



医療法人社団萌気会  
在宅療養支援診療所(二日町)  
在宅療養支援有床診療所(浦佐)

# もえぎ

# 9

Vol. 388  
2024/9.15

## 曾根ト云ノ

さん書

西瓜割り  
撮影地:さくりの郷  
撮影者:関口 那央紀

### INDEX

- 2 ■ 白熊 / 思い出あれこれ
- 3 ■ ご長寿お祝い
- 4 ■ 和解ある老いと死 恩義◎
- 5 ■ 実行委員長のつぶやき もえぎ夏祭り
- 6 ■ いのちをつむぐ会 / 職員募集
- 7 ■ 診療所からのお知らせ / コラム
- 8 ■ 利用者紹介 / 事業所紹介 / 編集後記

新刊案内

## アルプス少年 医を拓く

2024年10月中旬発売(鹿岩社) 在宅医療とともに 黒岩卓夫 著

A5判ソフトカバー、本文280P(カラー口絵8P付) 本体予価2000円+税



# 白熊

暑い夏、冷たいアイスクリームが食べたくなりますよね。でも、ダイエット中だと「ダメダメ、アイスクリームのことなんて考えてはいけない!」と、思えば思うほど食べたくなることはありませんか?この心理について白熊実験という実験があります。

白熊実験とは、1920年代に行われた心理学実験です。被験者を3つのグループに分け、それぞれ以下のような指示を与えました。

- ・グループA:白熊のことを覚えておいてください。
- ・グループB:白熊のことを考えても考えていなくても構いません。
- ・グループC:白熊のことを考えてはいけません。

1年後、それぞれのグループが白熊のことをどれくらい覚えていたかを調べたところ、最もよく覚えていたのはなんとグループCだったのです。つまり、「考えてはいけない」と指示されたグループが、一番白熊のことを考えていたということになります。

この結果は、私たちの中へ無意

識が関係していると言われている。何かを意識的に避けようとする、無意識はそのことを逆に強く意識してしまうのです。

例えば、ダイエット中にお菓子のことを「考えてはいけない!」と思うと、無意識は常に「お菓子のことを考えていないか?」と監視を始めます。その結果、逆に頭の中にお菓子のことが浮かんでしまふのです。

このように白熊実験は、私たちの無意識の働きについて示唆を与えてくれる興味深い実験です。問題に直面した時、人それぞれ対処方法はあると思いますが、あまりにも問題を意識から追い出そうとするのは、かえって印象強くなるため注意が必要です。



萌気園訪問リハビリテーションりらいふ  
リハビリ主任 関谷 藤丸

# 思い出あれこれ

訪問リハビリ、皆さんはどのようなイメージをお持ちでしょうか?家でリハビリをする、たしかにその通りです。しかし入院中や通所サービス利用時と大きく異なるところが、臨床現場が利用者様のホームであり、我々がアウエーであること。それはただ単に病院等と比べ人的、物的環境が違っただけでなく、利用者様とその家族様の精神面にも影響があります。それ故か、様々なエピソードが生まれることもあります。思い出せる範囲でちょっと振り返ってみましょう。

- ・飼猫が脱走し、一緒に探した(無事捕獲)。
- ・昼時の訪問でリハ職の分の出前をとられていた。
- ・独居宅で急な来客対応。
- ・乳児のオムツ替え。
- ・小学生の宿題を手伝う。
- ・スマホの使い方を聞かれた(自分も苦手分野でこれが一番困難)。
- ・転倒リスクがある方の歩行訓練中に家族が急に横から私の口の中にパイナップルを突っ込んで



きた。  
・カメムシを10匹程捕獲した。  
※これらは本来訪問リハビリサービスに含まれていません

このように訪問先では時々予期せぬ出来事が起こります。中には緊急を要す出来事もあり、例えば…

- ・訪問先で急変、初期対応と救急車要請、救急車到着まで対応する。
- ・同居家族が屋外で転倒していた(骨折でした)。
- ・訪問すると台所に煙が充満しており本人家族は居間で気付かず。

