

健やかな老いには、2つ意味合があります。一つは、「サクセスフル・エイジング」。エイジングとは老化すること、サクセスフルはうまくいったという意味で、幸福に、うまく老いる姿を言います。もう一つは、「生活の質」つまり良い生活を送ることです。この2つの側面から健やかな老いを考えてみたいと思います。

同じ年齢の高齢者の方でも、要支援・要介護認定を受けていない方もいれば、受けている方もいらっしゃいます。機能の働きが下がってしまうケースがある一方で、逆に機能が上がる方もいます。後者がサクセスフル・エイジングです。今は多くの方がこれを達成できる時代に入っています。

寿命が長くて、体が健康で、心も健康で、認知症にもならず、満足感があって、自分で好きなことができて、社会との関係を持つて

いる。このようなことがサクセスフル・エイジングの条件です。これらを支えてくれるような生活が非常に大事になると思います。

機能を下げずに生活の質を保つ

アメリカのロートンという研究者が、「生活の質を構成する4つの要素」ということを提唱しています。まず大事な要素の1つ目は、満足感や幸福感があることです。2つ目としてご本人の日常生活が自立しているかどうか、生活の質から見て大事なことです。3つ目はご本人が自分の生活を良いと思っているかどうかです。4つ目は住まい、経済、人間関係などの環境が良いことです。この4つの要素が満たされて初めて生活の質が高く維持できるというわけです。

「行動能力・機能的健康」を取り上げてみます。東京都健康長寿医療センター（旧 東京都老人総合研究所）が、高齢者の自立機能的健康が維持されているかどうかを判断するチェックリスト老健式活動能力指標（A）（B）（C）を作っています。（A）（B）（C）の各プロッ

クを合わせて13問のチェック項目のうち、「はい」が10個以上なら、日常生活を自立して送っているとされています。ただし、各プロックそれぞれが1個か2個「いいえ」であっても、10個以上「はい」であればいいであろうということで、一つのプロックの項目が全て「いいえ」になってしまってはよくあります。

りません。これを下げない生活が大事で、下がつていなければ、例え病気があつても日常生活を送るために機能的な健康度は高い、つまり日常生活は自立していると言えます。

老健式活動能力指標

（A）手段的自立

1. バスや電車を使って一人で外出できますか？
2. 日用品の買い物ができますか？
3. 自分で食事の用意ができますか？
4. 請求書の支払いができますか？
5. 銀行預金・郵便貯金の出し入れが自分でできますか？

（B）知的能力動性

6. 年金などの書類が書けますか？
7. 新聞を読んでいますか？
8. 本や雑誌を読んでいますか？
9. 健康についての記事や番組に関心がありますか？

（C）社会的役割

10. 友だちの家を訪ねることがありますか？
11. 家族や友だちの相談にのることができますか？
12. 病院を見舞うことができますか？
13. 若い人に自分から話しかけることがありますか？

出典：吉谷野亘・斐田博・中里克治・芳賀博・須山晴男
「地域老人における活動能力の測定、老健式活動能力指標の開発」日本公衆衛生雑誌
1987. 34. 109-114

認知症の予防

さまざまな病気により 発症する認知症

最後に認知症予防のお話です。

まず認知症はどういう病気か、特徴と予防の視点から説明します。認知症を「一つの病気だと思つていい」方もおられます。認知症とは、認知症を指しています。認知症を引き起こす病気は50ぐらいあると言われています。脳や体のいろいろな病気が背景にあって認知症になりますが、記憶や判断力、計画力が悪くなるなど、似た症状が認められる場合が多いのです。

そしてもう一つ大事なのは、普段の生活に支障が起ることです。記憶が悪くなつても、普段の生活が普通に送っている場合は、医師は必ずしも認知症という診断は下しません。そして短期間ではなく、ある一定期間、継続的に認知症の状態が続いていることが診断基準のポイントとなっています。

危険因子と予防法を学んで 健康な生活を

皆さんが必ず心配されるのは、自分が認知症になりはじめていないか、あるいは配偶者、ご家族は

一つの大きなグループに分けられます。一つは、「アルツハイマー型の認知症」で、今はこれが一番多いです。また、脳梗塞のような脳の血管障害を背景にしている「血管性認知症」と呼ばれる認知症があります。昔は脳卒中が日本人の死因で一番多い病気でしたが、現在は予防が進んで、死因も4位になりました。それから「レビー小体型認知症」と呼ばれる認知症や、前頭葉と側頭葉、つまり前と横の部分の脳の萎縮が比較的進む「前頭側頭型認知症」という認知症があり、それぞれ特徴は異なります。認知症の症状には、記憶障害や判断力の低下など必ず認められる中核症状と、身体の状態や環境により現れる周辺症状があります。抵抗して興奮したり、外に出て迷子になる等は周辺症状です。介護をする時、この周辺症状が見られると大変なことがあります。

どうかを、見極められるかです。表Ⅰのチエフク基準にある7つの項目の中で、もしも5つ以上該当するようでしたら、医師や専門家に相談したほうがいいでしょう。0か1つであれば、今のところ心配ありません。

1番目の「物忘れについて周囲

に気付かれている」ですが、本人が「忘れる」と主張しても、じつは結構忘れていない場合もあるのです。そこで本人だけではなく、周囲の人から見ても物忘れが起り、2番目に示されているように、それが進行しているかどうかがボイントになります。

表1

健常老化とAD疑い(軽度認知障害を含む) を見分ける7項目

- ・ もの忘れについて周囲に気付かれている
- ・ もの忘れの症状が進行している
- ・ 数日前のことを忘れている
- ・ メモ等の工夫ができない
- ・ 初めての場所へ行けない
- ・ もの忘れについて自覚がない
- ・ 銀行や郵便局のお金の管理ができない

植田 (2008)

出典：植田恵・高山豊・小山美恵・長田久雄

【ごく軽度アルツハイマー病および軽度認知障害(MCI)検出における記憶障害と手段的日常生活活動低下の特徴】2008.1、老年社会科学、29(4)、506-515

もう一つは、東京都で出しているガイドライン（1995年に東京都全域で行われた疫学調査より）、本間（2008）があり、この中の項目に当てはまれば、専門家に相談、あるいは受診したほうがよいとされています。たとえば、「どうも最近同じことを何回も言うし、聞いてくる」、「同時に2つ言つても1つしか伝わらない」、「身の回りに無頼着になってきた」、「段取りや計画を立てることが不得意になってきた」などです。「どうも最近同じことを何回も言うし、聞いてくる」ということで、大事なのは「最近」ということです。昔から同じことをくどくと言つたり聞いたりしても長く普通に生活してきた人は別に認知症とはいえないでしまっう。昔はスッキリ話ができ、話を聞けた人が、「最近」変化してきた場合には気を付けていただきたいのです。

