

会報 ふれあい

平成25年9月1日

第164号

発行 せきがやふれあいの会

※電話相談・簡単修理は、月曜～土曜(午前)自治会館にお電話下さい(TEL784-4447)。主に高齢者向けです。
※ふれあいの会の催しに、車椅子で参加される方のお手伝いをいたします。事前に自治会館にお電話下さい。

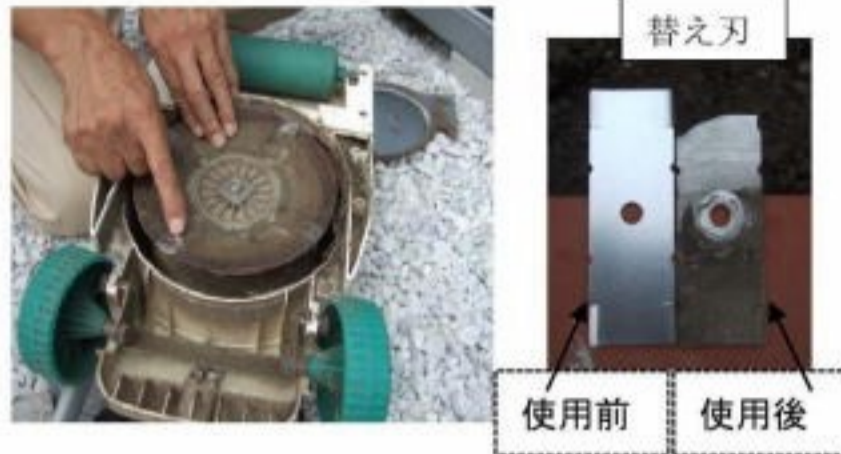
〈芝刈り機の刃の交換〉

芝刈り機の種類は電動式の場合、リール式、ロータリー式、回転ハサミ式がありますが、今回は「ロータリー式」の刃の交換をしました。手順は以下のとおりです。

- (1) 底の板を固定しているネジをはずし、底板をはずす。
- (2) カッターロータリー刃をはずし、新しい刃と交換する。
- (3) カッターロータリー刃の固定ネジを締め、底板を取りつける。ポイントは、刃の取り付けネジの状態です。錆びついたり、ネジ山が丸くなっていたりしていないか、ということです。状態に応じてサビ落とし液を使用したり、ネジ山のゴミ掃除などを行います。

長年使っていると案外気が付きませんが、刃を交換すると見違えるほどの切れ味になります。(坂口)

簡単修理事例



ちびっ子の皆さん！今年の夏は猛暑続きでしたが、お元気でしょうか？
9月度のイベントはきっとみちがえるほど涼しくなっていることと推察いたします。皆さんのお元気を是非見せてください。

お友達もお誘いの上沢山参加されますよう、スタッフ一同お待ちしております。(深見)

日時:9月27日(金)10:00~11:30 場所:自治会館 1階 (TEL784-4447)

介護保険のおさらい⑩ <訪問入浴について> 横浜市西金沢地域ケアプラザ 吉村 晴子

『訪問入浴』とは、看護師1名・介護職員2名を基本とするスタッフがご自宅を訪問し、移動式の分解できる浴槽を自宅の部屋の中に持ち込み、部屋の中で組み立ててお湯を張り、入浴させてくれるサービスです。専用の浴槽は、横になったまま入浴することが可能なため、寝たきりの方でも利用できます。看護師は入浴の前後に、体温・血圧・脈拍や呼吸の状態、皮膚の状態等をチェックし、必要に応じてケアマネジャーに報告してくれます。
※お湯を沸かしたり、排水するために水道やお風呂場、またはトイレをお借りします。



全身浴	看護師1名・介護士2名	スタッフの組み合わせや、ケアの内容によって料金が変わります。
	介護士3名	
部分浴/清拭	看護師1名・介護士2名	

♥次回は「訪問リハビリテーション」についてです♥

子どもが作る“弁当の日”

