

会報 ふれあい

平成27年4月1日

第183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。

簡単修理事例



() 前年度実績

26年度ふれあいボランティア実績 (合計45件)				
電気関係	日曜大工	庭の手入れ	ゴミ出し	その他
26(17)件	13(22)件	1(4)件	0(0)件	5(5)件

相談は全部で52件ありました。相談内容によって私達には対応できなかつたり、ご自分で解決されたケースもあり、結果として45件実施できました。なお一般のかたご自身でも解決可能なもの、または知っておいて役立つ情報などを「簡単修理事例」として毎月紹介しています。事例を読んでそれなら自分でも出来るよ、という方が私達の仲間に加わっていただけるとたいへん嬉しいです。(坂口)



新年度のスタートですね! ちびっ子集まれに来てくれていた何人かのお友達も幼稚園に、保育園に、と巣立っていきました。でも、また新しいお友達が来てくれることでしょう。お子さん(未就学児)とママたちの集いの場です。どうぞ、お気軽にどなたでも、いつでも遊びにいらして下さい。(鈴木)

日時:4月10日、24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27年度上期日程”

平成27年	4月10日(金)、24日(金)	平成27年	7月24日(金)
	5月22日(金)		8月28日(金)
	6月12日(金)、26日(金)		9月25日(金)



ご自宅の包丁の切れ味はいかがですか? 包丁が切れると調理が一層楽しくなります。半年に一度は研いだ方がよいでしょう。ご要望の多い「刈込ばさみ」も対象にすることにしました。ただし先着10丁までとします。事前の申込みは不要です。下記の要領で自治会館にお持ちください。

日時:5月9日(土) 午後1時～2時の間にお持ちください。
 場所:自治会館1階 会議室
 お渡し:午後4時～4時30分
 料金:包丁:1本200円(一人3本まで) 刈込ばさみ:1丁400円(一人1本)
 ※ ご自分の包丁・刈込ばさみに記名してお持ちください。
 ※ 問合せ先:荒木

笑いながら脳を活性化させませんか?

「あかるく、あたまを使って、あきらめない」
スリーAゲームへのお願いです。

この頃、メガネがない、鍵がない、何処に置いたか覚えてない。出掛けようと思ったら、お財布を忘れた、鍵を掛けたかどうか心配と、一度ならず、二度も帰った事などありませんか? これは、脳の一部が眠り初めているのです。スリーAゲームは、あたまを使って、手指や体を動かし、楽しみながら脳に刺激を与えるゲームです。出来ない時は大きな声で笑い誤魔化します。出来る事が大事なのではなく、みんなで楽しい場を共有することが、脳を活性化するのでそうです。講師をお招きし、実際にゲームをしながら、その効果をお聞かせします。

日時:5月11日(月) 午後1時30分～午後3時30分

会場:自治会館一階 会議室

講師:「かたつむりの会」田村加代子氏

参加費:無料(お茶、お菓子を用意しています) 問い合わせ先:相曾、小川

※4月10日から、自治会館事務室前に用紙を置きます。お名前をお書き下さい。



第45回「ふれあいティータイム」(音と映像による 懐かしの映画音楽 第6集)

懐かしい映画音楽を聞くと、その映画の事、その映画を見た時の事、その曲を聞いていた頃の事..が自然に思い出されます。オリジナル演奏曲(昔のあの音)と一部の映画音楽には画質の良い名場面を用意しました。邦画もあります。思い出の曲をリクエストして下さい。

日時:4月15日(水) 午後1時半～3時半
 場所:自治会館1階 会費:無料
 ※申し込み不要(当日自由にお越し下さい。)
 問合せ先:野呂

《主な映画》エデンの東、カサブランカ、第三の男、誇り高き男、シェーン、帰らざる河、黄金の腕、太陽がいつぱい、慕情、旅情、ピクニック、朝な夕なに、愛情物語、南太平洋戦場にかける橋、ティファニーで朝食を、ウエストサイド物語、卒業、喜びも悲しみも幾年月、君の名は 他