関係している可能性がある生活習慣は、食事と運動、飲酒や趣味の活動です。お酒は適度に飲んだほうがいいという説がありますが、アルコール性認知症もありますから、飲み過ぎはいけません。趣味の活動は、ダンス、楽器の演奏、歌を歌う、将棋などがいいと言われています。食事は、野菜と魚をたくさん取るほうがいいでしょう。運動は、一日6,000歩ぐらい以上は歩いたほうがいいと言われています。

認知症の予防についてお話をしましたが、これは寝たきりの予防やがんの予防、老化の予防とも共通です。すべて健康の維持増進に関連しているのです。栄養と運動と休養が、生活習慣病の予防に良いとされていますから、これらをきちんと実践することが大切です。こういったことを支援してくれるような施設が、より良い健康を実現できる施設だと思います。

入居者相談員の「有料老人ホーム入居までの体験記」とアンケート

全国有料老人ホーム協会に対し、これから入居される方々から、「入居中の方々は、ホーム探しを始めてからどの位の時間をかけて、どのようにホームへの入居を決めていったのか、教えてほしい」という声が寄せられています。

春季セミナーが開かれた東京会場では、毎回、実際にホームで暮している方々と直接話し、相談できる「入居者相談コーナー」を設けています。今回は、「入居者相談コーナー」において入居者相談員として協力いただいた方々に、有料老人ホーム入居までの体験記とアンケートをお願いしましたので、ご紹介します(順不同)。

*入居者相談員の皆様の入居期間はつきましては、3月7日セミナー開催時点のものです。

アンケート項目

1 入居検討し始めた年代（該当するもの1つ）

- ① 50代 ② 60代 ③ 70代 ④ 80代 ⑤ その他

2 入居検討期間

3 見学をした有料老人ホーム数

4 体験入居をした有料老人ホーム数

5 入居検討時に役立った情報（複数選択）

- ① 見学や体験入居による情報
- ② 知人や友人・家族などによる口コミ情報
- ③ ホームのパンフレットや新聞・雑誌広告
- ④ 新聞や雑誌その他のマスメディアでの報道記事
- ⑤ ホームの重要事項説明書
- ⑥ 全国有料老人ホーム協会からの情報(輝・友の会やセミナー、HP等)
- ⑦ 自治体からの情報(有料老人ホームに関するホームページ)
- ⑧ 協会以外の説明会やセミナーへの参加
- ⑨ ホームや運営事業者のホームページ
- ⑩ 介護サービス情報の公表制度
- ⑪ 民間の紹介会社
- ⑫ その他

私の念頭には丹野覚道大阿闍梨の稀有な人生選択があります。人生最後の決断を間違えないよう有老協セミナーに数回参加。そこから発信された信用のおける情報を重視し、会社員歴四十年の経験を生かして検討を開始。地震大国日本に住み続けるからにはまずは安心安全が第一だと、関東地方でより安全な地域を推定しました。第二に自然と生活環境も考慮し気候温暖で天災最少、交通便利で富士山眺望、近隣に総合病院とスポーツクラブがあり趣味の太極拳を楽しめること。加えて居室数が百室程度と大きすぎず小さすぎない規

有料老人ホーム入居までの体験記

パークヴィラ陽春館
今野 尚三さん (入居期間:4年3ヶ月)

第十一回

- 1** ② 60代
 - 2** 約5年
 - 3** 5カ所
 - 4** 0カ所
 - 5** ①③⑤⑥⑩



模であること。以上の条件で千葉県内の三つのホームに候補を絞りました。それぞれ三回以上見学をしました。条件を十分クリア出来ていることが確認出来た為、千葉県松戸市にあるパークヴィラ陽春館へ安心して入居を決めました。

老後は子の世話をにならず、自立して人生の終末を迎えるといと考え、十年ほど前からあちこちのホームを見学し、体験入居をしてきました。建物の立派さや設備の充実よりは、ソフト面の充実（スタッフのこまやかな気配りなど）に重点をおいて見定めようと思い

ライフ＆シニアハウス所沢
野田 和章さん（入居期間：

第二十一回

アンケート回答

- 1** ②60代
 - 2** 約10年
 - 3** 9カ所
 - 4** 3カ所
 - 5** ①③⑤⑥⑧



ました。営業担当者の対応の仕方や入居者との接触によって、これらのことはある程度分かります。娘一家が東京に住んでいるので、一時間以内に移動できるところを探しましたが、三年ほど前からは特定の業者（生活科学運営）にしほり四施設を見学、空きが出て昨年の夏入居することができました。地域に密着した街の中のホームで満足しています（町内の老人会にも入りました）。

私のモットーは、入居者も努力して「住めば都かパラダイス」を実現することです。また、入居者と事業者とのコミュニケーションが図られていることも大切なことです。

ライフ＆シニアハウス港北

勝田 手重子さん（入居期間：9ヶ月）

第十九回答

- ① ③ 70代
 - ② 約3年
 - ③ 8カ所
 - ④ 0カ所
 - ⑤ ①③④



終の住処は介護付有料老人ホーム
「決断から入居まで」

主人を亡くし一人暮らしになりました。一年程過ぎた頃、膝靱帯を切りギブスを付けていたので室内でもなかなか動けず、近所の方々にすっかりお世話になり、やつとギブスが取れた頃、新聞広告で「高齢者の住まいの選び方」を見て、今後又何かあつたら大変と思い、足を引きずりながら、有楽町マリオンに出掛け、現在入居のホームの方より話しを聞き、自宅からもそれ程遠くなく、ここならば今まで通りの生活が出来ると思い、入居を決めました。何よりも自然環境が良い、緑が多く野鳥もあり、春の桜から秋の紅葉へと四季を感じます。

終の棲家

終の棲家を決めた理由

**聖蹟プライムコート東大宮
水野 信子さん (入居期間:4年1カ月)**

アンケート回答

- | | |
|---|-------|
| 1 | ② 60代 |
| 2 | 約8カ月 |
| 3 | 0カ所 |
| 4 | 0カ所 |
| 5 | ①③④⑤ |