ビデオ鑑賞会

香川県で小中学校の校長を歴任された竹下先生は、食が乱れていることに危機感を抱きその対策として「子どもが作る“弁当の日”」を実践し、これを全国に広げるきっかけを作られました。弁当の日を通して子ども達は食や命、家族について思いをはせ目を開いていきます。そして学校卒業後もかなりの確率で食事作りを続けているといえます。先生は「ヒトは食によりて人となる」と言われます。

日本総合医学会で講演された先生のDVDをみながら、考えるきっかけにして頂けると嬉しいです。

日時:9月17日(火)10:00~

場所:自治会館会議室

問い合わせ先:相曾



映画「シェーン」上映会

会報8月号でお知らせした、映画上映会を下記のように行います。

日時:9月10日(火)13:30 ~ 自治会館会議室 参加無料

楽しかった納涼大会

孫達が毎年この盆踊りを楽しみに帰省しています。毎年楽しみにしております。森本

いつも男子ソフトの焼き鳥を楽しみにしています。焼いてくれる人に感謝!! 松本

ソーランとたいこをがんばるぞ! 小5

初めてお祭りのソーランとたいこ、がんばるぞー 小5

焼きそばたりなかったかな? 仲田 来年もヤキトリ宜しく!! 藤沢 楽しい一時ありがとう。浅利 焼きそばは大好評であっという間に完売でした。嶋田 (男子ソフト)

楽しかったです。帰省の度に来ている。来年もまた来ます。佐久間

かき氷おいしかったです。中2

やき鳥、かき氷、やきそば、食べまくり。おしいです。中2

やき鳥、かき氷おいしかったです。中2

思い出の地

ふるさと調べ「淡路島と電車」

いつだったか、兵庫県出身者の会でこんなことが話に出てきた。

「淡路島はどこ県の県か知ってる?」答えは恐らく兵庫県だというのが大人の質問者にはわかっている。しかし質問者も大人だからそんな簡単な答えを回答者に求めていたのではない。明治維新にからんだマニアックな歴史的話題に広がることを望んでおられたのだろう、と想像した。(江戸時代は阿波藩、今の徳島県の藩領でした。兵庫県に統合されるまでは、一騒動ありました。)

私の方も淡路の歴史についての知識は浅薄なため、はっきりと答えないままおとなしくしていた。そして、やっとの思いで浮かんだお返しのためのちょっと手の込んだ再質問「淡路島に電車は走っていますか?」で手を差し伸べることにしたのだ。これなら相手は淡路島出身の人ではないし、お互いに嫌味もなく楽しい話題で切り抜けることになりそうだと安堵した。

そのことがあってから淡路島の電車についてなんとなく暇を見つけてはインターネットで調べるようになった。以下は、そのとき調べたことをメモしておいたものである。

「淡路島 電車」で検索すると約10000件の情報ページが見られる。淡路鉄道会社は大正14年に全通させ、昭和41年に廃止するまで、洲本から福良まで23.4km、19駅をみんなの夢を乗せて走り続けたことが伝わってくる。その間日本は西洋化、戦争、そして経済成長へと波乱万丈の世の中であった。私との時代関係を調べてみると、私の誕生から入社までの22年間電車のお世話になったことになる。廃線のときは東京にいたため行事に参加できなかったのが残念である。懐かしい車両の雄姿。東京のどこかで見たような... そう、池上線とそっくりなのだ。

駅名にその路線の特徴が出る。全駅を紹介したいが「洲本」「先山(せんざん。その形から淡路富士と呼ばれる山で、国生み神話でイザナギ・イザナミの二人の神が淡路島を創ったときに、最初にできた山がこの先山であることから)」「おのころ島(古事記由来の日本発祥の地)」「一本松(我が家のそばの巨大な樹木から)」...

