

白寿荘の魅力とは

老人ホームはたくさんあるけれど、それぞれ特色があり、どのホームが自分に合っているのか、迷ってしまうことも多くあると思います。他の施設とは違う、白寿荘独自の魅力をいくつか紹介したいと思います。

1、3食ともバイキング形式で食事を提供しています。

栄養のバランスや、塩分、摂取カロリーなども、もちろん大切なことではありますが、同じくらい大切なことは、「楽しく美味しく食べること」だと思っています。自分の口に入れるものは、普通は自分で選ぶものです。誰かに用意してもらった食事に比べて、自分でお皿に盛りつけた食事は、美味しく感じるそうです。この考え方のもと、白寿荘では、当時珍しかった昭和57年からバイキング形式での食事に挑戦してきました。おかげで利用者の75%の方が、食事に関して「満足」と答えています。（人数分で食事を用意していますので、あらかじめ個数が決まっている食品もあります。）

2、毎日自由にお風呂に入れます。

お元気な方であれば、銭湯形式で朝10時から夜8時まで、毎日お風呂に入れます（昼と夕の食事時間は除く。日祭日はシャワー浴のみご利用頂けます）。空いている時に入りたい方は午前中に入り、寝る前に入りたい方は夕食後に入るなど、ご自分の好きな時間に入浴することができます。お風呂は心の洗濯とも言いますので、ゆっくりのんびり入浴してもらいたいと考えています。身体面でサポートが必要な方は、「見守り浴」と「介助浴」の時間を設けていますので、ご利用下さい。利用者の88%の方が入浴に関して「満足」と答えています。

3、交通の便がよく、外出が自由です。

お元気な方であれば、基本的に外出は自由です。渋谷から京王井の頭線で2駅の駒場東大前から徒歩7分と、恵まれた立地です。法人入口付近に東急のバス停（駒場）がありますので、渋谷方面に出るのに便利です。近隣には大学病院を始め、病院やクリニックが多くあり、医療面でも安心です。外出が多い方や、外出が楽しみな方にとって、良い環境であるといえます。門限の9時までにはお戻りください。

4、お楽しみがたくさんあります。

「ホームに入ったら弱くなってしまった」それは私たち職員にとって、とても残念なことです。「ホームに入ったら生き生き元気になってきた」そう言ってもらえるように、白寿荘では余暇活動に力を入れています。全部で15種類を超えるクラブやサークル活動があり、参加してもらおうと自然に友達の輪が広がります。また、月に2回の生演奏付きの喫茶コーナー、毎週土曜日の出店（お菓子や果物など）、4か月に一度の洋服の出張販売、保育園や特養との合同行事、季節ごとのイベントなど、様々なお楽しみの機会を多く設けていますので、是非参加してみてください。

5、自分の家と同じように過ごせます。

施設だからといって、それほど多くの決まりがあるわけではありません。生活時間でも、決まっているのは食事の時間と、静養時間（昼1時～2時までは昼食後の休憩時間としています。）、夜の消灯時間（9時）くらいです。それ以外の時間は、自分の好きなように、自分の家にいるように過ごすことができます。外出が好きな方はお出かけされますし、部屋でのんびりする人や、施設内のクラブ等に参加される人など、一日の過ごし方は様々です。廊下には音楽が流れ、喫煙室や図書室、簡単な料理ができる給湯室、麻雀やパソコンを楽しめる多目的室、集会室やクラブ活動を行うホール、広々としたテラス（2F）など、居室以外にものんびりすることができる場所を多く用意していますので、どうぞごゆっくりとお過ごしてください。

6、風通しのいい自由な空気です。

白寿荘は、年間延べ2000人を超えるボランティアさんや外部との交流を受け入れており、地域の方が多く出入りされるようにしています。これは、施設の中の空気が閉鎖的になることを防ぎ、空気を循環させることが目的です。老人ホーム特有の閉鎖的な重たい空気になってしまうと、外の空気が入らなくなってしまいがちになり、お年寄りにとってあまり良いことが起きません。お年寄りが中にこもりがちにならないように、風通しの良い自由な雰囲気を目指しています。

7、建物は古く個室ではありませんが、居心地はいいです。

昭和51年築の建物は、年齢にすると築40歳を超えます。新しい施設ではありませんが、利用者の77%の方が「清潔で快適な環境」と答えています。

毎年少しずつ手を加え改修工事を進めていることと、施設目標である「あかるく きれいに いつまでも」をモットーに、施設内ができるだけ、あかるくきれいであるように心を配っています。部屋は個室ではなく2人部屋が基本ですが、相性をみてお部屋を決めますので、同じ部屋の方と仲良しになることも多いです。個室は確かに快適ですが、不安や寂しさを感じることも多く、話し相手がいないと認知症が進みやすいという側面もありますので、「2人部屋の方がいい」と希望される方も多くいらっしゃいます。自分の家と同じように過ごせるのも、居心地の良さにつながっていますね。

8、施設に金融機関がきてくれます。

毎月2回、郵便局と近くの信用金庫（昭和信用金庫）が来てくれます。これにより、郵便局や信金に行かなくても、お金を下ろせたり、支払いができたたり、入金ができます。だんだんお弱くなってきたとしても、通帳や印鑑を持って外に出かけなくていいのは安心ですね。皆さんに喜ばれているサービスです。

9、施設に医療機関がきてくれます。

週に2回内科の嘱託医が来てくれて、必要な方に診察をしてくれます。お薬も施設に届けてもらえますので、それほど重病な方や特別な検査が必要な方でなければ、外の医療機関に出かける必要がありません。内科以外にも、リハビリ（週に1回）、歯科（月に2回）、精神科（月に2回）、心理士（月に2回）など、多くの医療機関がきてくれますので、安心です。もちろん、外の病院にご自身で出かけることも選べます。

10、自治会があります。

老人ホームには珍しいことですが、ホームの入居者で運営している自治会（信和会）があります。白寿荘で暮らしているということは、居住権があるということですので、生活についての要望や不満については、遠慮なくおっしゃってほしい、というのが白寿荘の立場です。会長及び役員（総数10）は3月にある役員選挙によって選ばれます。役員と施設長及び副施設長が、月に一度開催される信和会役員会で顔を合わせ、様々な意見交換を行います。施設の中に自治会があることで、利用者と施設が対等な関係で話をすることができ、お年寄りの意見を聞き取りやすい体制をとっています。この自治会活動は昭和39年から続いており、白寿荘の伝統のひとつになっています。