じ、又室内から朝日を拝み、夜月を見る、廊下からは富士山、夕日、日光連山の山脈が見え、小学四年の時、秋田駒ヶ岳登山から、自然大好き人間になつた私は、終の棲家として、今日一日を悔いなく生きることをモットーとしています。

**サン・ラポール調布
岡本 洋子さん (入居期間:3年9カ月)**

アンケート回答

- | | |
|---|-------|
| 1 | ③ 70代 |
| 2 | 約3カ月 |
| 3 | 1カ所 |
| 4 | 0カ所 |
| 5 | ② |



脳出血で倒れ退院後は娘宅で世話をなつてきましたが、以前から老後は出来るだけ家族の負担にならず、自分らしく生きたいと言う気持ちが強く、入居するホームをネットで探しました。まだ体調は悪かったのですが、体験入居し、ホームの安心安全に気を配った造

**蓮田オークプラザ駅前温泉館
内池 芳子さん (入居期間:1年7カ月)**

アンケート回答

- | | |
|---|-------|
| 1 | ③ 70代 |
| 2 | 約6カ月 |
| 3 | 1カ所 |
| 4 | 1カ所 |
| 5 | ① |



駅前にある家は蓮田駅に着くと我が家で、東京から遠くなつても、親戚や友人が訪れてくれて喜んで下さいます。他の所は全く見ないで、自分の最後の看取りをここに託す決心をしました。入居したからには周囲の方々と仲よく穏やかに暮したいと思っています。現在は朝・夕の温泉に入るたびに、極楽極楽と感謝している毎日です。

毎日の生活は一言で云えば、自由、気まま。幸いにして今は健康ですので医務室の前は何時も素通りしております。

武藏野の自然を残しているこの調布。四季折々の楽しみを見せてくれる近くの野川。毎日の散策が私の心をいやしてくれます。

東京オリンピックまで元気でいよう、この先までも、これがお仲間との合言葉です。

終の棲家

りやオーナーご夫妻も入居されており、お医者様で介護施設も経営されていますので信頼できる所だと思いました。なにより源泉掛け流しの温泉は心身ともに癒され、

私が、こちらの老人ホームに入居して、四年を迎えるとしております。

四十平米の居室が終の棲家となりました。当時、二回の訪問で手

を打ち、ただちにリフォームをお願いしました。周囲の方々は、私の余りに早い決断に驚いたようですが、これもホームとの縁だと

思つております。

毎日の生活は云えども、自

由、気まま。幸いにして今は健康です。

ので医務室の前は何時も素通

りしております。

武藏野の自然を残しているこの調布。四季折々の楽しみを見せてくれる近くの野川。毎日の散策が私の心をいやしてくれます。

東京オリンピックまで元気でいよう、この先までも、これがお仲間との合言葉です。



特集前半は、長田先生に老年学会に暮らすために知つておきたいこと」にポイントを絞つて、わかりやすく説明、講演していただきました。来場者の皆様からは、参考になつたという意見を多数いただきました。

また後半の入居者相談員の方々による体験記からは、それぞれ異なる背景をお持ちであります。皆様が真剣に高齢期のライフスタイルを考え、情報を十分吟味してホームへの入居を決め、納得かつ充実した生活を送られている様子がいきいきと伝わってきます。

当協会は、今後もより充実したプログラムを用意して、皆様のお役に立つセミナーを開催してまいります。皆様の「協会セミナー」へのご来場をお待ちしております。

春季協会セミナー東京会場では、今回の特集にてご紹介させていただいたシンポジウム基調講演の他に、「有料老人ホーム

だからこそ提供できるサービス」というテーマでシンポジウムを行いました。実際にホームで働いている看護師や社会福祉士、管理栄養士の方やご入居者等にご出演いただき、ホームの介護・看護スタッフと医療機関との協力体制やホームでの食事

の提供方法、ホームでの暮らしの様子等普段なかなか知ることができないお話を聞かせていただきました。

シンポジウムの他に、「転倒予防について」と題し、転倒に関するデータや転倒を予防する体操で意識するポイントを講師よりご紹介いただき、講師の動きに合わせて来場者の皆様に簡単な体操を体験していただきました。

また、パンフレットコーナーや相談ブースは、多くの方が賑わっていました。



喜怒愛樂

入居者や職員の方々よりお寄せいたいた
有料老人ホームの日常生活の様子をお伝えいたします。

平成二十六年一月一日 晴着の写真

深川立川病院付属 扇苑南砂(東京都)

職員 対馬 ゆり子(57歳)

当苑では、着物の後ろを裁断して、前から手を通すだけで着用できる着物を作りました。寝たきりのお客様、立位が取れないお客様も全ての方に晴着のお写真を撮ることができました。新年でしたので、獅子舞と晴着の写真で、皆様に喜んでいただきました。

遠方の御家族様には、晴着の写真を年賀状としてお送り致しました。「立つことのできない母に着物を着せていただくなんて」と喜びの声でお電話頂戴し、恐縮しました。

番組の番号は毎回違っています。



お客様ご自身も、「もう着物なんて着れないと思っていた」という声も沢山聞くことができました。簡単に作ることが出来ますので、是非皆様にお試しいただきたいと思います。

当苑では、色々なアイディアで、お客様に楽しんでいただいております。

「お早うございます」と笑顔の声かけで介護職員が顔を見せ、看護師による検温、血圧測定で一日が始まる。様々なレクリエーションや、サークル活動、各種イベントも魅力的。

地下深くから湧く温泉を毎日楽しめるのも有り難い。主婦業や社会活動から開放され、自分だけの自由な時間を持つてゐる今に感謝している。

ゆとりある日々

蓮田オーパラザ駅前温泉館(埼玉県)

入居者 永富道子(82歳)

九階の窓から眺める空は広々として、日々違った表情を見せる。朝、太陽が顔を覗かせる頃の柔らかなオレンジ色から、眩しく輝く朝焼への流れは素晴らしい。私の好みの情景。生きている喜びに浸れるからだろうか。

この施設に移り住み十ヶ月余りが経つ。ベランダの真下には蓮田駅があり、ガラス戸を開ければ電車の走行音も活気ある社会との繋がりを感じさせれる。

「お早うございます」と笑顔の声かけで介護職員が顔を見せ、看護師による検温、血圧測定で一日が始まる。様々なレクリエーションや、サークル活動、各種イベントも魅力的。

私は退職後、妻の健康のため草津温泉に住んでいましたが、長男は勤務する事業所が清水市に在るため清水に住んでいました。四年前に妻が他界したので、長男と相談の上地元の有料老人ホームで世話をすることとなりました。老人は生きる経験が積み重なっていて、喜怒愛樂を自然にこなす可能性を含んでおります。施設のスタッフはこの可能性をうまく活用し乍ら援助を提供して下さっています。

