

## 代表からのご挨拶

サンライズ・メイト・バート株式会社  
代表取締役 井上 明美



いつも皆様方には、格別のご高配を賜り、厚く御礼申し上げます。

梅雨が明けたと思うと、今年の暑さはまた格別です・・・冷えたビールやスイカがひととき美味しい

この頃です。

国政、都政の選挙が続き莫大な私達の大切な血税が使われていると思うと残念で仕方ありません。戦後の日本を支えて下さった団塊の世代の方々が安心して生活が送れるような政策に税金を使って欲しいと願うばかりです。

連日の厳しき折、皆様のご健康をお祈りいたしております。

## サンライズの物語

認知症に罹るご本人と、支えるご家族。

それぞれの想いと苦悩を前に、

私たちにできることとは何かを問う物語。



その方は、認知症に罹患しても、やさしさを忘れない方でした。

同居していたご主人様を先に見送った頃から物忘れが始まり仏壇にご飯を供えることだけを一生懸命に行っておりましたが、その内、ご飯を炊く手順さえも忘れてしまいました。ただご主人との思い出は覚えており、ご主人と結婚の時のプロポーズの言葉を何度も何度も繰り返し話されておりました。

「認知症は神様からの贈り物」という考え方があると聞いたことがあります。人生には辛いことや悲しいことがあります。家族や親しい友人たちとの別れや、老いていく恐怖をやわらげるため、認知症という贈り物を下さったのではないだろうかという考え方のようです。

しかしこの方の息子さんによると、毎晩息子の自宅に電話をかけて来ており、着信拒否にしたとの事。

涙を零しながら話されていたことが胸に突き刺さりました。

以前の元気な母親が全てを忘れていくことは、認知症の家族を介護している方々にとっての辛さは計りしれないと思います。

そんな家族の辛さ、悲しみを少しでも和らげられたらと私達介護職は、ご本人様、ご家族様の思いに寄り添っていきたくて考えております。

## 「最後までとわかっていたら」

高齢者だけでない、誰でも今日を大切にしたい一冊

サンクチュアリ出版刊 著者：ノーマ コーネット マレック・作 / 佐川睦・訳

“もし、明日が来ないとしたら、わたしは今日、どんなにあなたを愛しているか伝えたい。”

本書は、アメリカ人女性が10歳の愛息を亡くし、その悲しみの思いを綴った詩。

その詩が9.11同時多発テロの追悼集会で朗読され、とても大きな反響を呼び、瞬く間に世界中に拡散されました。そばにいる人と過ごす一日の尊さを再確認ができる一冊です。



### NEWS 今月のニュース

#### 「ずーしー体操」で介護予防 老人保健施設の2人が考案

北斗市公式キャラクター、「ずーしーほっきー」のテーマ曲に合わせて体を動かす介護予防体操「ずーしー体操」ができた。お年寄りも無理なく取り組める動きを組み合わせている。市地域包括支援センターの依頼を受け、市追分の介護老人保健施設やわらぎ苑上磯に勤める2人の理学療法士が動きを考案した。

ずーしー体操の動きを考案したのは、やわらぎ苑上磯の理学療法士井上友太さんと布施直樹さん。曲は、北斗出身のベース奏者草薙ジョーさんが作詞作曲した子ども向けのずーしーテーマ曲「ずーしー体操」。2分弱のスローテンポな曲だ。

「ずーしー体操第1！」で始まり「不気味と言われるけれど」「真っ赤なシッポでチャームング」といった歌詞に合わせて、ゆっくりと両手を前や上に出したり、太ももを交互に上げ下ろしする。すべての動きが椅子に座ったままできる。

井上さんは「高齢者の転倒防止や足腰の衰えを防ぐのに役立つ動きを考えた」と話し、「1日1回やっていたら運動量としては十分です」と勧める。

14日にはやわらぎ苑上磯で普及活動で使用するDVDの撮影を行い、ずーしーほっきーや施設職員、市職員らが参加した。市地域包括支援センターは今後、高齢者が集まるサロンや老人クラブなどでずーしー体操の普及を図っていくという。

2014年のゆるキャラグランプリに彗星のごとく現れ、そのビジュアルのインパクトから話題のずーしーほっきーであるが、「ずーしー体操」を聴くと北海道北斗市の魅力と愛の詰まったキャラクターであると感じられる。

誰もが歌え、身体を動かすことのできる「ずーしー体操」で、ますます地域の方々にとって身近に、そして愛されるキャラクターとなるだろう。



<北海道新聞 2016年6月24日(金)>



### 今月の名言

人生は、必ずしも思うようになるとは限らない。

プリンセス・アン（映画「ローマの休日」）

たった一日の恋が彼女の人生を大きく変え、自分の人生を受け入れる凛とした姿に女性としての強さを感じられます。失敗も成功もあって、初めてそれが経験となり、人生となる。前向きに割り切る事も時には必要だと思わせてくれるセリフですね。

広報誌「ライジング・サン」のバックナンバーは、弊社ホームページでもご覧いただけます。

ぜひお立ち寄り下さいませ。 <http://www.samaba.jp/back-number/>