



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

2024年7月 vol.26

今年は4月から暑い日が多かったように感じます。皆様、いかがお過ごしでしょうか。大阪万博がいよいよ来年開催されますね。とても楽しみです！今号では、元気や勇気もらえる本から大阪万博の紹介雑誌まで、幅広い本をご紹介します。私もどの本を買おうかと迷っています。

まばゆい陽射しを浴びながら、雨の景色をながめながら、本を読むのはいかがでしょうか。

(教育委員会 委員長：前田 吉紀)

「おひとりさまの老後」が危ない！ / 上野 千鶴子、高口 光子

老健 オアシス 入所看護 / 看護師 三宅 昌世

社会学者 上野千鶴子さんの本との出会いは何年も前になります。上野千鶴子さんの講義を受けていた友人より紹介されたことがきっかけです。それ以来、時々読むことがありました。

「おひとりさまの老後」が危ない！



今回ご紹介するのは、介護保険や介護施設について、元気が出る介護研究所所長の高口光子氏との対話形式で語られている本です。

看護・介護をするにあたっての理想と現実のギャップに悩まされていることや、介護事故が起きた時の経営者側や当事者の考え、そして何をすべきなのかなど、実際にあったことが語られています。

お年寄りの「生きる」「暮らす」を支えるためには何が 필요한のか。「ケアは人と人との関係性である」そして「人と人との関係を支えることを保証する制度が介護保険である」と書かれています。

看護・介護現場にいる一員として、より良い現場にしていきたいという思いにさせられる本でした。



中央：三宅さん

・次回⇒老健 オアシス 入所介護 / 介護士 足立 健一

なが生きたけりゃ 居場所が9割 / 川口 雅裕

老健 オアシス リハビリ / 主任 轟 佳代

人生100年時代。TVや雑誌で「老後資金2千万円」「女性の健康寿命75歳から平均寿命87歳までを健康に過ごすには」といった、お金や健康に関する情報をよく耳にしますが、それらの数字や情報は全て嘘であること、本当の健康寿命や老後のお金の考え方等について、様々な統計データを示し、エビデンスに基づいた上で、本当に大切なのは「居場所」であることを示してくれる著書です。長い高齢期を幸福に生きるための方策として、



- ①思考の切り替え方、物事の捉え方
- ②(高齢者が同世代で集まるメリットを説き) いつまでも参加・発揮・貢献できる環境作り
- ③早期に高齢者住宅に住み替えることの重要性

等について、多くの事例と分かりやすい文章で記されています。また良いケアの考え方として、高齢者が各々に持っている能力、知識、技術、得意分野を引き出し、活かせる場・機会を提供するという、高齢者＝弱者として捉える画一的なケアとは逆の発想についても紹介されており、勉強になる著書だと思います。



白馬岳にて (左側：轟さん)

・次回⇒老健 オアシス リハビリ / 理学療法士 金井一暁

きっと明日はいい日になる / 田口 久人

デイケア オアシス寿安 / 介護士 戸田 敦子

私が今回ご紹介したい冊は、田口久人さんの著書「きっと明日はいい日になる」です。今日がどんなに苦しくても、どんなにつらくても、明日は変えられる！



頑張り過ぎることなく、少しだけ見方を変えることで前向きにしてくれる言葉を厳選して収録されている本です。

182条もある前向きな言葉にきっと勇気づけられることだと思います。

自分自身も子育てや人間関係などですごく悩んだ時期があり、そんな時にこの本と出会い、「これではだめだ！」と自分を奮い立たせる元氣と勇気をくれた素敵な1冊です。

短めの文章なのですごく読みやすくなっていて、「次はどんな言葉が書いてあるのだろう」とワクワクしながら読めると思います。

頑張っているのにうまくいかない…と、落ち込んでいる時にこそ是非読んでみてほしいと思います。



・次回⇒デイケア オアシス寿安 / 生活相談員 刈谷 百合恵

Aではない君と / 薬丸 岳

特養オアシス寿安 生活支援課 / 介護士 杉山 伽奈

「Aではない君と」は、少年犯罪を題材にした薬丸岳さんの作品です。書店に立ち寄った際、タイトルと表紙に惹かれて衝動買いしたのを覚えています。物語は、14歳の少年Aが同級生を刃物で殺害するという悲惨な事件から始まります。少年Aの犯行動機ははじめであったと次第に明かされるのですが、少年Aは物語の序盤は口を閉ざし、全く反省の色がなく、少年Aの両親や弁護士も手を焼きます。その周りの苦悩や心情も鮮明に描かれています。何より、今まで家族との関わりを疎かにしていた父親が、逃げずに息子と向き合う姿がとても印象に残りました。



ある時、少年Aが父親に「心とからだど、どちらを殺した方が悪いの？」と問いかけてます。僕は(被害者の子に)心を殺されたんだと。父親はその問いに答えられずにいたのですが、物語の終盤でその時の答えを息子に伝えるのです。それがいきなり正論を並べた言葉ではなく、息子と息子が起こした事件にきちんと向き合ってきたからこそ出せた結論でした。そこで初めて、少年Aは自分が犯した罪と、奪ってしまった命の重さを思い知り、反省の色を見せるんです。少年Aのした事は許される事ではないのですが、両親思いで優しい子だった描写もあり、私にとって本当に感慨深い作品でした。「心とからだど、どちらを殺した方が悪いの？」の問いに対する答えは、簡単に出せるものではないと思います。ですが、どんな理由があろうと人の命を奪うことは許されない、と読み手にも強く訴えている作品です。書店に立ち寄ることがあれば是非一度、手に取ってみてください。