すると確信しています。希望の叶った時の喜び、願いや欲望が満たされた時の快感は格別です。

又、入居者同志の友人関係は貴重な宝です。私には友人が複数名居ります。囲碁を楽しみカラオケにも熱が入ります。互に相談すれば大きな相乗効果を産み出す力と成ります。

有料老人ホーム 居住中の所感

庵原屋日和館(静岡県)

入居者 前田研吉(92歳)

「の方の傑作で部屋を飾る チャツカリ爺さん

大阪ゆうゆうの里(大阪府)

入居者 中曾根 弘(73歳)

「妹へ」

大阪ゆうゆうの里(大阪府)

入居者 高峰 靖子(87歳)

「盆栽美術館で 思ったこと」

ライフハウス浦和(埼玉県)

入居者 堀口 明男(78歳)

例年のように、入居者の方から「七福神のちぎり絵」を借用、鶴亀をもあしらい見事な作品だ。今年は遠方から乍の貼り絵を送つて下さった方があり、並べて、日出度い正月飾りが出来た。数年前、隣人が他界し、不用品を全部廃棄するのを見て。この方の絵画が気に入つていて、残された色紙絵の中から風景画を戴いておいた。写生には寒暑を避けて出かけられたよう、春秋の作品が多く、夏冬の作品が少ないので少し残念だ。旅行等、多趣味で仲の良い姉妹の入居者が居られ、出掛けでは写真を撮つてこられる。共用部の廊下に飾られた作品はどれもが傑作揃い。私は、欲しそうな顔と口で有難く頂戴する図々しい人、夏は壮大な「イグアスの滝」大阪場所の時期には華麗な「横綱の土俵入り」冬は羽毛が綺麗な「鶴鷺」の写真を。職員作の「折紙絵」も多数入手、これらで日を保養している。

2013年11月の末に突然「高知市に転居の知らせ」が届いた。娘との東京暮らしは30年位も続いたのだろうか。

思えば、私たち一家9人は終戦後身一つで中国から引揚げてきて、ふとした縁で製塩業の職を得、一家が共に働き暮らしたのは、高知県での短い期間だった。1946年(昭和21年)12月21日「南海地震」で海岸は地盤が沈下し塩田の施設が破壊され、製塩業を続けることは不可能となつた。

妹は高知市で就職、人生の伴侶を得て結婚、一人娘に恵まれたが配偶者と死別して娘と共に生きてきた。

最近は人工透析を行つて、高知市に帰つて「ベースメーカー手術」を受けたとの知らせを聞いた。高知は第2の故郷、最後を迎えるのに相応しい場所に帰つてきて、心安らかに新しい年を迎えたのだろうか。

老いの身を労りながら、思い遣るばかりであった。

妹は高知市で就職、人生の伴侶を得て結婚、一人娘に恵まれたが配偶者と死別して娘と共に生きてきた。最近は人工透析を行つて、高知市に帰つて「ベースメーカー手術」を受けたとの知らせを聞いた。高知は第2の故郷、最後を迎えるのに相応しい場所に帰つてきて、心安らかに新しい年を迎えたのだろうか。

入居して二年目、狭苦しい「箱庭暮らし」ですが、手入れ一つで広がりもでき、生き甲斐が増すのかも。まずはスタッフや入居者との人間関係を大事にしようと家内と話し合っています。

今年のお花見は気の合つた入居者十人ほどで出かけ、盛り上がりました。途中、有名な盆栽村近くの大宮盆栽美術館に立ち寄り、展示作品の奥行きの深さに圧倒されました。多忙な現役時代から盆栽が好きで、今も数鉢ペランダで育てています。美術館の座敷飾りや庭園を見ながら、「この世界、今の自分の生活と共通点も」と、ふと思ひました。盆栽の魅力は根張りや枝配り、葉の調和美。水やり、剪定など手入れ次第ですぐ変わります。

新規入居受付中!!

介護付有料老人ホーム 豊かな自然と心の介護

はくしょうのまち
白松の郷

●居住の権利形態：利用権方式 ●利用料の支払い方式：一時金方式 ●入居時の要件：入居時自立・要介護、要介護 1～5 ●介護体制：介護員指定期間保険特定期間（一般型特定期間） ●介護居室区分：全室個室 ●介護にかかる職員体制：2名以上

心和まず空間を四季折々の豊かな自然が演出。250mの遊歩道・菜園用地。経験豊富なスタッフと看護職員で生活健康管理をサポート。



<http://www.hakusho-no-sato.jp/>
WEB検索 白松の郷



0120-894-312

Tel: 289-1104 千葉県八街市文達(ひじかい)301
TEL: 043-444-6141 FAX: 043-443-7721

III ①介護付有料老人ホーム

②利用権方式

③選択方式

④要支援・要介護

⑤介護保険特定施設申請予定

⑥全室個室

⑦25~1以上

IV 京成本線「ユーカリが丘」駅より約630m、「志津」駅より約710m

V 平成26年9月1日(予定)

VI 京成本線「ユーカリが丘」駅より約630m、「志津」駅より約710m

「クラーチ・メティーナ稻田堤(仮称)」

II 未定

III ①住宅型有料老人ホーム

②利用権方式

③選択方式

④要支援・要介護

⑤在宅サービス利用可

⑥全室個室

IV 神奈川県川崎市多摩区菅稻田堤2295-1他8号

V 平成26年5月25日(予定)

VI 神奈川県相模原市の閑静な住宅街・緑区に平成26年5月、開設する有料老人ホーム「ネクサスコート橋本」。

「24時間看護師常勤体制」「専任の理学療法士」の配置を柱に、ご入居者様の安らぎに包まれた暮らしを実現してまいります。

※1 週38時間換算で25名(うち要介護者等対応15名)・夜間(17時30分~翌9時30分)最少時の看護職員1名

※2 理学療法士1名(非常勤1名)

IV JR南武線「稲田堤駅」より約150m、京王相模原線「京王稲田堤」駅より約140m

V 平成27年3月1日(予定)

