







※下井草と荻窪駅を往復する関東バスで「妙正寺池」下車、南へ7分。

公園の東側だけで、三方は平地です。広いとはいえない公園ながら、森に囲まれて池と噴水が整っている様子は、いささか西欧の庭園をも思わせてくれます。

池の水は他の公園にくらべて澄んでいて、鯉の色も鮮やかです。池の周囲は約200m、小径の一部には木板が敷かれ足裏が心地よく、ベンチの数も多く休息するのに戸惑う心配はありません。

噴水は3カ所、一つは高く上がったり低くなったりと変化しています。池の西側は池の約4倍の面積の児童の遊び場になっていて、滑り台やブランコなど遊具が備わり、いつでも母子の姿が見られます。

## ●看護・介護の現場から—⑥●

### 悪化しているのに、認定が軽くなるとは!

桃井診療所  
介護支援専門員

松本 雅代



#### ◆思わず大声を

「えー！まさか！」

8月に介護保険の更新をしたOさんの認定結果を手にし、思わず大声をあげました。要介護1が必要支援2になっていたのです。Oさんを知る診療所の職員も皆、同じ思いでした。

Oさんは97歳の女性。認知症のないしっかりした方ですが、変形性膝関節症、片眼失明、高度難聴の上に高血圧、息切れ、便秘などに常に悩まされています。

一方、池の小径に人影は少なく、静寂の中で噴水の音に浸れます。(写真筆者)

にデイサービスに行く以外、一人で外出できず、室内も伝い歩きがやっと。転ぶことが多くなり、最近は這って移動していく。なんとか1人で過ごせるものの、身の回りのことは次第に困難になってきています。

◆娘さんの怒り

即、審査やり直しの手続きをし、「支援2」が出来た元となった調査資料を取り寄せました。状況の書き漏れはありませんでした。

再調査の時、もう一度丁寧に伝えていくこと娘さんと調査項目をチェックし、所長も主治医意見書をさらに具体的に記入し再調査に臨みました。先日、Oさんに要介護2の認定結果がおりまし

た。住宅地を抜けると、街に沿った道路から森を隔てて噴水と池が現れます。道路が高くなっているので、池を見下ろすかたちとなります。手入れの行き届いた灌木の間の、8段の石段を下りて公園に入ります。勿論、公園は東西南北どこでも入り口ですが、この公園では東側のここからの風景に特に心の安らぎとやさしい刺激を感じます。

高台になっているのは公園の東側だけで、三方



西荻窓診療所友の会  
安斎 登(杉並区西荻窓)



## 使いやすいトイレのポイントは? なかの住宅センター 勝亦裕一さんに聞きました

加齢や病気で入院した場合、身体機能の低下に合わせ、退院後の生活が必要となります。部分的な改修であれば、工期もそれほどかかりず工事が必要となります。部分的改修についてご案内します。

#### ①寝室とトイレは近くに



#### ②入口の扉は引き戸に

よう動線を工夫する。トイレの扉は引戸が使いやすい。やむを得ずドアとする場合でも、緊急時は120cmとすることを

アンドする場合でも、緊急時は負担が大きいため、洋式便器に替えましょう。

その他、換気の確保や掃除のしやすさで便器に平行にカウンター付の手洗器が取り付けられ、反対側にL字型の手摺を付ければ、無理なく立ち座りできます。

その他、換気の確保や掃除のしやすさで床材を選ぶことも大切です。水廻りを一室にして、車椅子でも動きやすい事例を写真で紹介します。

**【お問い合わせ】なかの住宅センター  
電話0120-39-8601(無料)**

付ける白色のものをお使いください。

#### ④手すりが付けられる広さに

便器の左右の壁の距離は120cmとすることを

お勧めします。広げることで便器に平行にカウンター付の手洗器が取り付けられ、反対側にL字型の手摺を付ければ、無理なく立ち座りできます。

その他、換気の確保や掃除のしやすさで床材を選ぶことも大切です。水廻りを一室にして、車椅子でも動きやすい事例を写真で紹介します。



## 大和地区まつりで 血圧測定



10月19日の大和

地区まつり。「血

圧を測ってみませ

んか」目立つ看板

に昨年よりも多い53

人が測定しました。

友の会主催で「平和バザー」を開催。天候不安を吹き飛ばす勢いで、

例年になく診療所・訪問看護ステーションの看護師も手伝い、役員も大喜び。取れたて野菜も販売。収益金は「原水禁世界大会」への協力金にします。(棚木)

## 絶品！ 小池会長の ハゼの天ぷら

桜山友の会

10月14日（火）の食事会。期待のハゼがちょっと違い。釣れなかったのでは、と心配になつた頃、「お待たせしました！」と小池会長登場。お盆にきれいにさばいた小ぶりのハゼ70尾が整列していました。

10月15日（水）、菜花慈子さん（ほっと杉並）と講師に料理教室「1人分ならレンジでOK」を開き、15人が参加しました。皆さん楽しそうに聞きながら熱心にメモをとっていました。

## 簡単！ 電子レンジ料理教室

天沼診療所友の会

10月15日（水）、菜花慈子さん（ほっと杉並）と講師に料理教室「1人分ならレンジでOK」を開き、15人が参加しました。皆さん

楽し

しきつたであります。(木村)

10月14日（火）の食事会。期待のハゼがちょっと違い。釣れなかったのでは、と心配になつた頃、「お待たせしました！」と小池会長登場。お盆にきれいにさばいた小ぶりのハゼ70尾が整列していました。

10月15日（水）、菜花慈子さん（ほっと杉並）と講師に料理教室「1人分ならレンジでOK」を開き、15人が参加しました。皆さん

楽し

しきつたであります。(木村)

10月14日（火）の食事会。期待のハゼがちょっと違い。釣れなかったのでは、と心配になつた頃、「お待たせしました！」と小池会長登場。お盆にきれいにさばいた小ぶりのハゼ70尾が整列ていました。

10月15日（水）、菜花慈子さん（ほっと杉並）と講師に料理教室「1人分ならレンジでOK」を開き、15人が参加しました。皆さん

楽し

しきつたであります。(木村)

10月14日（火）の食事会。期待のハゼがちょっと違い。釣れなかったのでは、と心配になつた頃、「お待たせしました！」と小