「ふるさと」淡路島に関する情報は根掘り葉掘り調べていくほど興味が湧いてくるから、これは趣味として人におすすめできると思うようになった。「ふるさと調べ」とでもいおうか、新しい趣味のメリットは資料がたくさん見られるので、タダで旅行気分が味わえることであつた。

すぐに始めよう。簡単にできる。パソコンを用意して、インターネットを点け「淡路島 電車」とでも入力して言葉を検索するだけ。あっという間に、きれいな「ふるさとのおい」で包まれた玉手箱は電車と溢れんばかりだ。ふるさとが見あたらないときは、富士山や沖縄など材料はいくらでもある。

山崎



★ダイヤモンド富士を見る会★

春と秋のお彼岸の頃に裏山から富士山を見ると、太陽が富士山の山頂に沈みます。太陽が富士山の頂上に沈む光景は、予想外の自然のスペクタクルを見せてくれます。ダイヤモンド富士にトライしませんか?

開催日 : 9月16日(月) 天候の悪い場合には中止。

集合時間 : 17時00分(日没は17時43分)

集合場所 : 南丸公園

行き先 : 市境広場もしくは市境広場北約300mの地点

装備 : 太陽を見るので、サングラスがあると安全です(まだ蚊がいるので虫よけスプレーもお持ちください)

連絡先 : 戸次、野呂



紅花会

報告 第10回紅花会(認知症の人と家族の会)

H25.7.22

今回は、山の手に出来たデイサービス“そら”の2階にあるフリースペースで、食事・デザート飲み物をいただきながらの集いでした。静かで、他の目を感じることなく話せました。

認知症の為、痛みの感じない方がいるという話が本当だった例をお聞きしたり、デイサービスに行きたがらなかった方が、スタッフの適切な対応によって嬉々として行くようになった話、介護者の健康の状態、本人の進行の具合等によって、いつ施設にという問題、でも見捨てるようで心が痛むと悩む方に、両者にとって良い選択とは等々色々お話しはつきませんでした。この地域の中でも、あちこちで認知症と思われる振る舞いをする高齢者の方を見かけるとよくお聞きします。認知症は誰でもなり得る病気です。

ご家族が早く認めて、早く受診し、ご近所の方にもお知らせして、ご協力して頂くようにすることがご本人にとって一番良い事だと思います。(中山)



円海山歩く会

9月の計画 集合場所:奥座公園(階段下) 出発時間:午後3時(雨天中止)

★9月2日(月) ゆっくり比較的近いコースを歩きます。 約1時間半

奥座~関谷奥見晴台~市境広場~自然観察センター~奥座

★9月20日(金) 緑地内のハイキングコースを楽しみます。 約2時間半

奥座~関谷奥見晴台~横浜自然観察の森一周◎~関ヶ谷 ◎トイレ

★10月7日(月) ゆっくり比較的近いコースを歩きます。 約1時間半 (10月より出発は13:30です)

奥座~動物園裏~遊水池上トンネル~(ビートルズトレイル)~関谷奥見晴台~奥座

※奥座公園が工事に入るので、集合場所を裏山に登る階段下になります。 野呂

終末期をどこで、どう過ごしたいですか? (訪問看護師 出澤由紀子さんの話を聞いて)

7月のふれあいティータイムは重いテーマでしたが、多くの方々にご参加いただき、みなさんの関心の高さを思わせました。同居が当たり前の田舎と違い、介護をする人を家族以外に委ねる事が多いと思われる都市部の生活ですが、悪い事ばかりではありません。都市部に住宅を構えているものにとっての利点は貯蓄率が高く、看護、介護、高度な医療を受けられる病院も近くにある。人口密度の高さと自宅に介護人が居ないということは、それを仕事とする事業者にとっては効率が高く、従って事業者も増えるという誠実な環境ではないでしょうか。

現在は夜でも来て下さる看護師さんなどは、近くにおられます。

ナースコールの代わりに電話で呼べば来て下さるような事もできるようです。

ただ、ある程度元気なうちから、準備は必要だと感じました。選択範囲は沢山あります。自分の性格も考え大勢の中での生活が良いのか、一人でも大丈夫なのか、家は介護にむいた作りになっているか...

日ごろからの情報収集が大事な事、自分の意思を家族に伝えるための手段を決めておくこと、その他、近所にお互い様という事で、ちょっとした事を頼める人を作っておくことも大事な事だと言えるでしょう。(野々山)