(株)ランドネクサス 「ネクサスコート橋本」

I 相模原市緑区西橋本1-4-8

II 0120-75-1165

III ①住宅型有料老人ホーム

②利用権方式

③選択方式

④自立・要支援・要介護

⑤在宅サービス利用可

⑥全室個室

IV JR横浜線・京王相模原線「橋本」駅より約860m

V 平成26年5月25日(予定)

VI JR横浜線・京王相模原線「橋本」駅より約860m

「スプリングライフ金沢(株)
「介護付有料老人ホームひなた駅西」

II 未定

III ①介護付有料老人ホーム

②利用権方式

③選択方式

④要支援・要介護

⑤在宅サービス利用可

⑥全室個室

IV JR南武線「稲田堤駅」より約150m、京王相模原線「京王稲田堤」駅より約140m

V 平成27年3月1日(予定)

(株)セントラル・ビオス 「セントラル・ビオス」

I 長野県松本市大手2-9-23

II 0263-39-5888

III ①介護付有料老人ホーム

②利用権方式

③選択方式

④自立・要支援・要介護

⑤金沢市指定介護保険特定施設(一般型特定施設)

VI 未定

労者プラザ前下車約80m
V 平成26年4月2日
VI 「来春に北陸新幹線が開業する金沢駅より徒歩約10分の好立地に5階建てで竣工。約20mの居室が全61室あり、重介護の方は2、3階、軽介護の方は4、5階にて快適にお過ごし頂けるよう職員一同努力してまいります。※介護の程度が変わった場合に、居室を住み替えていた場合があります。その場合、居室面積、仕様、管理費に変更が生じる場合があります。



ネクサスコート橋本 外観イメージ図

土地・建物の権利形態:賃借

IV JR篠ノ井線「松本」駅より約
640m

V 平成18年8月1日

VI セントラル・ビオスは、信州岳
都・松本の中心に位置し、周辺

は松本城、旧開智学校などの歴
史的建造物が醸し出す美しい

街並みです。自然と文化に溢れ
る恵まれた環境の中で、豊かさ
と安らぎに満ちた安心の日々を
お送り頂ける施設です。

野原電研(株) 「シルバー館 ロイヤルステージ大垣」

I 岐阜県大垣市外潤2-182

II 0584-88-0081

III ①住宅型有料老人ホーム

②利用権方式

③選択方式

④自立・要支援・要介護

⑤在宅サービス利用可

⑥全室個室

IV JR東海道線「大垣」駅よりバ
ス乗車、名阪近鉄バス青柳線

「イオンモール大垣」下車約1.2km

V 平成26年10月10日(予定)

VI 当施設は歴史と文化の地、水の
都大垣で有意義なライフスタイルに
創出の支援をさせていただきま
す。居室はライフケーステー

応じて7種類のタイプから選ぶ
ことができます。近隣には病院、
福祉施設、ショッピングモール
などがあり利便性に優れ、安心
して暮らせる施設です。

福祉施設、ショッピングモール
などがあり利便性に優れ、安心
して暮らせる施設です。

などが利便性に優れ、安心
して暮らせる施設です。

などが利便性に優れ、安心
して暮らせる施設です。

V 平成25年1月1日

VI イシス瑞穂は、「サ高住」の居住
性の良さを持つつ、「介護付
有料」の手厚い介護力を提供し

ます。夜間のたん吸引や看護職
員による点滴・注射はもとよ
り、生涯入居・看取りまで手厚
い介護でお客様の信頼を得て
います。

※1 サ高住(サービス付き高齢者向
け住宅)の設置基準である各居
室25畳以上かつ風呂・トイレ・
キッチン完備の条件を満たし
ています。

(株)あみ定 「シニアホーム勢多夕照苑」

I 大津市唐橋町23-1

II 077-537-1782

III ①介護付有料老人ホーム

②利用権方式

③一時金方式

④自立・要支援・要介護

⑤大津市指定介護保険特定施設
(一般型特定施設)

⑥全室個室

⑦1.5~1以上

IV 京阪電車石山坂本線「唐橋町」駅
より約400m、JR東海道線

「石山」駅より約1.2km

V 平成17年7月1日

(有)ヘルバースクール・カイ 「イシス瑞穂」

I 名古屋市瑞穂区茨木町102

II 052-842-8571

III ①介護付有料老人ホーム

②利用権方式

③選択方式

④要介護

⑤名古屋市指定介護保険特定施設
(一般型特定施設)

都大垣で有意義なライフスタイルに
創出の支援をさせていただきま
す。居室はライフケーステー

ことができます。近隣には病院、
福祉施設、ショッピングモール
などがあり利便性に優れ、安心
して暮らせる施設です。



シルバー館 ロイヤルステージ大垣 完成予想図

※2 介護・看護職員数・週40時間換
算で69人、夜間最少時の介護職
員1人(夜間9時半~翌7時)
※3 他の入居者に危害を加える場合
等は、事業者から契約を解除す
る場合があります。

(株)アンリ 「メティケア日本橋」

I 大阪市浪速区日本橋東1丁1丁3

II 06-6635-3800

III ①住宅型有料老人ホーム

②建物賃貸借方式

③月払い方式

④要支援・要介護

⑤在宅サービス利用可

⑥全室個室

IV 大阪市営地下鉄千日前線・堺筋

線「日本橋」駅「近鉄日本橋」

10番出口より約650m

V 平成21年7月1日

(株)オーツーケアサービス 「オーバオーマハ戸ノ里」

I 東大阪市小阪3-1-2-17

II 06-6787-0008

III ①介護付有料老人ホーム

②利用権方式

③月払い方式

④自立・要支援・要介護

⑤姫路市指定介護保険特定施設

（一般型特定施設）

⑥全室個室

⑦3-1以上

(株)リブプラウド 「シャングリラ青山姫路」

I 姫路市青山西2-17-25

II 079-268-1001

III ①介護付有料老人ホーム

②利用権方式

③月払い方式

④自立・要支援・要介護

⑤姫路市指定介護保険特定施設

（一般型特定施設）

⑥全室個室

⑦3-1以上

VI 買物・通院・ご家族の面会にも
きわめて便利な、高齢者にとつ
てやさしい環境。そして、小規
模な家庭的雰囲気の中での個別
ケアサービス。「もつと早く入
れば良かった。」という言葉に支
えられ、10周年を迎えました。
※別途費用を要するサービスもあります。