・次回⇒特養 オアシス寿安 生活支援課 / 介護士 西翔太

心霊探偵 八雲 / 神永 学

デイサービス オアシスキズリ / 介護士 小林 和恵

私がこの本と出会ったのは7~8年前、「八雲」という題名にひかれて手に取りました。生まれながらに片眼が赤く、その眼で、普通の人には見えないものを見ることができ、大学生の斎藤八雲が、その能力を活かして難事件を解決していくスピリチュアルミステリー。



物語は、同じ大学の小沢晴香が、肝試しに行き体調を崩した友人のために八雲を訪ねたところから始まり、魂が見える八雲と、思ったことをはっきり言う晴香との大学生コンビが活躍していきます。

晴香は不運にも事件に巻き込まれることが多く、八雲は口を開けば皮肉ばかり。ぶっきらぼうで不器用ながらも晴香に手を貸す優しさを感じられ、物語が進むにつれて彼が抱えてきた悩みも垣間見えてくる。

事件を解決していく中で出会う後藤刑事、そして両眼が赤い謎の男…。怖さもあり、ハラハラドキドキ。魂が見えるけれど、それは事件の真相を明らかにするヒントにすぎず、亡くなった後も人間としての感情や寂しさを感じ、結局は生きている人間が一番怖いという結論に帰着する。全部で12巻ですが一話一話、お話ごとに完結するので、とても読みやすいです。興味のある方は読んでみてください。



・次回⇒デイサービス オアシスキズリ / 看護師 桑原 智恵子

pen 一大阪・関西万博へ行こう! / CCCメディアハウス

老健 オアシス 衛生 / 築木 福子

大阪・関西万博が、2025年4月13日~10月13日、夢洲で開催されます。大阪で2度、万博を経験できて感無量ですね。ワクワクドキドキが止まりません。



テーマは「いのち輝く未来社会のデザイン」です。ノーベル賞を受賞された山中伸弥先生他大勢の方がご尽力されています。

大阪ヘルスケア、そして海外、自治体、民間などたくさんのパビリオンで催事が行われます。

木造リングも見逃せません。瀬戸内海を見渡せるそうです。マスコットのミャクミャクは細胞と水からできているそうです。おもしろいですね。

入場料は前売りで4,000円から、色々なプランがあります。事前に情報をしっかり仕入れてめいっぱい楽しみたいです。皆さん、是非、大阪・関西万博へ行きましょう!!!

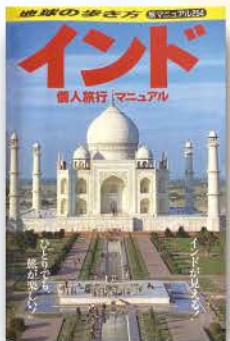


・次回⇒老健 オアシス 衛生 / 吉村 智子

地球の歩き方 インド / ダイヤモンド・ビッグ社

介護支援センター オアシス 地下鉄平野駅前 / 管理者 山口 大輔

私をご紹介したい本は、「地球の歩き方 インド」です。初めてインド旅行に行こうと思った25年以上前、現在ほどインターネットは普及しておらず、「地球の歩き方」は、海外旅行へ行く際には必須の本でした。



インドの大自然や、神秘的な文化遺産の綺麗な写真を眺めているだけで、インドへの憧れが大きくなっていった事を覚えています。

聖なる川「ガンジス川」の写真が載っていますが、沐浴する人がいて、そのすぐ近くで洗濯をしています。毎日の暮らしの中に神聖な儀式が当然の様に存在するところが、まさにインドを表しているのではないかと思います。

インドには偉人、聖人が数多く存在しました。ガンジーや、マザー・テレサ、サイババなどの生涯も「地球の歩き方 インド」で紹介されています。

あれから、年月が経ち、人口が世界一になったインド。IT大国として経済も著しく発展しています。

「地球の歩き方 インド」の最新版を持って、またいつの日かインドに行きたいと思っています。



・次回⇒介護支援センター オアシス 地下鉄平野駅前 / ケアマネジャー 新堂 仁子

オアシス文庫 recommend



蔵書ご案内

認知症世界の歩き方 / 寛 裕介

認知症は、今のところ治す方法はありません。

「ご本人の視点から認知症を学び、ともに生きていくきっかけになれば」と作られた本です。

旅人の声として、実際に体験したことが書かれており、その時の心情も表現されています。

その行動の理由について、例えば、旅人が大きな声で叫んだり怖がったりする原因はどこにあるのか、どれほど怖い思いをされているのか等が具体的に説明されており、「そうだったのか」と思わず頷きたくなりました。

認知症の方が経験する出来事を、誰もがわかりやすく身近に感じ、楽しみながら学べる形で紹介しています。

是非一度、認知症の世界を体験してみたいかがでしようか。(教育委員会: 谷 左都子)

老健・特養寿安・支援長瀬の「オアシス文庫」から貸し出しできます▶



編集後記

毎号、どれも読みたくなる本ばかり… ご紹介、ご協力くださり本当にありがとうございます。

奇しくも、老後に向けて人と関わることの大切さを違う切り口で書かれたタイトルが並び… 昔、先輩が「将来、みんなでベルサイユ宮殿みたいな家を建てて、一緒に住もう!」と言って、みんなで盛り上がったことを思い出しました★ 楽しいだろうなあ…

万博も、まだ実感がないのですが、近づいてきたらどんどん行きたくなる気がします。

嘘も真も想像も、ないまぜの情報が溢れていますが、せっかくこんなに近くである一大イベント、行かないかもつたいいな、と思っています。

これから夏本番。涼しい屋内での読書も良いですね。また次号での新しい本との出会いを楽しみにしています。



教育委員会

(教育委員会: 中島美和子)