

50代からの暮らしの道案内

毎日が発見

9月号

2013 No.116

「終活」は モノの片付けと心の整理

- 椎名 誠「自分の死をきちんと考える」
- やましたひでこ「断捨離は終活の第一歩」ほか

私の旅の楽しみ方 柴門ふみ

せんぼ東京高輪病院
糖尿病予防の健康定食

秋の「野の花図鑑」

インタビュー ベニシア・スタンリー・スミス

鎌田 實「健康力アップ研究所」
遺伝子で体質を知る

きものリフォーム
ファスナー付きポーチ2種

編みぐるみのお地藏さま

リウマチ治療最前線

正座で腰痛退治



私の旅の
楽しみ方

要介護でも、旅をあきらめない！

トラベルヘルパーと行く 親孝行の旅

要介護の親を「旅行に連れて行きたい」と思っても方法がわからず、あきらめてしまいがち。そんな希望をかなえてくれる専門の旅行代理店を紹介します。



97歳の車いすの母と、ふるさと南房総へ
外出OKになると元気はつつつになり、トラベルヘルパーと大好きな民謡酒場へ。今年は娘さん夫婦とふるさと南房総へ3泊4日の旅に。宿の前で、娘さん、そしてトラベルヘルパーふたり、介護タクシーの運転手さんと記念写真。



88歳の父との温泉旅行
「特攻隊仲間が飛び立った鹿児島・知覧に行きたい」という父親の夢を3年前にかなえてから、北海道、上高地と親孝行の旅が続き、今年は水上・四万温泉へ2泊3日の旅に。親子3人で野仏巡りをし、足湯も楽しみました。

旅はリハビリ 出かけて元気に

トラベルヘルパーとは、介護・看護の資格を持ち、旅先や外出先での介護技術を学んだ外出支援専門員のこと。トラベルヘルパーが宿泊や交通の手配をし、要介護者の旅に同行して車いすを押ししたり、トイレ介助や入浴介助など必要なケアをしてくれる。介護旅行を行っているのが（株）SPIあ・える倶楽部です。

最高齢は106歳、介護度は要介護5の方の介護旅行の実績を持ち、これまでに扱った事例は、何と45000件にのぼります。
「お孫さんの結婚式に出たい、故郷にお墓参りに行きたいなどを希望されるお客さまが多いですね。ご本人からの問い合わせもありますが、最

近は中高年の方々が高齢の親御さんと親孝行の旅をしたいと申し込まれるケースが目立ちます」

と、篠塚恭一代表取締役。リピーターが7割を占め、毎年のように親子で温泉旅行を楽しむ家族も多いと言います。

「『これが最後の旅行』という男性を念願のお墓参りに九州に連れて行ったところ、『俺は行けるんだ』とすっかり自信をつけて見違えるように元気になられ、めい御さんのいる北海道にも旅されました。要介護5で歩けなかった女性は、旅に行けたことで、また行きたいという目標ができて、リハビリに励んで買い物カートを押し歩けるほどになりました」
旅は幸せをもたらすだけでなく、生きがいにもなる。「心とからだのリハビリ」かもしれませぬ。

あ・える倶楽部 代表 篠塚恭一さん

しのづか・きょういち

株式会社SPI あ・える倶楽部代表取締役。
NPO法人日本トラベルヘルパー（外出支援専門員）協会を立ち上げ、理事長に。全国各地にトラベルヘルパーの拠点を作りたいと、トラベルヘルパーの養成にも取り組んでいる。

◎あ・える倶楽部 ☎03-6415-6480 <http://www.aelclub.com>

国内基本料金例 *下記の金額に、同行するトラベルヘルパーの旅費・食事代・観光施設などの入場料がかかります。

軽度(自立から要支援程度)	1日21,000円、半日13,650円
中度(要介護1～2程度)	1日24,150円、半日15,700円
重度(要介護3～5程度)	1日26,250円、半日17,060円



「あ・える倶楽部」の介護旅行の条件

- 1 本人が「行きたい」という希望を持ち、その意思確認ができること
- 2 家族やそれに代わる人(日常生活がわかる人)が同意していること
- 3 主治医やケアマネジャーなど、医療や介護の専門家(日ごろの介護状況がわかる人)の許可があること