



Oasis meets Books

オアシス・ミーツ・ブックス

本のあるオアシス 本のある人生

2022年7月 vol.18

【あなたは人生のどの場面で本を読みますか?】

朝型の私は、新聞配達バイクの音を聞きながら、ホットコーヒー片手に本のページをめくる休日の朝が至福のひとつです(#^_^#)

Oasis meets Books Vol.6で紹介され、昨年は円卓会議で理事長からお話があった中村天風「運命を拓く」、ページを進んでは戻り進んでは戻りしながら、何とか最後のページまでたどり着く事ができました。

本は人生のどの場面で読むかによって、感じ方や解釈も違ってくる不思議なものです。

皆さんも早起きして、本を開いてみてはいかがでしょうか(^^) (教育委員会 副委員長: 徳廣波江)

人は話し方が9割 / 永松 茂久

グループホーム オアシス平野 / 介護士 篠原 真美



人の話し方はスキルよりメンタルが大事。自分が話している時は、誰からも否定されず、何を話しても頷いてくれ、全肯定してくれる人が好きな生き物です。でも、全否定されると話にくい環境ができます。

人間は基本的に、自分に興味を持ってほしい、自分をわかってほしい、認めてほしい、という思いがあり、自分をわかってくれる人が好きな生き物です。

人と話をする、人の話を聴く時に大事なのが拡張話法です。感嘆する事、反復する事、共感する事、称賛する事、話の質問を試みる事。そうすることによって、人は気持ちよく話することが出来ます。また、苦しい人とは話さなくてもいい、沈黙は悪いことではない、距離を詰めなくてもいい、とこの本には書かれています。

絶対にしてはいけない事も書かれています。相手によって態度を変える事、4Dワード(でも、だって、どうせ、だめ)は言わない事。言葉のクセは人格のクセです。

そして、悪口について。周りが悪口を言っても言わない、悪口を言う人を変えようとしてもいけない。「好かれることより嫌われない事、人間は感情の生き物です」とも書かれています。本を読んで、仕事でも活かしていきたい、と思いました。



・次回⇒グループホーム オアシス平野 / 主任 介護士 西森 夢子

たづちゃんノート / 新美 千恵子

グループホーム オアシスきずり / 介護士 福田 彩海



私が今回紹介するのは「たづちゃんノート」という本です。

作者のお母さんで主人公の「たづさん」が認知症になり入院しました。作者「娘」がお見舞いに行く際に頭の体操として「今日は何月何日でしょうか?」など、チラシの裏などに簡単な問題を書いて持参し、質問と答えを出しながらコミュニケーションをとるのが恒例となりました。これが後に誕生する「たづちゃんノート」の原型となります。退院後、自宅に戻ったたづさんとこのやりとりは続き、初めは簡単な問題だけだったのが、体調を尋ねたり欲しいものや食べたいものを書いてもらったりと、学習ノートは母と娘の交換ノートとなりました。

私がこれを読んで思った事は、身近な人であっても日頃、面と向かってなかなか言えない事もノートを使う事で聞いたり答えたり、また、一対一で向き合っていると言葉のキャッチボールが上手いかなくなる事もあると思いますが、ノートでやりとりする事で丁度良い距離感を保て、心の余裕も作る事ができるのではないかと思います。

読みやすい内容の本ですので是非手にとっていただけたら、と思います。



・次回⇒グループホーム オアシスきずり / 介護士 吉川 智美

老いも病も受け入れよう / 瀬戸内寂聴

デイケア オアシス寿安 / 看護師 沢井 ゆかり



瀬戸内寂聴さんは、昨年11月9日に99歳でお亡くなりになりました。

92歳で圧迫骨折や胆のうがんでの闘病でつらい痛みを経験され、死んだ方がましとさえ思う日々を過ごし、初めて老いを意識したそうです。私からすると、92歳まで老いを意識せずに過ごされてきたことにびっくりです。そんな人生の先輩の生き方はとても参考になります。僧侶としての法話もさることながら、一人の人間として素直に語っておられる所に親しみを感じます。この本には、ポジティブな言葉がたくさん書かれています。実体験を元に教えてくれる寂聴さんの言葉が心に響き、とても読みやすい本になっています。