紅花会

第17回紅花会(認知症の人と家族の会)の集い

政府が出した改定案により、認知症デイサービスやグループホームの報酬も大幅に引き下げられることになりました。10人前後の少人数対応の施設では大変経営が厳しくなり、存続の危機に瀕している所もあるとか。家族的に温かく、良質な場を提供していた施設がと思うと利用者負担は下がっても、何の為の改定かと心が痛みます。今回の集いは、皆様のご希望により初めて土曜日の午前中にします。お間違えの無いようお集まりください。

日時:平成27年4月25日(土) 午前10時～午前12時(午前中です)
 会場:西金沢地域ケアプラザ 2階 多目的ホール
 会費:無料(お茶とお菓子を用意しています) 問い合わせ先:中山
 初めての方当日直接参加されても結構です。



ご近所の集い

【60ブロック】2月17日「喫茶ふれあい」にて、60ブロックの皆さんと話し合いの場を持ちました。冷たい雨の降る中、7名の方が出席して下さい。ふれあいの方々のお茶とお菓子のおもてなしを受けながら、居合わせた方も一緒に和気あいあいの時を過ごしました。これからもご近所で助け合って、がんばりましょう!! 岡山

ゆりのきお食事サービス

4月の予定【4月6日(月)、16日(木)、22日(水)】民生委員にお申込み下さい。

【1地区(3・4丁目) 戸次】【2地区(2・5丁目) 大橋】【3地区(6丁目) 大島】



緑道さんぽ

“ジグソーパズルの世界へ陥る”

1964年(S39年)の8月15日(金)50年前の事です。感電墜落事故を起こしました。30年間の楽しかったこと、苦しかったこと、記憶しておきたかった事、忘れ去ったこと、その他諸々の“私の過去の人生の記憶”の全てを、不意に一瞬のうちに失いました。“頭の中が真っ白になった”という事でしょう。これは勿論日時が経ち脳の機能がある程度回復してから言える言葉であって、意識を失った時は、全く「無」でした。徐々に機能回復ができ、改めて学習しながら、あの時は“ああ、そうだったのか”と言えることでした。赤子でも、母親の胎内で「母親の語りかける言葉」を記憶して、生まれて来ると言われていますが、受傷時はそれさえも失っています。

受傷時の状態?勿論『感電墜落』したなんて言うことは全く認識していません。交通事故などの場合は、直前に「あっ!!」と声を出していることもある様で、この場合は、直前の意識はあったと思ってよいでしょう。私のように不意に意識を失った場合、「私の頭の中はどうなったのか?」回想風には説明出来ないもののようです。

デパートの子供のおもちゃ売り場で、思わず自分でにんまりしてしまう様なおもちゃを見て「ああこれだ」と思いました。それは『ジグソーパズル』でした。ジグソーパズルのパネル面に、自分の全人生が描かれていると見て、そのパネルを額縁ごとばらばらにした...これが『受傷』だと認識できたのでした。「分からないこと」その糸口がつかめたと考えると、気分の良いものです。

ジグソーパズルのピースには何千と言う数の大判のものもありますが、その数は別として、そのピースのそれぞれに自己の人生のあらゆる記録・感情・知識・意思・愛・怒・その他の何でもが、そこに記録されていると思って下さい。その歳と共に充実していく一枚の絵が、或る瞬間に、額縁諸とも何かの力でバラバラにされた。これが事故によるダメージです。そして臨死体験への入り口です。

損傷を受けた部位によって、又 力の掛かり具合によって、或るピースは完全に破壊されて修復不能のものも出来るとして下さい。この部分は残念ながら永遠に欠落です。私の場合は「位」を持って上がる計算が全く出来なくなりました。例えば、5+7=12→?2です。今は電卓が介助してくれますので助けられています。

