

# 千代田界隈のレトロな風景



## あぶらぜみ

せみの種類と数が減っているようです。  
このあぶらぜみは来年に命を繋げられるのでしょうか？

み  
ど  
り  
の  
風

「戦争に向いてませんから ウチの孫」（毎日新聞・万能川柳より）。ウチの孫も向いてないと思います。じいちゃんはこのようにならぬよう守つてあげたいと思っています。世界中どこに子もそう思っていると思います。安倍さんも孫が居れば、この辺のリアリティーが持てるのではないかと思います。

小林 功  
「夏が来れば思い出す はるかな尾瀬 遠い空...」  
デイの昼食後のひと時、ハーモニカ俱楽部がステップアップしてコンサート俱楽部に変身しました。毎日十名前後の参加で懐かしい唱歌や叙事歌を十五曲ほど歌っています。定番の曲の一つに「夏の思い出」があります。  
この歌は戦後、国民に親しまれたNHKのラジオ歌謡として発表されました。歌ったのはシャンソン歌手の石井好子さん。歌の流行とともに尾瀬や水芭蕉は一気に有名になり、当時は少なかつた女性の登山客を中心に賑わうようになったということです。私の青春時代でも若い仲間たちが出かけ、出逢う場所として尾瀬は憧れの地でした。（残念ながら私は尾瀬には行つていません。私の出逢いは群馬県の妙義山でした）この歌を合唱しているときの皆さんの表情がいいです。うつとりと歌いながら、「石楠花色にしたそれがれる はるかな尾瀬 遠い空」の情景を思い浮かべているようです。

人・ひと日記

2014.9.1  
-NO.192-

発行 社会福祉法人 悠福会 招募原市中央区千代田2-4-1  
千代田 デイサービスセンター 042-751-0672  
ヘルバーステーション千代田 042-704-0261  
千代田介護支援センター 042-704-0281  
千代田相談支援センター 042-707-1434



千代田デイサービスお手製のお神輿

今年も千代田デイサービスの夏祭りの時期がやって参りました！！

競技種目は新しく、フライングディスクやW杯ゲーム、サマーボーナスゲームを取り入れ、日頃のリハビリの成果を発揮してもらいました。得点を競いながらもみんなで楽しく行なうことが出来ました。運試しのbingo大会も実施し、競技の得点、bingoゲームそれぞれの上位者には素敵な景品をプレゼントしました。

競技の合間にはかき氷やミニパフェを美味しくいただきました。



フライングディスク

魚釣りゲーム

W杯ゲーム

かき氷



千代田二丁目のお祭り時には、お神輿を担いでデイサービスに遊びに来てくれました。

### こんにちは 私が千代田の職員です



中島のり子

出身: 岩手県奥州市

残暑が続いています。皆さん体調を崩さぬ様に気を付けてお過ごし下さい。

機能向上のリハビリのお手伝いさせて下さい。皆さんの笑顔に包まれ、私も頑張っています。

休日は孫の野球の応援に行っています。

## 市民交流スペースのご案内

### 8月の展示内容 「千代田デイサービス 思い出写真展」

今月は夏祭り期間ということもあり、デイサービスでの色々な活動をして過ごしてきたことを思い出してもらおうと、これまでに撮りためてきた写真を展示しました。

### デイサービス思い出写真展



### 9月の予定

千代田デイサービス  
職員作品展



市民交流スペースは無料で展示が行なえます。出展希望の方は千代田デイサービス 042-751-0672 まで

# こんにちは、千代田のヘルパーです！

こんにちは ヘルパーステーションの 神林 です。久々のみどりの風です。

今回は、わたしの多々ある趣味のひとつの“釣り”的お話をしたいと思います。

釣りといっても、海や川や湖がありますが、わたしはこのほか川釣りが好きで、子供の頃より山間の渓流に身を置いての釣りを趣味としています。

対象の魚は、ヤマメやイワナ、アマゴといって、低水温で澄んだ水にしか棲むことができない魚たちです。

朝5時頃から川辺に立ち、夕方までずっと竿を振り続けます。

今年も、雪の残る早春の3月から何度となく山梨県内の山の中に入り、その一日を堪能させていただいてます。

毎回暗いうちからゴソゴソと出掛けるわたしに家族もほとほと呆れ顔ですが、何よりも、四季それぞれに違った表情を見せる山々や川の風景、水の流れや風の音、そうした自然の中に一日中身を置くことにとっても幸せを感じます。（もちろん釣れば更に嬉しいんですけど！）