などが実例です。

冷静な判断力と臨機応変な対応力を持った職員で構成される訪問リハビリテーションりらいふを今後もよろしく願います。

## 萌気園浦佐有料老人ホーム 「ハイマートハイム・島田」



### ご長寿お祝い ▶ 8/16

ハイマートハイム島田にて8月にお誕生日を迎えられたご長寿の方々をご紹介します。  
高橋キクノさん(106歳)、志太カツさん(104歳)、関口信子さん(97歳)の3人の方のお誕生日会を行った時の写真です。3人ともお誕生日会をとても楽しみにしてくださっていたそうです。

キクノさんはあいさつ代わりに炭坑節をご披露してくださいました。カツさんは大変朗らかな表情を見せてくださり、信子さんも「みなさんのおかげです」と挨拶されていました。

ご長寿のお祝いに、職員が大きな誕生日ケーキを手作りして皆さんで分け合いました。少し大きくし過ぎたかな?と心配していましたが、皆さん大きな口を開けて嬉しそうにペロッと召し上がっていました。

また、炭坑節や十日町小唄などの曲に合わせて、利用者さんと職員と一緒に数曲歌い踊りながら賑やか楽しく過ごしました。

にこにことした笑顔と笑い声にあふれ、ご長寿の方々の元気に圧倒されたお誕生日会でした。



大きな手作りケーキでお祝いました



高橋 キクノ 様(106歳)



志太 カツ 様(104歳)



関口 信子 様(97歳)

## 萌気園二日町診療所 「曼陀羅華」



### 白寿のお祝い ▶ 8/28

曼陀羅華では、笠原マツエさんの白寿のお祝いと、同じ日に102歳になられた曾根トミノさんのお祝いをさせていただきました。

マツエさんには金色の祝着を着ていただき、職員が作ったケーキの前で記念撮影を行いました。サプライズゲストの登場や、みのりの会の方々による歌と踊りをご覧いただいたりと、盛大にお祝いいたしました。

「長生きするものだね。」「ありがとうございます」等、喜びの声も聞かれ、楽しい一日となりました。

来年もお祝いができるよう、元気にお過ごしください。

前施設長さんが  
サプライズでお三人の  
お祝いに駆け付けました

賞状と記念品を  
お渡ししました



笠原 マツエ 様(100歳)



曾根 トミノ 様(102歳)



# 和解ある老いと死

## 恩義③

原作：黒岩卓夫 画：福留慶 方言アドバイザー：おかっへ



やすさんは  
ヘルパーさんのアイデアで  
特製手作りの  
前掛けをかけていた

その姿は  
着せ替え人形の様だった



このばあは  
甘めえがなが好きでそ  
おら塩よっぺー  
がなが好きですけ、  
喧嘩にはならんがだ



昔は砂糖が  
貴重だったんが、  
おらたに隠れて  
舐めつたことも  
あつたな



まあ、  
見て見ぬふりして  
やったとせな



食事がひと段落  
したところで  
腰の床ずれの手当を  
することになった



看護婦がやすさんを  
横に寝かせる間に、

常備してある処置用の  
小道具一式を隆平さんが  
手際よく準備した



やすさん、  
床ずれがすいぶんと  
良くなったね

隆平さんが  
ちゃんと体の向きを  
変えてくれてる  
からだね



そこへ、ヘルパーが  
入浴サービスにやってきた  
隆平さんはやすさんを  
風呂に入れてる時が  
一番熱心だわね  
ねえ？



この前なんて

洗うがんは  
俺がやるすけ、  
お前さんは湯加減を  
見てくんねえか

なんて言ったのよ



そりやそうだよ  
こんな可愛らしい  
お人形さんの身体を  
綺麗にするんだからね



医者としての土地に  
長く付き合っていると、  
寝たきりの連れ合いを  
二年三年と看続けることが  
いかに困難であるか  
よくわかる



隆平さんは、  
やすさんへの恩義で  
生きてる  
そしてやすさんも、  
その恩義の中で  
生きてるのだ



じいちゃん  
また来ます  
ばあちゃんに  
負けないように

日本人のひととひとの繋がりは？日本という国を治める理念は色々あります。聖徳太子の「和の国の憲法177条」に始まり、忠孝、恩義、天下の盛衰など。「和」は大和の国の和、和して同せずと使われ、人間は本来多様な考えをもっており、異質のものがひとつになることを「和」と言っています。忠孝こそ日本の上下関係を前提に国を治めることですね。恩義は人間同士、友だち同士での関係を表していますね。隆平さんとやすさんの微笑ましい2人の世界をじっくり考えてみて下さい。

