

会報 ふれあい

平成 31年3月1日

第230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(TEL.784-4447)。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。

第82回「ふれあいティータイム」

懐かし映画上映会「オペラ座の怪人」

リクエスト第21弾

2004年アメリカ映画 監督:ジョエル・シマッカー 143分

劇団四季が上演し大ヒットしたミュージカル「オペラ座の怪人」を憶えている方も多いでしょう。このミュージカルはおよそ100年前にフランスの作家ガストン・ルルーによって書かれた怪奇小説「オペラ座の怪人」を元に、アンドルー・ロイド＝ウェバーが作曲したミュージカルで、日本のみならず世界的な大ヒットとなりました。

今回の映画はそのアンドルー・ロイド＝ウェバーがプロデュースしたこのミュージカルの映画版です。この映画では、原作が持っている物語の怪奇性のみならず、怪人が醜く生まれたばかりに持たざるを得なかった残酷さと哀しさも表現されています。また、「オペラ座の怪人」の激しい気持ちを受け止めながらも、幼馴染のラウル子爵に恋する歌姫クリスティアへの気持ちも見てお楽しみください。(野呂)



日時: 3月20日(水)午後1時半～

場所: 自治会館1階 会議室

会費: 無料(申込み不要、当日自由にお越しください)



ちびっ子集まれは0歳～未就園児とママ達の場所です。日当たりのよい部屋でママ達がお話している膝もとの座布団の上で寝返りの練習している？赤ちゃんやブラーレールで遊ぶお子さん達と自由に楽しく過ごせる場所です。初めての方も大歓迎です。お気軽にお出かけください。お待ちしております。(池本)

日時: 3月22日(金)10:00～11:30 場所: 自治会館1階(TEL.784-4447)

“ちびっ子集まれ”平成31年度日程

2019年 4月12日(金)、26日(金)	2019年 10月11日(金)、25日(金)
5月24日(金)	11月22日(金)
6月14日(金)、28日(金)	(12月はありません)
7月26日(金)	2020年 1月24日(金)
8月23日(金)	2月14日(金)、28日(金)
9月27日(金)	3月27日(金)

こんな在宅介護もある

緑道さんぽ



■ 発症時とその後のこと

- ・10年前から女房は認知症の兆候が見られ、横浜南共済病院で「脳血管性認知症」と診断され、薬の服用を開始。(介護認定は現在要介護5)
- ・更に、1昨年9月「誤嚥性肺炎」で金沢文庫病院に1ヶ月入院。(11月に再発するもその後安定)

■ 在宅介護の現況のこと

- ・現在、5つの介護サービス(①デイサービス3回/週(注1)、②ショートステイ約10日/月(注2)、③ヘルパーさん(10人)による在宅介護(注3)、④訪問医(4人)の往診2回/月、⑤訪問歯科医(2人)の往診(2ヶ月毎)を受けている。〔注1)そら、(注2)こもれび、(注3)青空・ほほえみケアセンター〕
- ・日常生活: ブレンド食、昼はベッドで横臥、車椅子使用、発声(食前)/歩行(食後)練習。
- ・介護補助員(自称)の任務: ①介護用品/調理スタンドの整備、②介護用品の調達/整備、③車椅子用スロープの製作/使用時の設置・撤去、④好きな写真の集中掲載/音楽環境整備(常時)、⑤ブレンド食の準備、⑥洗濯、⑦介護関連情報の収集及び関係者への連絡。

■ 介護関係情報の収集等のこと

- ・青空ケアセンターのNケアマネージャーが介護関係の全般計画を立案及び関係先との調整。
- ・ふれあいの会の「紅花会」(8年前に発足、3ヶ月毎に開催)で、介護関係情報を聴取。(1/29に10名参加して、3時間意見交換。楽しい雰囲気での本音ベースの会話は有用)

■ 発想の転換のこと

- ・誤嚥性肺炎で入院時、女性主治医から、『重症ですから覚悟を』と宣告されたが、幸いその後回復して、「介護のチャンスが得られ儲けた」との思いが心に深く刻み込まれ、その後の介護姿勢の原点である。
- ・ポジティブ思考(介護を楽しむ。消失ではなく残留身体機能に着目。関係者との密接な情報交換)

