高齢者の高齢者による
高齢者のための情報誌

社会福祉法人 親の家

2026 年 7 月
No.4　無料

Brand New INFO Senior

From 親の家 2026.7 No.4

日向ぼっこと木漏れ日
午後のひと時・お話ひとつ

小さな小さなベスト5
　大好きな漫画を教えてください

全力高齢者　子どもの頃から輝いていた
　大好きな洋裁と両親への感謝

私の原風景
　鹿児島県　西方海岸の人形岩

高齢者福祉施設　AtoZ

認知症のある人をサポートする心得

日向ぼっこと木漏れ日
午後のひと時・お話ひとつ

親の家の特別養護老人ホームとデイサービスセンターでの
何気ないひと時の何気ないお話をご紹介します。

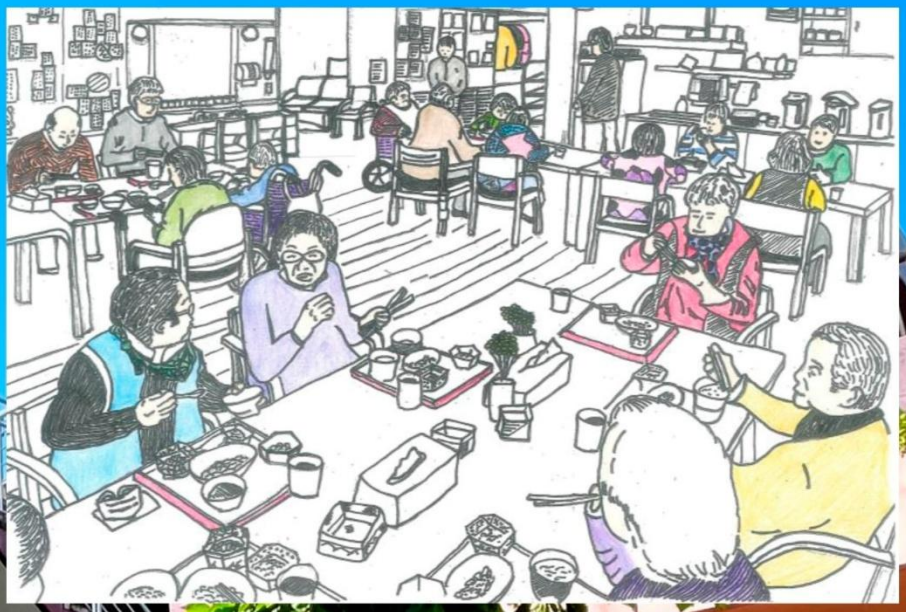
特別養護老人ホームは、
「あけび荘」「かしわ荘」「さくら荘」「とちのき荘」と、
敷地内のシンボルツリーの名前が付けられた
4つの入居ユニットがあります。

デイサービスセンターは、
通常規模型通所介護の「れもん」と
認知症対応型通所介護の「すみれ」の
2つのスペースがあります。

今回は、デイサービスセンターご利用者の
午後のひと時・お話ひとつをご紹介します。

写真：親の家公式インスタグラムより

デイサービスセンター
お昼ごはんの後の何気ないつぶやき



噛む力や飲み込む力に合わせた食事形態の栄養バランスのよいお昼ごはんを和気あいあいと楽しむみなさん。
イラスト：はたせいじゅん

お昼ごはんだけでなく、おやつもいただけるのが、うれしいわ

親の家に来てから、お友達がたくさんできたのよ

マッサージ師さんが、足を揉んでくれるのが、本当にうれしいわ！！

今日は、お天気がいいですね。昔はね、このあたりは、原っぱだったのよ。家も少なくて、よく散歩をしたわ

私は、ここに来ない日は、自宅の近くを散歩しています。広くもなく狭くもない道を歩いています（笑）

親の家は、広いから足腰の悪い私には、動きやすくて、とても楽なのよ

お友達とお話しできるのが、たのしいの。ずっとここに居たいわ

親の家
小さな小さな
ベスト5

デイサービスセンター親の家
ご利用者13人に聞きました！

大好きな漫画を教えてください

対象者：男性90歳代4人、100歳代1人、女性80歳代3人、90歳代5人

○○○○○ 5人 ← 問題です。第1位に輝いた漫画は何でしょう？

ヒントです。1946年に福岡県の「夕刊フクニチ」で連載が始まり、後に朝日新聞へと移り、1974年まで連載。1969年にテレビアニメ化され「世界で最も長く放映されているテレビアニメ番組」としてギネス世界記録に認定され、現在も保持している長谷川町子原作の日本の家族を描いた漫画です。（正解は6頁をご覧ください）