実行委員長のつぶやき

# もえぎ夏まつり

あなたは飛信隊の信

それとも桓騎將軍

今年のもえぎ夏まつりは天気も良く、多くの地域の方に来場していただきました。ありがとうございました。

みなさんはなにかのイベントや企画、会社等でリーダーになった時にどうしますか？飛信隊の信のように自ら前線に行き仲間を鼓舞させるのか、桓騎將軍のように後方からどっしり構え好機を待つのか・・・まあちよっと論理が飛躍していますが、今年のもえぎ夏まつりでは私は桓騎將軍のように後方待機を選択しました。ちなみに去年のもえぎ夏まつり(去年も実行委員長)では、飛信隊の信のように動き回っていました。しかしその場合、各出店や職員からなにか話が合った時に、私を見つける事ができないことがありました。なので今年は基本的に本部でイスに座っていました。今年は浦佐開催が2回目ということもあり、どっしりと構えることができたと思います。

さて来年は、誰が將軍(実行委員長)をやるのか、私はなにをしているのか、来年のもえぎ夏まつりもこうご期待！



## 抽選会について

久しぶりに抽選会をやりました。抽選会を最後にやったのは2019年なので5年ぶりです。景品をなににするのか悩みました。インパクトがある物、珍しい物、いろいろ考えましたが、最終的にはコンパクトで貰ってうれしい物になりました。抽選券は約200枚配りました。当選本数は38本だったのでいい感じの当選確率だったと思います。当選した方、おめでとうございます！



## キッチンカーについて

今年も3台のキッチンカーさんに来ていただきました。やっぱりキッチンカーさんに来ていただくと、会場も盛り上がるし、雰囲気がいいですね。みなさんはもし自分がキッチンカーをやることになったら、どんなキッチンカーをやりますか？



## 開催時期について

毎年暑いので開催時期をどうしようかなと考えますが、結局8月開催のメリットが多いので8月になっています。個人的に他の候補を挙げるとしたら6月かなと思っています。6月も最近は暑いですがね。8月とは違うもえぎ夏まつりになるんじゃないかなと思っています。来年はいつになるかな～？



# 第13回魚沼浦佐例会について



萌気会 事務局  
南魚沼浦佐実行委員 上村 光男

7月14日にミュージカルHERO奇跡の僧侶・空海と青年の物語を「新潟いのちの物語をつむぐ会」の黒岩卓夫顧問が実行委員長を務めました。

この度の南魚沼浦佐例会は空海から学ぶということです。唐にわたり真言宗を開き仏教の発展に尽力しただけでなく、教育機関も設立している空海。歴史的にも偉大な功績を残した空海、他の人たちの為に生きた困難な人々を救った生涯。

今回の浦佐例会では受け継がれてきた空海を考えから参加者どうしの分かち合い（グループワーク）で皆さんの体験談や思いを語ってもらいたいと思います。大勢の皆さんの参加をお待ちしております。

10月27日（日）14時（受付13時30分～）

会場：普光寺（越後浦佐毘沙門堂内） 南魚沼市浦佐2495番地

懇親交流会：17時30分～ 普光寺内

## テーマ：「空海を考える」～救い・救われ～

- ・法話：樺澤 賢正さん 普光寺住職
- ・話題提供：「空海は悩める青年を救えたか？」 松岡 春和さん  
ミュージカルHERO奇跡の僧侶・空海と青年の物語 原作脚本・総合プロデュース
- ・講和：「空海（弘法さま）を拜めば御利益はあるのかな？」 黒岩 卓夫さん  
（医）萌気会会長、新潟いのちの物語をつむぐ会顧問