IV 近鉄奈良線「八戸ノ里」駅より
約100m

V 平成15年12月1日

VI 買物・通院・ご家族の面会にも
きわめて便利な、高齢者にとつ
てやさしい環境。そして、小規
模な家庭的雰囲気の中での個別
ケアサービス。「もつと早く入
れば良かった。」という言葉に支
えられ、10周年を迎えました。
※別途費用を要するサービスもあります。

全国7ヶ所・2000人を超える
ご入居者が暮らす高齢者コミュニティ

大阪くゆうくゆうの里

駅まで約160m。都市型生活を満喫する



土地・建物の権利形態：事業主体所有ただし区分所有
(くゆうくゆうの里)は2棟の一部:3階及び6~12階



太極拳サークル
※サークル活動によっては別途材料費・
月謝等の実費がかかる場合があります。



施設正面入口



毎日の暮らしが便利で快適に

歴史と文化の街・宇治で第二の人生を楽しむ



温水プール

バス見学会のご案内

6/4(水)・7/4(金)

[集合]

①四条島丸交差点北東角 9:40~(経由)京都駅八条口 9:55

②近鉄大久保駅前 10:10~

(経由)JR宇治駅前 10:35~(経由)京都宇治駅前 10:40

[参加費] 1,000円(昼食付・税込)

[定員] 各日25名(予約制)

現地見学会のご案内

6/10(火)・6/15(日)

7/8(火)・7/13(日)・8/5(火)

[集合] 京阪守口市駅

東出口改札前 11:00

[参加費] 500円(昼食付・税込)

[定員] 各日20名(予約制)



守口市駅前。アクティブな毎日を楽しめます

大阪くゆうくゆうの里

〒570-0038

大阪府守口市河原町10-15

0120-0-36365

【大阪府有料老人ホーム認定基準指標指針による表示事項】●施設種別：介護付有料老人ホーム（一般型特定施設入居者生活介護）●居室の権利形態：利用権方式・利用料の支払い方式：一時金方式・入居時の要件：入居時立会・要支援・要介護・介護付有料老人ホーム（一般型特定施設）・介護予防特定施設・介護施設区分：全室個室・一般型特定施設である有料老人ホームの介護にかかる職員体制：2:1以上

〒611-0022

京都府宇治市白川鍋倉山14-1

0120-8739-65

【京都府有料老人ホーム認定基準指標指針による表示事項】●施設種別：介護付有料老人ホーム（一般型特定施設入居者生活介護）●居室の権利形態：利用権方式・利用料の支払い方式：一時金方式・入居時の要件：入居時立会・要支援・要介護・介護付有料老人ホーム（一般型特定施設）・介護予防特定施設・介護施設区分：全室個室・一般型特定施設である有料老人ホームの介護にかかる職員体制：2:1以上

とで安心して過せる毎日をご提供しております。お車も含め交通アクセスが良いため、ご家族様のご面会が非常に多い施設となっております。

新規開設ホーム

ミモザ(株)
「ミモザおゆみ野」

千葉市緑区おゆみ野中央5-1

043-291-8091

①介護付有料老人ホーム

②利用権方式

③選択方式

④自立・要支援・要介護

⑤横須賀市指定介護保険特定施設
(一般型特定施設)

⑥全室個室

⑦3~1以上

JR外房線「鎌取」駅より約

1.030m、「鎌取」駅または京成千原線「おゆみ野」駅より

小湊鉄道バス「おゆみ野中央5丁目」下車約265m

V 平成26年4月1日

JR九州シニアライフサポート(株)

「SJR千早」

I 福岡市東区水谷2-50-1

II 092-674-3781

III ①住宅型有料老人ホーム

②利用権方式

③選択方式

④自立・要支援・要介護

(株)小俣組
「ニーステージ野比式番館」

I 横須賀市野比5-3-2

II 046-812-1032

III ①介護付有料老人ホーム

②利用権方式

③選択方式

④自立・要支援・要介護

⑤横須賀市指定介護保険特定施設
(一般型特定施設)

⑥全室個室

⑦25~1以上

IV 京浜急行久里浜線「YRP野比」

V 平成26年3月1日

VI 平成26年3月1日新規オープ

ン!
ン! 全室オーシャンビュー!

五感に響く豊かなシーサイドライ

イフ、ゆったりとした時間を自

分らしく過ごせ、開放感のある

施設です。

元気なうちに、元気だからこそ移り住むー。「老人ホーム」のイメージを一新する、都会型シニア向け住宅。



介護付有料老人ホーム クラーチ溝の口



エントランス

ご見学は随時受付中
(事前ご予約制)

■入居金
2,410万円~6,310万円
お二人目の追加入居金:300万円

●事業主体:株式会社クラーチ ●事業母体:株式会社キャピタルメディア

資料請求・ご見学のお申し込み先

0120-439-510

または 044-829-3070

<http://kurachi-mizonokuchi.com/>

全246室の大型ホームならではの、懐の深いコミュニティ。
充実した共用設備を活用した多彩な教室やサークル活動が活発な自由で明るい住まい。一部の居室並びにテークル室、調理室と料金が別料になります。



交通利便性に優れた立地

最寄りのJR南武線「津田山」駅で、駅の「溝の口」から東急田園都市線に乗り換えれば、渋谷まで僅か16分。
ご自身が外出しやすいだけでなく、ご家族やご友人も気軽に立ち寄れる場所です。



【類型及び表示事項】
 ●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)
 ●権利形態 / 利用権方式
 ●支払方式 / 入居一時金方式
 ●入居時の要件 / 60歳以上(入居時自立・要支援・要介護)
 ●介護保険 / 川崎市指定介護保険特定施設(1475301477)・川崎市指定介護予防特定施設(1475301477)
 ●居室区分 / 全室個室
 ●介護にかかる職員体制 / 3:1以上
 ●所在地 / 神奈川県川崎市高津区下作延5丁目29番1号

(株)に吸収合併により事業承継され、事業主体が変更になります。

●「SJR別院」(福岡県)

九州メンテナンス(株)からグループ会社であるJR九州シニアライフサポート(株)に事業承継され、事業主体が変更になります。

●「遊雅東嶺町」(東京都)

は(株)メッセージからトラストガーデン(株)に吸収分割により事業継承され、事業主体が変更になりました。

基礎講座の開催について

協会では、毎年全国各地で有料老人ホーム基礎講座を開催しています。お説明の上、是非ご参加ください。

・講演Ⅰ 「有料老人ホームの基

本知識とその選び方

・講演Ⅱ 「入居契約書から読み取る重要な事項」

【in京都】6月20日(金)