鉄腕アトム 4人

手塚治虫の21世紀の未来を描いたSF漫画。主人公のアトムは、1951年に「アトム大使」の脇役として登場し、翌年から「鉄腕アトム」として主役で連載開始。1963年から放送されたアニメ版は、日本初の本格的な30分連続テレビアニメシリーズで、現代の「アニメ大国・日本」の礎を築いた漫画といわれています。

フクちゃん 2人

横山隆一原作の新聞連載4コマ漫画。主人公は、坊主頭に大きな大学帽、和服にエプロン姿がトレードマークの5歳の男の子。明るく無邪気なわんぱくぶりで、戦前戦後の日本で愛され、約35年間連載。1980年代にテレビアニメ化された昭和を代表する国民的キャラクターです。

のらくろ 1人

田河水泡原作の戦前を代表する日本の漫画。主人公の天涯孤独な犬の「黒吉」が、犬の軍隊で、数々の失敗を繰り返しながらも手柄を立て、出世していく物語。キャラクターグッズやレコードが作られ、日本におけるキャラクタービジネスの先駆けといわれています。

それいけ！アンパンマン 1人

あんぱんでできた自身の顔を犠牲にして、弱者を助ける空飛ぶヒーローの活躍を描いた漫画。原作者のやなせたかしの戦争体験から「正義とは戦いに勝つことではなく、飢える人に食べ物を届けることだ」という信念から生まれた、世代を超えて愛されるキャラクターです。

私の好きな言葉・大切な漢字

渋田八重子さん（90歳） 特別養護老人ホーム

渋田八重子さんの「好きな言葉・大切な漢字」は「下町」です。東京都墨田区で生まれた育った八重子さんは、「生まれてこの方、東京から出たことないのよ」と言う、ちゃきちゃきの下町っ子です。隣町の浅草が大好きで、幼い頃からよく訪れていたそうです。「花やしきと浅草寺、雷門と仲見世、懐かしいですね」。特に思い出深いのが、家族で楽しんだ隅田川の花火だそうです。「また浅草に行ってみたいわ」と笑顔でお話をしてくれました。

大好きな洋裁と両親への感謝
子どもの頃からずっと幸せ

島田トミさん（95歳）
西東京市在住
デイサービスセンター通所8年

取材：森本奈緒美（認知症サポーター）

島田トミさんは、栃木県下都賀郡豊田村（現：栃木県小山市）で、農業を営む家庭の八人兄妹の四女として生まれました。広大な田んぼを所有する米農家で、一家総出で作業をしていましたが、親御さんは、トミさんだけには、農作業を手伝わせることをしませんでした。

「兄妹のみんなが米作りを手伝っていましたが、幼い頃から洋裁が得意だった私には、一度も手伝わせることをしませんでした」

尋常小学校を卒業後、実業学校に三年間通ったトミさんは、地元の洋裁学校に入学して、採寸、型紙作り、縫製、仕立ての技術を学びました。そして、子どもの頃から念願だったテーラーの仕事を自宅ではじめました。トミさん十八歳、昭和二十六年、日本が戦後復興を果たし、高度経済成長期へと向かう基盤となった時代です。

「多くの人から紳士服の注文をいただきました。チョッキも作ったんですよ。とても忙しかったです」

会社勤めをするサラリーマンが増えると共に、スーツの需要が高まりました。当時は、スーツを買うのではなく、誂えるのが当たり前だったことから、注文が殺到したそうです。まさにトミさんは、時代の波に乗りました。

「本当に両親には感謝しています」

そんなトミさんに人生の転機が訪れたのが、二十三歳の時でした。親戚の紹介で知り合った男性と結婚をして、武蔵野市八幡町に住まいを構え、調布市の深大寺の近くに工場を建て、新しい生活がはじまりました。

「栃木県で製鉄会社に勤めていた主人が独立したので、一緒に鉄を削ったり、曲げたり、仕事を手伝いました。洋裁の仕事は、結婚を機に辞めました。みなさんに事情を説明して注文をお返ししたんですよ」

