

## 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。

ようやくしのぎやすい季節となりましたが、いかがお過ごしですか。相次ぐ台風の襲来、北海道の地震の災害と続きましたが被災地の皆様方に思いを馳せる時、胸が痛くなりました。心よりお悔やみ申し

上げたいと思います。

災害が起きてても日本人の振る舞いを海外のメディアは伝えているとの事。「身勝手な行動を慎む心」「日本の人々には真に高貴な忍耐力と克己心がある」と報じているそうです。手を変え品を変え続けているオレオレ詐欺などで人を騙す話を耳にすると、もう一度日本人としての誇りを思い出し胸に刻んで欲しいと願うばかりです。

これからの季節、朝夕冷え込んでまいりますのでお身体にお気をつけください。

## サンライズの物語

### 認知症を地域で支え合う

### 安心して暮らせる未来に思いを馳せる物語



弊社のご利用者様にも認知症と診断された方々が沢山いらっしゃいます。

お母様、お父様が認知症という病に侵されていく時のご家族の苦悩は図りしれないと思います。

しかしながら、ご本人もまた苦しんでいるのも事実です。今覚えていたことを思い出せなくなり、どうしても分からなくなっていく恐怖はご本人にしかわからないことだと思えます。

また、ご家族におかれましては、今まで元気に暮らしていたご両親・・・子供の頃から頼っていたご両親・・・毎日同じ事を繰り返し聞くようになっていく・・・そんな時の喪失感や焦燥感は親族の方しか分からない悲しみとなってしまいます。

これからの社会に置いて重要なのはご家族だけで抱え込まないように地域で支えること。地域のネットワーク作り、町会の方々や地域で行っているサロンへの参加の呼びかけなど、まだまだ行き渡っていないのが現実です。今までご家族の為に一生懸命に働いてきてくれた高齢者の方々が安心して暮らせる世の中になるように、少しでもお力になりたいと考えております。

# 介護に役立つ書籍紹介

## 車いすに乗せたまま階段を昇降できる介護技術

著：早坂 好史

地震が発生した。ビルのエレベーターは動かない。あなたは車いすに乗せた方と階段を上がっていかなくてはならない。——あなたはどのようにするでしょう？

本書では、長い期間の介護の体験から私が得た介護技術をみなさんにご紹介いたします。介護する人、受ける人——どちらにも無理のない「しあわせ」を目指す介護への提言書。経験に基づく介護技術やコツがわかりやすい図解と共に満載！



### NEWS 今月のニュース

#### 日々積み重ね 2人が1億歩達成 三木市の健康推進事業

兵庫県三木市が2005年度から徒歩を促す健康推進事業「ヘルシーウォーク」で、田中義紘さん（76）＝同市＝と瀬戸正昭さん（77）＝同市＝が1億歩の大台を達成した。13年で少なくとも地球1周半の6万キロを歩いたことになる。このほど開かれた「健康づくりの集い」で、2人は初めての表彰者となった。

同事業には高齢者を中心に累計1721人が登録（今年3月時点）。配布された記録表に毎日、各自の歩数計を基に記入し、10万歩など一定の歩数ごとに申告

すれば景品がもらえる。昨年度までに1億歩を達成した人が1人いたが、表彰を辞退していた。

田中さんは会社を退職後、毎朝6時半から神戸市西区の雌岡山で行われるラジオ体操に合わせて歩いた。出発時間を少しずつ早め、ピーク時は午前3時に出発して遠回りして登るのを日課にした。雨の日も風の日も歩き、1日3万歩以上の日も。スマートフォンやパソコンを使わない生活で「歩数の記録が日記みたいなもの」と笑う。

瀬戸さんは60代を迎えた時に「息子2人に介護される面倒を掛けたくなかった」という。小中学生時代にゴルフのキャディーを務めて脚力には自信があり、3年前

までの約10年間、朝昼晩に各1時間半の徒歩を繰り返した。今も朝と夜に歩く。「趣味のゴルフのためにも下半身が鍛えられていい。死ぬまでたくさん歩きたい」と語った。



<神戸新聞NEXT  
2018年9月7日(金)>



### 今月の名言

楽しんで学べる「教育」よりも、気がついたら学んでいるような「娯楽」を与えたい。

ウォルト・ディズニー

勉強や学問というと、無意識にかたく真面目なものを想像しがちです。ウォルト・ディズニーのように“娯楽を学ぶ”という視点を持つと、学びの幅が広がるかもしれません。

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/>