

2025年4月～9月の様子

花火大会

敷地内で行った花火大会です。天候不良で一度延期になりましたが、この日は花火日和♪打ち上げや吹き出し含む100発を超える花火をご用意！綺麗な見た目ですが、迫力のある音で耳でも楽しんでいただけたのではないのでしょうか☆

コンサート

施設内で行ったアフタヌーンコンサート。ご入居者さまに大好評のイベントです。サクソとトロンボーンのデュオでポップスやジャズ、クラシック等、様々な曲目で楽しませてくれました。



お花見食事会

屋外で行ったお花見食事会です。毎年風が強いのですが穏やかな晴天でした☆特製のお花見御膳が大好評♪お酒を召し上がる方もいらっしゃり、じゃんけん大会では6名にプレゼントをご用意しました。



介護付有料老人ホーム（一般型）
八王子同友会・長寿の森
広報誌

TIMES

ータイムスー

八王子同友会・長寿の森
東京都八王子市上川町1620 フリーダイヤル0120-889-802
受付時間 8:30～17:00

2026年
5月



日帰り行楽で行った 小江戸川越散策ツアー



同友会グループ
代表 高谷典秀



問い

鼠径ヘルニアの手術が不安…



以前より、股関節の少し上あたりがつっぱるような感じがありました。指で触てみるとシコリのようなものもあり、がんではないかと心配で病院で診ていただいたところ、鼠径ヘルニアとの事でした。

詳しい検査はこれからなのですが、その結果、もし症状が軽ければ日帰りの簡単な手術で治すことが出来るとの話でした。ですが、これまで一度も手術を受けたことがなく、不安もありますし、年齢も年齢のため、できれば手術をしたくありません。

鼠径ヘルニアは、そのままにして自然に治らないのでしょうか。放置するとどうなるのでしょうか。また、手術はどんな事をするのでしょうか。

答え



時機をみて手術を 腹部の筋力低下も一因

今回は鼠径ヘルニアについてのご相談です。

鼠径ヘルニアは幼児期に発症するケースが多くありますが、中高年以降に起きるものもあります。「ヘルニア」とは、もともと「飛び出す」という意味をもつ言葉です。たとえば腰椎椎間板ヘルニアという病名もお聞きになったことがあると思いますが、これは腰椎と腰椎の間にある椎間板が飛び出して、それが神経に当たるなどして痛みがあらわれるものです。

鼠径ヘルニアというのもやはり「飛び出す」という意味で、本来お腹の中にあるべき腸管などの臓器が「鼠径管」という穴を通じて、皮下へ飛び出してしまいう病態になります。

この「鼠径管」という穴は男性のほうが太い傾向にあるため、鼠径ヘルニアは男性に多い病気です。慢性の便秘や肥満などでお腹の内圧が上がったり、高齢化により腹部まわりの筋力の低下が起きると発症しやすくなります。

もちろん女性でもヘルニアは起きますが、男性とは少し場所が異なる場合が多いです。太腿の付け根にある大腿管という所を通じて皮下へ出てきてしまう大腿ヘルニアというものです。

それ以外にも、お腹の手術をした方などは、手術の跡の弱くなっている部分から飛び出してしまいう腹壁癒痕ヘルニアというものもあります。

このように腸管は色々な場所から飛び出してしまいうことがあります。腸管が飛び出してしまったとき、それが比較的スムーズに元に戻る場合には大きな問題にはなりません。

しかし、一番怖いのは外へ出てしまって、そのまま戻らなくなり、なおかつ「嵌頓」という締め付けられた状態になってしまうことです。これを「絞扼性嵌頓ヘルニア」といい、締め付けられるため血流が途絶えやすく、その部分が腸閉塞を起こしたり壊死してしまうこともあります。患部は硬くなり、非常に強い痛みを感じ、この場合は緊急に手術をしなければならない状況です。この絞扼性嵌頓ヘルニアでないかぎり、そう危ない状況ではないため緊急な対応は不要なのですが、自然に治すというのは難しいため、時機を見て手術をしてしまうのが一般的です。

手術は、穴の開いている部分を人工メッシュで覆ったり、自分自身の体組織を使用して穴を塞ぐなどして、腸管が外へ出てこなくする方法などがあります。

他の病気の影響で、どうしても手術を行えない場合などはそのまま経過観察をするということもありますが、そうではない場合、とくに高齢者では嵌頓を起こしてしまうことも多いため、担当の医師にもすすめられているのなら、ぜひ手術を受けてみて下さい。

出典：日本老友新聞



八王子同友会・長寿の森
顧問弁護士
藤川明典

問い

私はこれまでに一度も結婚したことがありません。両親もすでに他界しており、私は独り身です。ひとりっ子なので兄弟姉妹もいません。

私は現在82歳ですが、近所でよく世話をしてくれる人がいますので、今はその人が家族みたいなものです。

将来、私の体が動かなくなること考え、その人に私の世話をしてもらいたいと思っています。相手も私が死ぬまで世話をしとてあげると言ってくれていますが、いつも恩を受けるばかりでは心苦しいのです。どうしたらよいでしょうか。

答え

2つの方法があると思います。

1つは毎月報酬を支払うという契約を結ぶことです。ですが実際には、具体的にどのようなことをしたらいくら支払うか、そのような取り決めをするのはなかなか難しいでしょう。

あなたがお年を取るに従い、お世話をする範囲も広がり、それに対する報酬をどのように決めるか、また契約を解除し、もう面倒を見られないとした時、どのような手当をしておくか、ある程度具体的に決める必要があるでしょう。

このような取り決めが面倒である場合は、2つめの方法として養子縁組をすることが考えられます。これは双方が養子縁組をしてもよいという気持ちが必要であることと、その旨の届を市役所に提出する必要があります。

養子縁組は、尊属や年長者と縁組をすることは出来ません。あなたは82歳ということですから、養子になろうとされる人がそれ以下であれば養子縁組は可能です。

養親の年齢は成人になっている必要はありますが、それ以外の条件は必要ありません。高齢者であっても養子縁組は可能です。

養子縁組をすると親子の関係となり、相互に扶養する義務が発生します。どちらにするかよく相談して決めるとよいでしょう。

出典：日本老友新聞



長寿の森からの

お知らせ

入居者数

男性	女性	合計
19名	38名	57名

お二人同室入居をご検討の方に向けたキャンペーンを行っております。ぜひ見学にご来場ください。随時見学を承っておりますので、見学経験がある方もお申し込みください。

要介護認定状況

自立	要支援1	要支援2	要介護1	要介護2	要介護3	要介護4	要介護5	合計
35名	2名	0名	7名	3名	2名	4名	4名	57名

2026年3月25日現在