東京という新天地で、ご主人を支え、二人の娘さんに恵まれ、三人のお孫さんとも時間を共にし、二十年程前にご主人を亡くしたトミさんは、現在、娘さんと一緒に暮らしながら、デイサービスセンターに通っています。

「八年前に道で転んでから、デイサービスに通っています。お友達とお話したり、ゲームをしたり、とても幸せよ。ずっとここに居たいわ」

島田トミさんは、モダンという言葉が似合う、とても素敵な女性だと感じたひと時でした。

全力高齢者
子どもの頃から輝いていた
Full power elderly
Shining since childhood

武蔵野に伝わる民話の絵本を、地域のボランティアさんと一緒につくるレクリエーションに参加した島田トミさん（前列右）

左：武蔵野市の特産品のウドが主人公のオリジナルの絵本
右：手先の器用なトミさん（左）は、ぬり絵でも腕前を発揮

写真：公益社団法人 鹿児島県観光連盟

鹿児島県 西方海岸の人形岩

向井寿美子さんの原風景は、鹿児島県の北西部に位置する、薩摩川内市（さつませんだいし）の西方海岸の人形岩です。

寿美子さんは、植民地支配下の朝鮮半島の羅津（らじん）に移り住んだ両親のもとに生まれ、戦後すぐ親戚の暮らす鹿児島県に、一家揃って引き揚げました。当時15歳だった寿美子さんは、叔父さんの経営する川内高城温泉（せんだいたきおんせん）の温泉宿で働きはじめ、大阪の短大に進学するまでの3年間を鹿児島で暮らしました。

川内高城温泉は、西郷隆盛が訪れたといわれる鹿児島で歴史ある温泉郷で、古くから湯治場として賑わっていました。配膳の仕事をしていた寿美子さんは、調理場でごはんをよそっては客室に膳を運ぶ、膳を下げては片付けをすることを繰り返す、忙しい毎日を送っていました。

働きはじめた頃のことで、もうひとつ覚えているのが言葉の苦労です。日本人の両親のもとで、日本語で暮らして、日本語教育を受けたのですが、鹿児島の言葉を理解できませんでした。薩摩川内市の方言は、鹿児島弁に地域独自の表現や近隣の甑島（こしきじま）特有の言葉が含まれていたので大変苦労したそうです。

そんな暮らしの中で、休みの日に家族や友達と一緒に訪れていたのが、川内高城温泉から、約5キロ離れた国道3号沿いの西方海岸です。海岸にある人形岩には、子どもを抱えた母子の姿に見える奇岩で、地元では、漁から帰らぬ夫の無事を祈り続けたまま、息絶えた母子をふびんに思った海の神様が、母子を岩に変えたという伝説が語り継がれています。

人形岩と砂浜が織りなす風景は、15歳からの3年間を鹿児島で過ごした寿美子さんの癒しの空間でした。人形岩の向こうに夕日が沈むサンセットタイムは、薩摩川内市随一の絶景だそうです。

鹿児島県薩摩川内市の西方海岸は、絶景スポットとして知られる、東シナ海に面した白砂青松の美しい海岸。肥薩おれんじ鉄道西方駅から徒歩約5分
写真：Google Maps

参考文献：せんだい高城温泉よか湯協議会ホームページ

小さな小さなベスト5　大好きな漫画を教えてくださいの第1位は「サザエさん」でした。

アットホームな
少数制入居ユニット

住み慣れた武蔵野で
気ままな健やかライフ

見学＆相談
随時開催中

特別養護老人ホーム 親の家

親の家のセカンドライフ
これまでの暮らしの延長こそが快適

親の家は「生活のリハビリ」を基本とした定員45名規模の特別養護老人ホームです。家庭的な雰囲気でゆったりと暮らせる少人数制ユニットケアを採用しています。また短期入所介護（ショートステイ）は、定員3名での受け入れを行っています。ご家庭と変わらない日常をお過ごしいただけます。

地域に開かれたケアの場
多種多様なリクレーションを開催

親の家オリジナルの新年会、敬老会 クリスマスパーティーなど季節の行事を楽しむレクリエーションを開催しています。近隣の小学校や保育園などの地域の方々にも参加をいただいています。親の家は、地域に開かれた施設として、2025年11月に開所25周年を迎えました。