しかし幸いにピースそのものは、損傷はなくて、ただ脈絡なく散逸してしまったものも数多くありました。これを探し出し、脈絡をつけてパネルの所定の位置に戻していくのが『心』のリハビリです。これには何か手がかりを見つかるのも大変、忍耐と努力、そして日時を必要とします。リハビリの先生方や家族の腕のみせどころです。でも生身のジグソーパズルを楽しんでいると思えば、遣り甲斐の在る仕事です。

自己の『病識』(脳外傷の部位や程度によって、自覚のレベルはまちまちですが、高次脳機能障害を持ったと言う自覚は、学習すれば理解出来る。全く自覚が無いと言うのは、「心」の内を隠している)を持ってたら、壊されたジグソーパズルの額縁が、新しいもので用意出来たという事です。

最近「認知症」の症状を自覚することが多々ある様になりました。脳神経外科で、CT(コンピュータによる断層撮影法)他の方法で検査を受けました。処、症状を発症する脳機能の分野の部位が、50年前の事故(電撃)を受けた部位と一致していました。お盆の極暑の時期、自家用高圧発電設備の在る古い木造家屋の中、発汗が目良く見えない作業環境であったので、電工用の「安全」「ヘルメット」を着用していたか、どうか?今頃で、思い出せません。 西岡



円海山歩く会

4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)

- ☆4月6日(月) ゆつくり比較的近いコースを歩きます。約1時間半
奥座～市場広場～鎌倉霊園(桜)～バス～関ヶ谷:オプション紅谷
- ☆4月17日(金) 緑地内のハイキングコースを楽しみます。約2時間
奥座～動物園裏口～おおよと休憩所～円海山～いっしんどう広場(BT)～関谷奥見晴台～関ヶ谷 ●トイレ
- ☆5月4日(月) 奥座～動物園裏～自然公園～能見堂跡～文庫駅 問い合わせ:野呂



歩く会第105回

小網代の森 5月7日(木)9時50分 金沢文庫駅集合(雨天中止)

小網代の森の中には、長さ1キロほどの川の源流があり、水が山あいの湿地、河口の干潟などを形成しながら、海まで流れています。流域にはアカテガニをはじめ希少種を含む多様な動植物が息しているようです。このような生態系が残る場所は、全国でも極めて珍しく、源流から海までの生態系が自然のまま残されているのは、首都圏では小網代の森だけと言われています。青々とした森林や湿地を抜けていく散策路、水系を軸にした干潟、そして小網代湾へと進み散策を楽しみましょう。(山下)



【コースの概要】 ※散策路は木道でよく整備されていて、特に歩きにくいところはありません。金沢文庫駅⑩:05→三崎口駅⑪・小網代の森引橋入口・中央の谷・まんなか湿地・やなぎテラス・えのきテラス・小網代湾アカテガニ広場(昼食)・眺望テラス・シーボニア入口⑫・うらり三崎魚市場⑬・海南神社・バス停三崎港→三崎口駅⑭→金沢文庫駅⑩ ◎はトイレのある所です。※歩行時間約2.5時間(昼食・休憩除く)

日時:5月7日(木)(雨天中止)
 集合:金沢文庫駅 9:50 ※雨天中止の場合前日に電話致します。
 参加費用:参加費100円および各自負担の交通費 1,020円
 各自持参:弁当・飲み物・数物・バスモ、スイカなど
 注意事項:参加当日の健康状態は、自己責任で判断して下さい

参加申込みは、下記用紙に氏名・ブロック番号・自宅電話番号・携帯電話番号を記入して切り取り自治会館の郵便受けに入れるか、または下記用紙の記載事項を入れて、(山本)にメールしてください。参加申込の締め切りは、5月1日(金)とします。なお、問い合わせ連絡先は、①山本 または ②山下 です。



アカテガニ広場



歩く会第105回(小網代の森)に参加します。

申込日____月____日

氏名 _____ ブロック _____ 電話番号: _____
 携帯電話番号: _____