■ 現在の心境のこと

- ・介護関係者(約30名)に恵まれ、感謝の気持ちで平穏な生活を過ごしている。(現在の良好な介護環境の整備は、Nケアマネージャーの功績大で特筆したい。)
- ・傾聴したアドバイス: ①「外部勢力の最大限活用、自分一人で頑張るな」、②本人の行動否定は慎め、③本人の絶頂期(知事秘書時代、卓球時代等)の話は有効、④声掛けや会話する環境整備の励行。
- ・発症後も文句や不満は皆無。会話の大半は理解して短い言葉で応答し、最低限の会話は可能。子供達や義妹夫婦とは短い会話も。関係者の呼び掛けにも童女のような笑顔で対応。私とヘルパーさん達との楽しい会話に頼りたり短い言葉で割り込むことも。時には、ヘルパーさんと合唱?も。
- ・介護関係費用は、それなりに高額であるが、必要経費と完全に割り切っている。 関ヶ谷住民



- ・「介護用品保管箱」は、ヘルパーさんの作業の動線が最短になるように介護用ベッドの横に配置し、保管品の残量が即把握できるオープン型を採用している。介護関係(介護記録等)のファイル(12冊)も近くに保管されている。別室には「予備保管箱」も配置し、即補充が可能。
- ・写真には写っていないが、台所等に「ブレンド食品保管箱」、「口腔ケア用品保管箱」、「薬保管箱」及び「車椅子保管スタンド」がある。
- ・2年間で整備後、約5名の方が見学している。



脳活カフェ 3月開催の案内

声を出して、ゲームをして、みんなで楽しく過ごしましょう。どなたでもお気軽にご参加ください。一緒に、心の底から笑いましょう。



- ◆開催日時: 3月19日(火)、午後1時30分～3時
- ◆開催会場: 自治会館1階 会議室
- ◆会費: 無料(お茶、お菓子を用意しております)
- ◆申込み: 不要、当日会場にお越しください
- ◆問い合わせ先: 相曾・小川



第81回「ふれあいティータイム」

歌声喫茶「ともしび」第22回

新宿の「ともしび」が毎年、行っている「大うたごえ喫茶」のDVD映像やTVの歌番組などから集曲した映像をスクリーンに映し、懐かしい歌声喫茶の雰囲気味わっていただくというものです。配布される曲名リストの中から皆さまが選曲し、リクエストされた映像(歌詞付き)中の歌手と一緒に歌っていただく、というやり方です。選曲対象として昭和の歌を中心に「高校三年生」「青い山脈」など600曲用意しました。

日時: 3月18日(月) 午後1時30分～午後3時30分

場所: 自治会館1階

申し込み不要 会費: 無料 問い合わせ先: 荒木



☆ ダイヤモンド富士を見る会 ☆

富士山頂から太陽が昇る瞬間と夕日が沈む時間に、まるでダイヤモンドが輝くような光景が見られることがあり、この現象をダイヤモンド富士といいます。H26年には、霞の中に赤い富士山がくっきり浮かび上がり様子を見る事ができました。今年はどうなるのか楽しみです。今年はどうなるのか楽しみです。今年はどうなるのか楽しみです。今年はどうなるのか楽しみです。今年はどうなるのか楽しみです。

開催日: 3月28日(木) 天候の悪い場合には中止

集合時間: 17時00分(日没は17時59分)

集合場所: 南丸公園 行き先: 市境広場北約300mの地点

装備: サングラスおよび懐中電灯をご準備下さい



円海山歩く会

3月の計画 集合場所: 奥座公園 出発時間: 午後1時半(雨天中止)

☆3月4日(月) 奥座～動物園裏～清戸の広場～関谷奥見晴台～関ヶ谷

☆3月15日(金) 奥座～動物園裏～おおよと休憩所～いっしんどう広場

～尾根道～関谷奥見晴台～奥座

コースは変更される場合もあります。連絡先: 野呂

☆4月1日(月) 奥座～市境広場～鎌倉霊園(桜)～バスでもどる



こんな在宅介護もある

緑道さんぽ



■ 発症時とその後のこと

- ・10年前から女房は認知症の兆候が見られ、横浜南共済病院で「脳血管性認知症」と診断され、薬の服用を開始。(介護認定は現在要介護5)
- ・更に、1昨年9月「誤嚥性肺炎」で金沢文庫病院に1ヶ月入院。(11月に再発するもその後安定)

■ 在宅介護の現況のこと

- ・現在、5つの介護サービス(①デイサービス3回/週(注1)、②ショートステイ約10日/月(注2)、③ヘルパーさん(10人)による在宅介護(注3)、④訪問医(4人)の往診2回/月、⑤訪問歯科医(2人)の往診(2ヶ月毎)を受けている。〔注1)そら、(注2)こもれび、(注3)青空・ほほえみケアセンター〕
- ・日常生活: ブレンド食、昼はベッドで横臥、車椅子使用、発声(食前)/歩行(食後)練習。
- ・介護補助員(自称)の任務: ①介護用品/調理スタンドの整備、②介護用品の調達/整備、③車椅子用スロープの製作/使用時の設置・撤去、④好きな写真の集中掲載/音楽環境整備(常時)、⑤ブレンド食の準備、⑥洗濯、⑦介護関連情報の収集及び関係者への連絡。