申込：新潟いのちの物語をつむぐ会 南魚沼浦佐例会事務局

（医）萌気会事務局 内 担当：上村 光男

電話：025-781-6155 FAX：025-778-0080

Mail：m.kamimura@moegien.jp <https://www.inochinomonogatari.com>

参加費 一般：1,000円 会員：500円 学生：無料

懇親・交流会：3,000円 学生：1,500円 高校生以下：無料

## 「さくり温泉健康館の厨房職員募集」

さくり温泉健康館では食堂調理員を募集しています。

時間：11時30分～19時 週4日～5日 1～2名

就業場所：南魚沼市宮1119 電話：025-774-2802

さくり温泉健康館 担当：田村

# 浦佐・二日町診療所よりお知らせ

**今秋も新型コロナウイルス・  
インフルエンザワクチンの接種を行います。**

開始時期、料金等の詳細については、  
後日、萌気会ホームページや、  
院内掲示物でご案内させていただきます。  
(両ワクチンは同時接種も可能です。)



## 国宝金印「漢委奴国王」

## 安心コラム

金ピカピカと言いますが、皆さん、金、をお持ちですか？

一方金メッキ、メッキが剥げた。金時計とか金の指輪とかいいますね。

ところが国宝中の国宝と言われている「金印」があります。

これが福岡市の市立博物館に展示してあります。NPO地域共生を支える医療・介護・市民全国ネットワーク第3回全国の集いのプレ大会が福岡市で開催された際に、福岡市立博物館を見学してきました。私は2度目ですが、もっと大きいと思っていました。しかし大きさは2.2cm四方で108g金含有率95%という小さなものです。

これは中国が漢の時代、その頃全世界の王と称えられていた光武帝が日本の前身である「倭の奴国王」に与えたものです。

正式には金印「漢委奴国王」と彫られたもので、一人の農民が1784年志賀島の田に水をひく溝で発見し、献上しました。本当の金はピカピカではなく、静かに重さをたたえている深い光を発しています。



## うちの利用者さん

### 小規模多機能居宅介護 「たもんの郷」

今回は、山田 フジイ様をご紹介します。

お生まれは城内の岡地区。兄弟は8人。20代前半で結婚され、水尾に嫁がれたそうです。

結婚前には、小千谷市に住み込みで糸引きのお仕事をされていたそうです。

お子さん方（男二人、女二人）をととても大切にされ、子育ては自分自身のことよりも大事なことでありとの思いで、懸命に取り組まれてこられたとのこと。

たもんの郷を利用される際に楽しみにされていることは、入浴と、顔馴染みの利用者さんや職員と会話をして過ごすことだそうです。体操やレクリエーションにも楽しそうに参加されています。

これからも素敵な笑顔で健やかにたもんの郷をご利用いただきたいと思います。



山田 フジイ 様

## 事業所紹介

### 小規模多機能ホーム さくりの郷

「さくりの郷」では、日帰り利用を中心に、宿泊、ご自宅への訪問と3つの介護サービスを組み合わせてご利用いただけます。

ご利用さんの「困った」はそれぞれ違います。今あなたに必要なケアは何かを考え、必要な時に必要な量のサービスでお応えして参ります。

2024年3月に「さくりの郷」と「ふきのとう」にて非常用発電機が設置され災害発生時などの緊急時にも電力を賄えるようになりました。

避難訓練を行った時に地域の方と一緒に動作確認を行いました。

電源を落とし停電となったと同時に非常用電源が作動、パッとすぐに明かりが付きすごい安心感でした。これには自分も含め皆さん驚かれていました。

しかしこれで万全というわけではありません。設備を整えるだけでなくしっかり訓練や研修を行い、いざという時のために備えていきたいです。



## 編集後記

萌気園浦佐有料老人ホーム「ハイマートハイム・島田」  
志太 称子

今年は梅雨らしい長雨もなく梅雨明けとなり、高温猛暑が続く夏となりました。ようやく朝夕と涼しくなってきました。夏の疲れが出はじめる9月となり、体調管理には十分に気をつけてお過ごしください。

8月18日曜日、浦佐診療所駐車場において「もえぎ夏祭り」を開催する事ができました。笑顔あふれる夏祭りとなりました。とても暑い中、大勢の方に来場していただき誠にありがとうございました。

これからも地域の方と共に楽しめるイベントを企画実行し、報告できればと思っています。

