

よりよいこれからの生き方をお考えの方に

Vol.107

秋麗号

2020年10月15日

この冊子はエデンの園ゆかり会  
会員の方に年4回お届けしています。

# ゆかり通信

社会福祉法人 聖隷福祉事業団 高齢者公益事業部 **エデンの園**「ゆかり会」情報誌

## 特集 松山エデンの園



interview.....

松山エデンの園 入居者

松山エデンの園 入居者

松山エデンの園 園長

矢野智恵美さん × 近藤道子さん × 栗田昌宏



エデンの食卓  
日本一周 味めぐりの旅



エデンの暮らし  
松山エデンの園 松山市・道後温泉 周辺観光MAP



道後温泉本館





**「だから思いっきり遊べる」**

一番安心なのは病気をした時と声を揃える二人。隣接する松山ベテル病院との連絡通路は車椅子でも行き来ができ、24時間365日、何かあれば看護師が駆けつける。「夫が70代の時、心筋梗塞で倒れて一度は息が止まったんです。それが蘇生処置で生き返って、89歳になる今も元気に車を運転しています。自宅では考えられませぬ」と矢野さん。病院が隣接することに魅かれて、県外から移住を決める人もいるという。「体が不自由になったら3号館（介護居室）もあるでしょ。心配ということが全くないから、思いっきり



**松山エデンの園**

入居者 **矢野智恵美さん** × 入居者 **近藤道子さん** × 園長 **栗田昌宏**  
（写真中央） （写真左） （写真右）

**最期まで人生をエンジョイ。  
 素敵な仲間と自由を  
 謳歌できる終の住処。**

愛媛県初の介護付有料老人ホームとして1980年に誕生し、今年で開設40周年を迎えた「松山エデンの園」。同じサークルでカラオケを楽しむお二人、入居22年目の矢野さん（87歳）と8年目の近藤さん（78歳）に話を聞いた。



**「ここに来て良かった」  
 「早く来たい」と思えた瞬間**

現在ご夫婦で入居中の矢野さん。37年前、今治市在住の二人は、道後温泉を楽しめて、空港もある松山を旅行の拠点にと入居契約を決断。夫が先に入居し、矢野さんは65歳から移り住んだ。「62歳まで働いて、家を売るまでの3年間はセカンドハウスとして行ったり来たり。その間も入居者の皆さんとカラオケをしたり、道後温泉まで歩いて行ったり。皆さんの明るくゆったりした生活を見て、私も早く住みたいと思っていました」

一緒に暮らしていた両親が他界し一人になった近藤さんは、兄弟に心配させないためにも、以前から知る松山エデンの園へ70歳までに入ろうと決めていた。体験入居や入居者との茶話会などへの参加を重ね、入居者や職員の温かさに触れ68歳で契約。セカンドハウス利用を経て、70歳を迎える3月にエデンの園へ移り住んだ。「入居した月の入居者全体会で、職員の方から『今月誕生日ですね』と花束をいただき、それが嬉しくて。それまでの誕生日は一人で自分を褒めるくらいでしたから」。ここに来て良かったと思う瞬間だった。

遊べるんですよ」という矢野さんは、毎朝の体操やヨガなど足腰を鍛える運動を欠かさない。年2回の人間ドック、毎年の体力測定も嬉しいと近藤さん。お二人とも若々しく健康そのものだ。

**旅行、クラブ活動、何でも自由に。  
 無料バスで松山の魅力を満喫。**

開園当初から入居者の自由を尊重してきた松山エデンの園。近藤さんは「出掛けるのも、自分の部屋で何をするのも自由。家にいるのと同じです。警備もしっかりしていますし」と安心安全があつての自由な生活を満喫している。入居後に始めた歌は、最初は声も小さく音程もあやしかったそうだが、「今は上手になってね〜」とカラオケ仲間の矢野さん。今は卓球にも挑戦し、マイラケット、マイシューズも揃えた。誘ってくれる周りの方達のお陰で園の生活に溶け込めたという。

松山ベテル病院と共同  
 運行のバスが1日



7便、道後温泉や高島屋、三越などを巡回し、行きたい所いつでも無料で行けるのも魅力だ。旅行好きの矢野さんは「松山市はコンパクトな中に観光名所がいっぱい」と街の歴史や文化を楽しんでいる。お二人に聞く園での生活には、ストレスの文字が見当たらない。





## 小規模施設ならではの 入居者と職員の間

エデンの園としては比較的小規模な146室の居室に、現在60歳〜102歳の入居者が暮らす。職員と入居者、入居者同士の距離が近く、園全体には家庭的な雰囲気がある。「仲間と泊まりの忘年会に行く時は、園長が必ずお見送りしてくれて、帰りは『おかえりなさい』と迎えてくれる。そういう心遣いが嬉しい」と矢野さん。入居者は、ホテルや旅館で行う年6回の誕生会や年2回の旅行など、交流の場を楽しみにしている。

20歳から園で働き、「栗ちゃん」の愛称で親しまれる栗田園長(42歳)は、「入居者がどんな生活を望んでいるのかを把握し、人間関係や体調面を確認しながら、その人らしく最期まで生活していただくことが基本」と入居者一人ひとりの普段通りの生活に寄り添う。それが歴代の園長、職員が入居者と共に育んできた松山エデンの園の色、温かさだ。

## 入居検討中の方へ メッセージ

「まずは自分を大切に、体が動く若いうちから入居して、楽しい人生を送って欲しい」(近藤さん)

「二人暮らしで話す相手がないのは寂しいですよ。ここに来れば色々な仲間ができて、人生を最期までエンジョイできますよ」(矢野さん)