「京都JA会館」

【in名古屋】7月4日(金)

「愛知県産業労働センター」
名古屋市中村区名駅4-4-38

◎お申込み方法
参加をご希望の方は、〒、住所、氏名、年齢、電話番号、「基礎講座in○○(開場名)P係希望」と明記の上、必ずハガキかFAXにてお申込みください。お申込みいただいた方には折り返し入場券をお送りします。お申込み多数の場合は抽選となりますのでご了承ください。締め切りは開催10日前の消印有効。

入居者を募集中の 協会登録ホームの 掲載について

セコムグループのシニアアレジデンス

貢献される安心を。社会へ。

SECOM

東京都町田市
最寄駅「多摩センター駅」(約4km)

コンフォートロイヤルライフ多摩



介護付有料老人ホーム (公社)全国有料老人ホーム協会正会員

コンフォートロイヤルライフ多摩の魅力

- 緑豊かな自然環境
- 介護付有料老人ホームとして実績のある介護・看護サービス
- 都心への利便性(新宿駅まで約1時間)
- 隣が救急指定病院(316床)
- 安心の経営母体(セコム)

入居一時金(80歳1人入居の場合)

- 43m²: 3,900万円~ ● 48m²: 4,875万円~
- 入居時にはその他に入居保証金等がかかります。
- 入居一時金は、年齢別の料金を設定しておりますので、年齢により差異があります。
- 日々の費用として別途管理費・食費等がかかります。
- 詳細はお問い合わせください。

見学を随時受け付けております

フリーダイヤル又はホームページよりお申し込み下さい。

コンフォートロイヤルライフ多摩



お申し込み
お問い合わせ

0120-27-1461 (9:00~17:30)
平日受付

携帯電話からは 042-797-6611

セコムフォート多摩株式会社

〒194-0202 東京都町田市下小山田町1481

TEL 042(797) 6611 FAX 042(797) 6622

www.royal-tama.co.jp

■類型表示／介護付有料老人ホーム ■介護保険指定居宅サービスの種類／特定施設入居者生活介護事業所 東京都指定No.1373200383号・介護予防特定施設入居者生活介護事業 東京都指定No.1373200383号
■居住の権利形態／利用権方式 ■利用料の支払い／前払金方式 ■入居時の要件／自立のみ ■居室区分／定員1~2人(既族を対象) ■介護職員体制／2:1以上 ■広告有効期限／平成26年11月30日

入居相談室より

今回入居相談室へよせられた相談内容をご紹介いたします。

今回の相談

有料老人ホーム入居後に入院した場合、病院への入退院時には家族または親族が同行しなければならないのでしょうか。

A回答

ホームが定めた協力医療機関への通院付き添い(必要時)や入退院時の付き添いは、要介護者であれば、「介護付有料老人ホーム」の場合、介護保険内のサービスとして実施している所が殆どです。「住宅型有料老人ホーム」でも、管理費の内に含むサービスとして行っていたり、または別途費用を頂いて実施しているホームもあります。

上述のとおり、ホームの協力医療機関となっている病院等への入退院時の同行については、ホーム側で対応してくれる所が殆どです。しかし、稀に家族や親族等が同行しなければならないホームがあることも事実です。

「重要事項説明書」には、事業者やホームの概要、各種サービスの内容や費用、職員体制や入居者の状況などの重要な事項が記載され、この「重要事項説明書」の最後に「介護サービス等の一覧表」が添付されています。そこで提供される介護サービスの内容をご確認いただけるようになっています。例えば病院への通院や、入退院時の付き添いはどうなっているか、入院中のお世話(洗濯物の交換等)はどうか等、実施するかしないかをはじめ、有料か否か、その金額はいくらか等も記載されていますので、ホームへパンフレットを請求する際には、この「重要事項説明書」を必ず入手して、事前にしっかりと確認をしてください。

介護付有料老人ホームと
住宅型有料老人ホームは
どう違うの?

子供の住んでいる地域で
ホームを探したいのだけれど、
どうしたらいいの?

一人暮らしが不安で、
安心できる住まいを探したいの
だけれどどうすればいいの?

有料老人ホームへ
入居したいのだけれど、
費用はどれくらいかかるの?

家族が入院中で、
退院した後に入居できる
ホームを探しています。



このような相談でお困りの方・・・

協会では「入居相談室」を設置し、有料老人ホームへ入居をお考えの方、また高齢期の住み替えでどこへ相談したらよいのか困っている方のご相談を、来会、電話、手紙でお受けしています。

※来会をご希望される方は21ページのご案内をご確認ください。

来会での相談受付:10時~17時(土日祝日、年末年始はお休み)

お問い合わせ
資料請求

公益社団法人 全国有料老人ホーム協会

〒104-0028 東京都中央区八重洲2-10-12 国際興業第二ビル3F

TEL:03-3548-1077(入居相談) FAX:03-3548-1078
<http://www.yurokyo.or.jp>

「輝・友の会」に入りませんか

「輝・友の会」は、有料老人ホームへの入居を希望する皆さんに、継続的に情報をお知らせすることを目的としています。入会金・年会費等は無料です！ご自身やご家族の入居をお考えの方であればどなたでもご入会いただけます（業務・営利目的での入会はできません）。興味をお持ちの方はご案内と入会資料をお送りしますので、電話(03-3548-1077)・FAX(03-3548-1078)・手紙等でお気軽に問い合わせください。

入会特典

特典
3

協会主催入居希望者向け
セミナー等のご案内

特典
4

協会登録ホームの体験入居割引
(割引の有無や割引率は)
ホームにより異なります

特典
5

希望する協会登録ホームの
パンフレット送付
(お一人あたり年10ホームまで)

特典
1

入会時に
「有料老人ホームの基礎知識」を
プレゼント

特典
2

年4回「輝・ニュース」(本誌)の送付

来会にて入居相談室をご利用いただく際には

有料老人ホームへ入居をお考えの方のご相談を、来会、電話、手紙でお受けしています。お気軽にご利用ください。

来会での相談受付 10時～17時 (土日祝日、年末年始はお休み)

入居相談の他、各登録ホームの契約書、財務諸表等の資料の閲覧もできます。また、ホームのパンフレットなどもご用意しておりますのでご利用ください。予約は必要ありません。