老いも病も前向きに乗り切る力が湧いてくる一冊です。

<著者の名言 抜粋>

幸福は笑顔が大好き。いやなことは笑って浄化してしましましょう。

老化は着々と押し寄せてくる。異変を感じたら即、病院へ。

病状も骨格も体力も人それぞれ。自分にあつたりハビリを続けましょう。

いただいた命は大切にしましましょう。

・次回⇒デイケア オアシス寿安 / 介護士 小野 千里

大人の日帰り旅 / JTBパブリッシング

老健 オアシス デイケア・ショート / 介護士 切通 竜彦



今回、私が紹介させていただく本は「大人の日帰り旅」です。

近畿圏内を中心とした絶景スポットが載っています。



奈良県は「葛城山の深紅のツツジ」、滋賀県は「奥琵琶湖の鏡湖」、私が住んでいる大阪は「府民の森ほだた園地」です。

星のブランコという吊り橋から見える景色がおすすめ、という事で実際に行ってきました。吊り橋まで山道を歩いて登り30分程かかりましたが、到着した瞬間、目の前に広がる景色に、疲れが吹き飛ばぐらい感動しました。

4月下旬という事もあり一面の新緑と山桜が咲いてとても美しく、ウグイスも鳴っていました。

吊り橋は全長280m、最大地上高は50mもあります。渡っている時は景色を楽しむ余裕はありませんでしたが、へっぴり腰になりながらも渡り切りました。コースとしては、まだ先がありましたので、丁度お腹も空いてきたので下山し、地元のお蕎麦を食べて帰りました。

楽しかったので、皆さんも是非一度行ってみてください。

・次回⇒老健 オアシス デイケア・ショート / 介護士 奥立 ちあき

おどる老人病棟 -愛しの患者さんたち- / 岸 香里

特養 オアシス寿安 生活支援課 / 介護士 宮内 絵美



1998年に発売された、看護師をしながら漫画家になった岸香里さんの「おどる老人病棟-愛しの患者さんたち」をおすすめします。



新卒で入った老人病棟での異食・徘徊・盗癖など、あっけらかんと繰り返す認知症患者の日常生活について、体験をもとに楽しく描かれていました。

私も以前勤めていた老人病棟で、入浴時に石鹸を見つけ、嬉しそうに口に運ぼうとするおばあちゃんや、「濡れティッシュが濡れているから乾かすんや…」とベッド柵に干しているおじいちゃんなど、愛しの患者さんたちがいて、本を読みながら「あるある」と職員同士でよく盛り上がりました。

「いつも訳のわからない事を言い、全く意思の疎通がないものと思われがちな認知症。おもしろく老いるっていかにも…と思わせてくれた人生の先輩たちの物語」と著者は言っています。

「久しぶりにまた読みたいな」と思いました。

・次回⇒特養 オアシス寿安 生活支援課 / 介護士 亀山 香織

陽炎ノ辻 -居眠り磐音 江戸双紙- / 佐伯 泰英

老健 配食 / ドライバー 金谷 秀夫



佐伯泰英の長編時代小説「居眠り磐音 江戸双紙」全55巻の大作で、毎回読むのが楽しみだった。西国の家老の長男「坂崎磐音」の物語である。



藩の内乱の犠牲になり親友や婚約者等を全て失い、脱藩し、ひとり江戸へ行き新たな人生を始める。江戸の人々とのふれ合い、助け合い、恋愛、常に運命に逆らわず生きて行く中で剣術家となり、後に徳川家斉に認められ、公儀の御用道場主となる。

息子の空也も父の跡を継ぐべく、全国へ剣修行の旅に発つ。印象に残っているのは、その道中に出会った僧が言った「捨ててこそ」という言葉。

「捨ててこそ」 …何を?出世欲?物欲?お金?