安心安全な環境で、素敵な仲間と自由を謳歌できる松山エデンの園は、お二人にとって最高の終の住処。終始楽しそうに話してくれた彼女たちの元気な笑顔が全てを物語っていた。





食

エデンの食卓 Eden's table



昼食

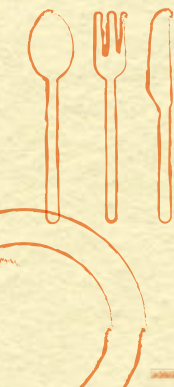
- 和風パスタ
- ズッキーニの炒め物
- 海藻サラダ
- パウンドケーキ

【約659kcal】

夕食

- 鯛の煮付け
- ゴーヤの炒め物
- ワカメの酢物
- 米飯
- 手まり麩の吸物
- フルーツ

【約547kcal】



**体にやさしく、ほっとする  
丁寧に拵えた手作りの味**

松山エデンの園の昼、夕食をいただいた感想を一言で表すと「美味しくて、やさしくて、ほっとする味」。鯛の煮付けは、鯛本来の甘みのある絶妙な味加減で、塩分控えめでも薄いと感ぜない。小鉢も野菜の旨味が活かされ、雑味なくとても食べやすく、全てに調理師の優しさが滲み出ている。またメニュー全体に、肉・魚・卵・野菜・海藻がバランスよく入って、飽きることなく最後まで楽しめる。

「薄味を基本に、皆さんが食べ慣れた、知っている味に近づけるよう調理しています」勤続16年の田坂調理師。和食を中心に経験豊富な7名の調理師が腕を振るう。一から丁寧に汁をとり、塩や醤油などの調味料は添加物を抑えた地元産物を使用。冷凍物は極力使わず、手作りにこだわっている。ケーキなどのデザートも自家製というから驚きだ。甘さを控えたしっとり食感のパウンドケーキは絶品だった。入居者140人程の施設だからできることだが、手間暇を惜しまない姿勢は献立作りにも表れていた。

**毎日の食事が楽しくなる  
豊富なバリエーション**

献立を担当する勤続20年の管理栄養士の休場は、「栄養バランスはもちろん、地産地消、栄養価の高い旬の食材、人気メニュー、外食できない入居者も飽きのこない食事をと考慮しています」と妥協を許さない。8月の献立表には、「焼きアジと梅のさっぱりませご飯」「ねぎおろしとんかつ」「じゃが芋とタラコのトースト」などメニューを見ただけで食欲を誘うもの、ラーメン、ビーフシチュー、うなぎの蒲焼きなど和洋中の人気メニューがずらりと並ぶ。その他にも、全国のご当地グルメを楽しむ「味めぐり」や季節感のあるイベント食も盛んで、食堂で行う魚の解体ショーも人気とのこと。入居者に食を楽しんでもらいたい職員の気持ちが伝わってくる。年々進化する介護食も、業者を交えて勉強会を開催し研究を怠らず、糖尿病食や入居者個人のリクエストにも対応する。

松山エデンの園のように比較的小規模の施設では、入居者の顔と食の好みが一致する。入居者一人ひとりの喜ぶ顔が目に見え、ほっとする味なのだろう。



管理栄養士・休場 / 調理師・田坂

募集対象空室情報

【2020年10月1日現在】

5室入居可能

お問い合わせ

詳細につきましてはフリーコールにお問い合わせください。  
【月～金曜日9:00～17:00 土・日・祝を除く】

フリーコール 0120-459-165



松山エデンの園

# 周辺観光MAP

海、山、温泉、観光名所、百貨店、商店街…  
すべてが近くにギュッと詰まった魅力溢れる街「松山市」

夏目漱石の小説「坊っちゃん」の舞台になった愛媛県松山市。  
レトロな路面電車がつなぐエリアには  
日本最古の道後温泉や、松山城、活気ある商店街など  
歴史やロマン溢れる見どころ、遊びどころがいっぱいです。  
住んでよし・訪れてよしの松山に、ぜひ一度足を運んでみては。

## 8 松山市駅周辺

いよてつ高島屋をはじめ、  
周辺には繁華街や  
オフィス街が広がる

松山市駅に向かう約600m  
にはご年配から若者まで  
楽しめるお店がズラリ



## 7 松山城周辺

松山市の中心、  
勝山(標高132m)山頂に  
そびえ立つ壮大な名城



松山城へのロープウェイ搭乗口「東雲口駅舎」に続く  
お洒落な街並みはバリアフリー

## 6 大街道周辺



松山三越のほか多くの飲食店が揃う。  
買い物や食事に便利な巨大商店街

## 1 瀬戸内しまなみ海道

瀬戸内海に浮かぶ島々を  
7つの橋で結んだ海道は  
絶景のドライブスポット



## 2 道の駅 風早の郷 風和里(ふわり)

道の駅から望む小島「鹿島」は  
季節ごとに表情を変える



## 3 松山エデンの園周辺

エデンの園に隣接する、内科、外科など10科の  
診療が可能な「松山ベテル病院」  
歩いてすぐの安心感は絶大



エデンの園から  
1.5kmの高台にある、  
見晴らしの良い緑豊かな  
広々とした墓苑。  
松山エデンの園共同墓苑には  
ご逝去された入居者が  
安らかに眠る

## 5 道後温泉駅周辺

ディーゼル方式で復元した  
小説「坊っちゃん」に登場した  
機関車で市内観光



レトロな雰囲気の道後温泉駅



坊っちゃんカラクリ時計



## 4 道後温泉周辺

国の重要文化財  
として松山を象徴する  
温泉共同浴場は  
今も現役



道後温泉本館



飛鳥時代をイメージした  
湯屋で源泉かけ流しの  
「美人の湯」を堪能



温泉地ならではの  
「明治ロマン」を感じられる