■ 介護関係情報の収集等のこと

- ・青空ケアセンターのNケアマネージャーが介護関係の全般計画を立案及び関係先との調整。
- ・ふれあいの会の「紅花会」(8年前に発足、3ヶ月毎に開催)で、介護関係情報を聴取。(1/29に10名参加して、3時間意見交換。楽しい雰囲気での本音ベースの会話は有用)

■ 発想の転換のこと

- ・誤嚥性肺炎で入院時、女性主治医から、『重症ですから覚悟を』と宣告されたが、幸いその後回復して、「介護のチャンスが得られ儲けた」との思いが心に深く刻み込まれ、その後の介護姿勢の原点である。
- ・ポジティブ思考(介護を楽しむ。消失ではなく残留身体機能に着目。関係者との密接な情報交換)

■ 現在の心境のこと

- ・介護関係者(約30名)に恵まれ、感謝の気持ちで平穏な生活を過ごしている。(現在の良好な介護環境の整備は、Nケアマネージャーの功績大で特筆したい。)
- ・傾聴したアドバイス: ①「外部勢力の最大限活用、自分一人で頑張るな」、②本人の行動否定は慎め、③本人の絶頂期(知事秘書時代、卓球時代等)の話は有効、④声掛けや会話する環境整備の励行。
- ・発症後も文句や不満は皆無。会話の大半は理解して短い言葉で応答し、最低限の会話は可能。子供達や義妹夫婦とは短い会話も。関係者の呼び掛けにも童女のような笑顔で対応。私とヘルパーさん達との楽しい会話に頼りたり短い言葉で割り込むことも。時には、ヘルパーさんと合唱?も。
- ・介護関係費用は、それなりに高額であるが、必要経費と完全に割り切っている。 関ヶ谷住民



- ・「介護用品保管箱」は、ヘルパーさんの作業の動線が最短になるように介護用ベッドの横に配置し、保管品の残量が即把握できるオープン型を採用している。介護関係(介護記録等)のファイル(12冊)も近くに保管されている。別室には「予備保管箱」も配置し、即補充が可能。
- ・写真には写っていないが、台所等に「ブレンド食品保管箱」、「口腔ケア用品保管箱」、「薬保管箱」及び「車椅子保管スタンド」がある。
- ・2年間で整備後、約5名の方が見学している。



歩く会第143回



飯山観音の桜と七沢森林公園 3月29日(金)、雨天中止 金沢文庫駅8時10分集合

厚木市の飯山観音で桜のお花見を楽しんだあと、背後の白山丘陵に上がり、関東ふれあいの道を七沢森林公園まで歩きます。5年前にも企画、桜は満開でしたが、雨のためお寺から引き返しました。再挑戦で今度こそゴールを目指します。

飯山観音は源頼朝が造営を命じたのが始まりといわれ、坂東33カ所霊場の第6番札所です。正式名は飯上山如意輪院長谷寺(ちょうこくじ)。参道は桜並木のトンネルで、境内には屋台も出てにぎわいます。境内から裏山の尾根に出ると白山展望台があり、相模平野から相模湾まで見渡せる、素晴らしい眺めが楽しめます。さわやかな尾根歩きが続いて、やがて七沢森林公園に下ります。(土橋)



【コース概要】

金沢文庫駅⑧時10分集合(8時26分発快特)→横浜駅・(相鉄線乗り換え)→横浜駅(9時発急行)→海老名・(小田急線乗り換え)→海老名一本厚木◎(駅前からバス)→飯山観音前・飯山観音◎・白山展望台駅(昼食)・ムジナ坂峠・物見峠・順礼峠・七沢森林公園・管理事務所◎・七沢温泉入口バス停◎→一本厚木駅前

◎トイレタイムあり。山道はゆっくり歩きますが、急な下り坂もあるので、杖かストックがあると安心。

尾根歩きは約1時間50分を予定

【開催概要】

日時: 3月29日(金)。雨天中止の場合は前日に電話連絡致します。

集合: 金沢文庫駅8時10分集合

参加費: 100円と金沢文庫駅発着の交通費2,120円

各自持参: 弁当、飲み物、数物、雨具、あれば杖かストック、Pismo、Suica など

参加申し込み: 下記用紙に氏名・ブロック番号・電話番号を記入して切り取り、自治会館郵便受けに投函して下さい。

締め切り: 3月20日(水)

問い合わせ: 土橋



歩く会第143回(飯山観音と桜花見)に参加します。 申込日____月____日

氏名 _____ ブロック _____ 電話番号 _____