みなさんもいろいろなご趣味を持っていらっしゃると思いますが、やっぱり時間を忘れるほど没頭することに何にも代え難い幸せを感じるのではないか？

これからも趣味を通して身体の中に幸せのパワー？を蓄え、その幸せパワー？を笑顔に変えてみなさんに振りまいていきたいと思います（^o^）

まだまだ暑い日々が続いているが、昔から暑さ寒さも彼岸までと言われています。

秋はもうすぐそこまで来ていますので、残暑に気を緩めずお身体にお気をつけください。



## 嚥下障害、誤嚥性肺炎について

ケアマネのつぶやき

お食事や水分を摂られる際、むせ込むことはないですか？今回は嚥下障害と、誤嚥性肺炎について調べてみました。気になる方、時折チェックしてみてくださいね。

摂食・嚥下障害には、  
次のような症状が見られます

- ☆食事中によくむせる
- ☆食事中でなくても突然むせる、咳込む
- ☆飲み込んだ後も、口腔内に食物が残っている
- ☆ご飯より麺類を好むようになったり、噛まなくてよいものを好むようになる
- ☆食事の後、がらがら声になる
- ☆食べるとすぐ疲れて、全部食べられない
- ☆体重が徐々に減ってきた
- ☆毎日飲んでいた薬を飲みたがらない
- ☆水分をとりたがらない（尿量が減った）
- ☆発熱を繰り返す（誤嚥性肺炎の疑い）
- ☆夜間、咳込むことがある

誤嚥性肺炎には、次のような  
典型的な症状があります

- 発熱
- 激しい咳と黄色い痰が出る
- 呼吸が苦しい
- 肺雜音がある

これらは風邪と間違えて診断されてしまうことがあります。特に高齢者でこのような症状がある場合は誤嚥性肺炎の可能性を考える必要があります。これらに加えて炎症反応(CRP※上昇、白血球增多など)と胸部レントゲン写真で肺炎像があることで診断されます。

ここにちは。今回はこの紙面で山内様の思いで巡りを紹介したいと思います。

道案内を千代田のヘルパー

菊地がつとめます。

山内様は若い頃から旅が好きで、特に学生時代には色々なところへ行かれたそうです。

そして旅先は必ず記念になる写真を残していました。

今回紹介す

る写真の一つは昭和4

7年に九州地方を旅し

た時の物です。菊池寛

の小説「恩讐の彼方に」

で一躍有名になっ

た禅海和尚が掘った洞門

（トンネル）「青の洞門」

の前で撮ったものです。

もう一つは長崎平和記念像

です。それそれに昭和を感じる雰囲気があります。

今回紹介したいのは思い出の写真だけではあり

ません。山内様は、若い頃に尋ねた所を40数年

後にあらためて訪ねて同じ場所で同じ雰囲気でも

一度写真を撮る、年一度の旅を無上の喜びと

しています。写真を二枚掲載しているのはそのた

めです。

その後年（平成25年）が岩手県の龍泉洞、

岡

駅から二時間ほどバスで乗ります。日本三大鍾

乳洞の一つで世界有数の透明度を誇る地底湖があ

ります。山内様は右マヒがあり左手で杖を使いま

ります。洞内には階段もあって昇り降りしなければな

りませんが、自分を鼓舞するよう声掛けしながら

一步ずつ踏みしめるように足をすすめます。そ

の時、何かの拍子でメガネが外れて階段から地底湖へ転げ落ちそうになつたのですが、隙といつころ取り上げてホットされた表情が思い出します。

そ



最近では、土佐の桂浜、岩手県の鍾乳洞・龍泉洞、高知県の鍾乳洞・龍河洞へ一緒しました。桂浜と言えば龍馬でその時の様子を紹介したいと思います。

馬像はこんな感じ

ではありませんでした。

馬像はこんな感じ