自宅送迎
昼食・入浴
レクリエーション

心身機能の維持を
専門スタッフがサポート

見学＆相談＆体験
随時開催中

デイサービスセンター 親の家

ゆったりとした家庭的な雰囲気で
日常生活と生活向上の支援を日帰りで提供

落ち着いた雰囲気の空間で、専門スタッフが、食事、入浴、排せつなどの生活機能維持と心身機能向上を目指して、各種サポートを日帰りで提供しています。デイサービスに通うことで、家族の介護負担の軽減だけでなく、外出して人と触れ合うことで、ひきこもりと孤立の防止に効果があるといわれています。

楽しく笑顔で過ごせる
レクリエーションと イベントを開催

介護スタッフによるネイルケアなどの美容レクリエーションをはじめ、社会参加とコミュニケーションの促進を目的に、フラチームや音楽家などの地元密着型のイベントを多数行っています。地域の方々とご利用者が交流を深め、充実した日々を送れるように心掛けています。

人に感謝する心と優しさに満ちた 誰でも受け入れていく温かい場
最期までその人らしく必要とされ 自立して生きていける生活の場を目指しています

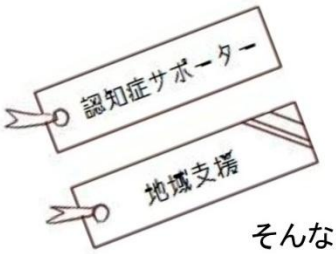
社会福祉法人 親の家

武蔵野市八幡町3-4-18
社会福祉法人 親の家
電話：0422-55-0507

公式
ホームページ

公式
インスタグラム

連載コラム



住み慣れた武蔵野市で自分らしく暮らし続けたい

企画監修
社会福祉法人親の家
生活相談員
遠藤憲彦さん

住み慣れた武蔵野市で自分らしく暮らし続けたい。
そんな思いを叶えるには、地域のみなさんの支援は欠かせません。
認知症のある人をサポートする上で、必要な知識と役立つ情報をご紹介します。

＜第二回＞

認知症のある人と関わるうえで大切な5つのポイント

否定しない、叱らない

本人の言動には理由や背景があります。頭ごなしに否定したり叱ったりすると、プライドを傷つけたり、信頼関係を損なう可能性があります。たとえ事実と異なっていても、本人はそれを事実だと感じています。にっこりと話を合わせましょう。

できることを奪わない

認知症のある人は、できることが減っても、時間をかけたり、周囲のサポートがあれば、できることは沢山あります。持っている力を尊重せずに代わりにやってしまうことは避けましょう。自分でできることを続けることは、達成感を得られ、有する能力を長く保つうえで重要です。自分でやろうという気持ちがあるうちは、適度な距離感で接しましょう。

明るく、ゆっくりと話す

聴力や認知機能の低下に配慮し、落ち着いて、短く、ゆっくりと、わかりやすい言葉で話しましょう。長い言葉や難しい内容は混乱を招くことがあります。思いを導き出せるように、具体的な言葉を使いましょう。

急がせない

認知症のある人は、考えて行動を起こすまでに時間がかかります。それでも何とか自分で解決しようとしている時に、急がせてはいけません。少し待つこと、黙って見守ること、そばに居て、時には一緒にやることも大切です。

自尊心を傷つけない

できないことを指摘したり、子ども扱いしたりすることは避けましょう。可能な範囲で、本人ができることや役割をお願いすることで、達成感を得られたり、自尊心を高めることにつながります。失敗はそっと見て見ぬふりをしましょう。

次回は「認知症ケアの実例」です。

Brand New INFO Senior

2026年7月
No.4　無料

企画・編集：はたせいじゅん
取材：森本奈緒美（認知症サポーター）
発行：社会福祉法人　親の家　　発行人：霜田祐喜子
武蔵野市八幡町3-4-18　0422-55-0507
表紙モデル：デイサービスセンターご利用者　島田トミさん

本紙掲載の写真・図版・記事を弊社の許可なく無断で複写・転載することを禁じます

本紙記事は、親の家のご利用者の声を尊重し、高齢者の生活環境に理解を深めていただくことを目的に作成しました。プライバシーと尊厳に最大限配慮し、一部の記事で仮名を使用していることをご了承ください。