アクセス

- JR「東京」駅 八重洲南口より 約600m
- JR「有楽町」駅 京橋口より 約400m
- 東京メトロ有楽町線「銀座一丁目」駅 3番出口より 約200m
- 東京メトロ銀座線「京橋」駅 3番出口より 約270m



編集後記

気象庁より沖縄・奄美の梅雨入りが発表され、6月になると日本各地の梅雨入りが発表されることでしょう。梅雨入りは例年同時期とは限りませんが梅雨の時期は体調を崩す方が多くなります。7、8月の本格的な夏を前にして高齢の方々も体調管理が重要となります。気をつけていただきたいのは熱中症です。高温多湿な環境下で体内の水分や塩分のバランスが崩れ体温調整機能がうまく働かず、体内に熱がたまり、筋肉痛や大量の発汗、吐き気や倦怠感などの症状が現れ、重症になると意識障害が起こります。ピークは7、8月ですが梅雨の時期からすでに熱中症にかかる危険性はあります。高齢の方々は暑さや水分不足に対する感覚機能が低下し、暑さに対する体の調整機能も低下しています。予防にはこまめな水分補給と暑さを感じなくとも扇風機やエアコンを使用し、温度調整に心がけていただくことです。当協会といたしましては、今後も高齢の方々の健康管理に関する情報等の発信に努めて参ります。

■発行日

平成26年6月1日

■発行

公益社団法人 全国有料老人ホーム協会

■発行者

福山 宜幸

第14回シルバー川柳募集開始!

公益社団法人 全国有料老人ホーム協会は、9月15日（月・祝）の「敬老の日」に向け、「第14回「シルバー川柳」」を5月1日（木）より7月4日（金）まで公募しています。

シルバー川柳は、高齢者の日々の生活について、また高齢者自身が日常生活上で気が付いたことや想いをテーマに詠んだ川柳です。

昨年実施した第13回は13,872作品の応募がありました。高齢者の応募割合が増加し、応募者の平均年齢は67歳で、最年長は101歳女性から、最年少は7歳女児までと幅広い年齢の方々より、ご応募いただいています。

第14回シルバー川柳の応募方法については最終頁をご覧ください。

第13回応募作品数内訳

① 都道府県別

順位	都道府県	合計	順位	都道府県	合計	順位	都道府県	合計	順位	都道府県	合計
1	東京	1,113	13	栃木	329	25	三重	182	37	長野	97
2	大阪	1,045	14	広島	325	26	佐賀	163	38	滋賀	95
3	兵庫	990	15	新潟	302	27	山形	150	39	群馬	76
4	神奈川	930	16	福島	289	28	福井	148	40	和歌山	71
5	福岡	797	17	京都	255	29	宮城	136	41	宮崎	70
6	埼玉	756	18	奈良	251	30	徳島	135	42	石川	64
7	千葉	725	19	茨城	247	31	愛媛	133	43	島根	60
8	熊本	505	20	岐阜	246	32	鳥取	127	44	鹿児島	54
9	愛知	457	21	大分	223	33	高知	126	45	青森	47
10	岡山	453	22	山口	216	34	秋田	118	46	沖縄	26
11	北海道	341	23	岩手	214	35	長崎	115	47	富山	9
12	静岡	330	24	山梨	187	36	香川	113	48	アメリカ	6

② 性別

	応募数	平均年齢	最年長	最年少
男性	6,945	68.9	97	9
女性	6,871	65.9	101	7
不明	56	—	—	—
総数	13,872	67.4	—	—

「第13回シルバー川柳」入選作品（平成25年）

- お医者様パソコン見ずにオレを診て
（秋田県/74歳/男性）
- 寝て練った良い句だったが朝忘れ
（埼玉県/73歳/男性）
- 「先寝るぞ」「安らかにね」と返す妻
（埼玉県/71歳/女性）
- 欲しかった自由と時間持て余す
（岩手県/77歳/女性）
- お迎えは何時でも良いが今日は嫌
（神奈川県/84歳/女性）
- お迎へと言うなよケアの送迎車
（福岡県/84歳/男性）
- 金貯めて使う頃には寝たっさり
（福島県/69歳/男性）
- 欲しい物今じゃ優しさだけになり
（大分県/74歳/女性）
- 骨が減り知人も減るが口減らず
（広島県/53歳/男性）
- 症状を言えば言う程薬増え
（奈良県/85歳/女性）
- 孫が聞く膝が笑うとどんな声？
（埼玉県/59歳/女性）
- 本性が出ると言うからボケられぬ
（神奈川県/53歳/男性）
- メイドカフェ？冥土もカフェがあるんかえ？
（三重県/36歳/女性）
- ひ孫の名読めない書けない聞きとれない
（京都府/48歳/男性）
- 耳遠くオレオレ詐欺も困り果て
（兵庫県/60歳/男性）
- 子は巣立ち夫は旅立ち今青春
（栃木県/61歳/男性）
- 検査あと妻のやさしさ気にかかり
（岐阜県/63歳/男性）
- 白内障術後びっくりシミとシワ
（大阪府/71歳/男性）
- 期限切れ犬にやらずにオレに出す
（東京都/74歳/男性）
- 暑いのでリモコン入れるとテレビつく
（宮城県/75歳/女性）

第14回 シルバー川柳

主催：公益社団法人 全国有料老人ホーム協会

募集概要

応募規定

- 作品は自作未発表のものに限ります。
- 高齢社会、高齢者の日々の生活等をテーマとします。
- 応募者の年齢は問いません。
- 応募作品の一切の権利は当協会に帰属します。

応募方法

- はがきに川柳と郵便番号、住所、氏名、年齢、性別、職業、電話番号を明記の上、下記応募先へ応募してください。
- 応募点数に制限はありません。ただし、はがき1枚につき3作品までとさせていただきます。
- お預かりした個人情報に関しては、他目的に使わず、責任を持って管理いたしますが、入選者発表時に氏名、年齢、性別、住所（都道府県のみ）、職業を公表することをご承知おきください。

締め切り

2014年7月4日(金)必着

賞 金

入賞(20点) 賞金1万円と賞状

発 表

2014年9月上旬頃、当協会ホームページ等で発表します。

— 応募・お問い合わせ先 —



グランドホーム

〒104-0028

東京都中央区八重洲2-10-12

国際興業第二ビル3階

公益社団法人 全国有料老人ホーム協会

シルバー川柳P係

TEL:03-3272-3781

FAX:03-3548-1078

<http://www.yurokyo.or.jp>