もちろん、人によって違うが、この年齢になってもまだまだ人生修行が足りないのか、人間の煩惱を「捨てる」ことは容易ではない。しかし、多くを求めず「足る」ことに感謝を忘れてはいけない、と感ずる今日この頃である。

・次回⇒老健 配食 / ドライバー 高橋 裕明

さまよう刃 / 東野 圭吾

特養オアシス寿安 地域連携課 / 主任生活相談員 川口 拓也



ミステリー・サスペンスで有名な東野圭吾先生の中で特におすすめの作品です。



日本では2度、さらに韓国でも映像化されたほどのベストセラー作品です。

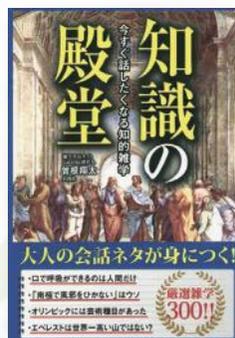
父子家庭で男手一つ育ててきた高校生の娘がある日、凌辱された挙句殺害された父親の話です。犯人は未成年の少年グループ。ある密告者によって犯人を知った父親が、少年法によって守られるくらいなら、自らの手で復讐に走る物語です。父親は復讐を遂げた際には自首する覚悟です。

警察は少年グループが父親によって狙われていることを知り、当然守らざるを得ませんが、その少年グループが犯した罪、父親がなぜ復讐に走ったのかをわかった上で、父親を逮捕すべく追い詰める葛藤なども描かれています。少年犯罪被害者の悲痛な思い、そして正義とは何なのか。

2004年出版の作品であり、時代背景として女子高中生コンクリート詰め殺人事件なども起こっており、少年法について深く考えさせられる作品です。

・次回⇒特養オアシス寿安 地域連携課 / 主任生活相談員 大久保 悟

オアシス文庫 recommend



蔵書ご案内

知識の殿堂 / 曾根 翔太

普段、私は本を読むことに苦手意識があります。

読めたとしても内容が頭に入っていないなど、読書した意味がないと思うことがよくあります。こちらの本は、そんな私でも楽しく読めて、読破することが出来ました。

300に及ぶ雑学が書かれており、例えば「アイスクリームは元々薬として食べられていた」「始球式で必ず空振りをする理由」など、「そうなんや」と思うことが沢山ありました。皆さんもきっと一度は気になったことがあるのでは?と思います。

私は誰かに、何か話をするのが得意ではありません。

何故なのかを考えてみると、自分には人と話す内容<知識>が少ないからだ、と思いました。

この本を手に取り、読み終えると、「人に話したい」と思いました。

そう思うと、「もっとたくさんの本を読んで知識をつけていきたい」と強く思ったのです。

読書は人生を豊かにする、といいますが、調べてみると、現代では全く本を読まない人が沢山いると知りました。

本を読むことが苦手な方は是非一度、この本を手にとって読んでみてはいかがでしょうか。(教育委員会:小田 拓弘)

老健入り口の書棚「オアシス文庫」から貸し出しできます▶



編集後記

最近、本を読まれましたか?

私は全然です…。この半年を振り返ると、かろうじて最新のオアシス文庫「アルトゥールと行く!不思議の国・ジャパン」を読んだぐらいです。改めて日本のアレコレを外国人目線で見ることができ、とても面白かったです。日本発祥のスマホの絵文字(emoji)は今やiOS、Android、Windows、Mac OSに「そのまま」標準搭載されていること、ご存知でしたか!?? 外国人にとって、私たちにはすぐにわかる「☺」や

「👉」「👈」はナゾだそうです(笑)(-o-*)

今回ご紹介いただいた時代小説というジャンルはまだ読んだことがありませんし、東野圭吾さんは好きですが、重めものは避けてみたり。寂聴さんも気になりつつもなかなか…。そうやって後送りにしているものの中にも、まだ知らないことがたくさん、たくさん詰まっているんでしょうね!! 時間を作ってから本を読むのではなく、実は、本を手にとると、時間が生まれるのかも知れません。

oasis
おかげさまで25th Anniversary

教育委員会

(教育委員会:中島美和子)