

千代田界隈のレトロな風景



日めくりカレンダー

毎日一枚づつ減っていき・・・今年も残りわずかになりました。(ヘルパーステーション事務所玄関)

み
ど
り
の
風

人・ひと日記

2014.12.1
-NO.195-

発行	社会福祉法人 悠朋会	相模原市中央区千代田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	

千代田相談支援センター
042-704-0281

042-707-1434

ちょうど二年前のこの欄で、北里東病院の荻野美恵子医師を中心とした勉強会「最期まで良い人生をめざす会・相模原」があり、寸劇公演の活動をすることを紹介しました。この間公演は六回に及びました。市内の公民館、自治会館などの福祉講座が舞台になります。終末期医療・延命治療という重いテーマですが高齢者を中心に毎回五十～二百名の方々に見て活動いただきました。また、地元紙の相模経済新聞のコラム欄への連載も会の活動として続けてきました。左記の記事は十一月一日号へ私が寄稿したものです。

「エンディングノートのすすめ」
「最期まで良い人生をめざす会・相模原」の活動のひとつに寸劇の公演があります。家族が急に倒れたらどんなことが起こるのでしょうか?どんな準備をしておけばいいのでしょうか?をテーマにメンバーが熱演します。
（脳梗塞で倒れる主人公役）は梗塞の再発時に転倒し骨折。寝たきりに。認知症の進行。嚥下機能の低下。低栄養状態に。リハビリ病院からの退院の通告。家に戻るのか、施設入所か、療養型病院への入院か・・・とまどいの家族。そこへ胃瘻の造設の提案が・・・。判断しきれない家族は直接私の意志の確認を試みることになります。

妻「このままご飯が食べられないとお腹に穴を開けて管をつけるしかな
いそうです。あなた、いいですか?」

私は「ううう・・・」と首をふる。

これがラストシーンです。最後に首をふる「私の意志」とは何なのだろうか?劇の進行中ずっと考えていました。三つの答えがよぎりました。
①延命治療を断るNO。②いろいろ考え迷っている。答えが出せないNO。③延(認知症が進み)状況が理解できないNO。土壇場での生と死の選択のと自分はどこまで冷静でいられるのだろうか?劇の中とはいえ真剣に考えます。最終に伝えたいエンディングノートが書店で販売されています。自分の一生の完結させていけば生き方が少し楽になるかも知れない」と思っています。



千代田デイサービスのお昼ご飯やおやつは、自前の厨房で毎日調理しています。多いときには50食分近くになりますが、利用者の皆さんに美味しい食事が提供出来るよう一品一品真心をこめて作っています。みんなの健康に留意し、味付けは濃くならないよう出汁を多く使いながら、塩分控えめになるようにしています。食事の形態は常食、一口大、刻み、ミキサー等、利用者さんの嚥下（飲み込み）の状態に合わせ、一人一人変えることが出来ます。ごはんの量も大盛から少なめと好みに合わせています。また、お口やお腹の調子が悪いときには、おかゆや食事の内容を変更することが出来ますので、お申し付けください。

食事の待ち時間に少しでも楽しんでいただこうと、職員手製のプレートを置いています。月替わりで内容を変えていきますので、次回も楽しみにしていてください。



11月のビュッフェは前回好評だった中華バイキングになりました。前回と少し品を変えてみましたが、いかがだったでしょうか。

こんにちは 私が千代田の職員です



安藤 有美

出身:埼玉県入間市

こんにちは。看護師の安藤有美です。千代田では高齢の方とですが、もう一つの仕事「赤ちゃん訪問」では、生後3ヶ月位の赤ちゃんと接し、どちらからも癒しのパワーを頂いています。これからもよろしくお願ひします。

市民交流スペースのご案内

11月の展示内容 「ショールとストール作品展 伊藤ノルベルタ」

デイサービスの職員である伊藤さん（ベスさん）はとても器用で、今回は色々な糸を使い、様々な模様を編んで作ったショールやストールの作品を展示しました。これからの季節にぴったりのとても素敵な作品ばかりでした。



12月の予定
中條静江(ヘルパー)
折り紙展



うどん300食 完売！ 第4回 星が丘地区ふれあいフェスティバル

10月26日（日）、第4回星が丘地区ふれあいフェスティバルにて『うどん屋』を出店しました。今年は陽気にも恵まれ、来場者も多かったです。用意したうどん300食は14時前には完売。売上金は57,300円で、千代田ふれあいコンサートの募金と合わせ、東日本大震災の被災地に義援金として送る予定です。フェスティバルは年々賑やかになってきています。ぜひお越しくださいませ！



第七回千代田ふれあいコンサート

パーカッションとマリンバでクリスマス

今年はマリンバ合奏団の演奏でクリスマスナイトを楽しみましょう。

出演は「PM6:00」。2009年田口美菜マリンバ教室生徒の有志で結成。グループ名のPはパーカッション（PERCUSSION）、Mはマリンバ（MARINBA）の頭文字から。6:00は結成当時6名だったメンバーが夕方6時から練習していたことから名付けられました。現在は打楽器が大好きな学生、社会人から成る9名で構成。なかなか聴けない「マリンバ合奏」を堪能して下さい。



日時：平成26年12月21日（日）
場所：千代田デイサービスセンター3F
開場：18時 開演：18時30分（終演は20時15分頃）
入場無料
予約制です。50席。042-704-0261（ハルピーステーション）
へ申し込んでください。
飲み物、軽食を準備しています。

マリンバ：打楽器の一つ。木鍵盤の下に共鳴器を持つ木琴で低音が豊かで音色が美しいため独奏用楽器として用いられることが多い。PM 6:00はそれを合奏で演奏する珍しいグループです。

今回も会場では「震災被災地支援カンパ」と「タイガーマスクになりましょう募金」を募ります。みなさんの御協力お願いします。

ディサービス



12月の予定



千代田デイサービスは、年末年始休まず営業します。



- | | |
|-------|---------------|
| 体重測定 | 7日（日）～13日（土） |
| 書道 | 10日、24日（水） |
| ビュッフェ | 13日（水） |
| 誕生会 | 15日（月）～21日（日） |
| ゆず湯 | 16日（火）～22日（月） |
| 折り紙 | 18日（木） |
| 交流会 | 22日（月）、25日（木） |
| 忘年会 | 22日（月）～28日（日） |



熱海港近くに建つホテルからチョッと離れた小高い崖の上に建つホテル。此処が次に宿泊する某ホテルで、夏休みも後半に来て一晩泊めてもらえる事が出来た。此の時は、電動車イスでは無く手動車イスを使用しての旅にした。熱海駅からホテルまでタクシーを利用する。

チェックインまで、ホテルに着いてからはたっぷり時間があつたので館内を観て回る。どこの部屋からもオーシャンビューな景観が広がり、開放感漂う素晴らしいホテルで、以前から一度は泊まりに来たいと思ってたホテルなので、偶然にも今回、泊まりに来れて良かったって感じだ。：ホテルに着いて、先ず最初に気になるのは、トイレだ。案の定、このホテルのトイレに関してはバリアフリーにされてなく少々手狭く手動車イスでも中に入るので大変だった。大の方はともかく、小の方はどうにか使えたから良いことにしどう。

温泉に浸かり、疲れを流した後の夕食は久しぶりに美味しい刺身料理と地酒に酔い、格別に時間が過ぎて行くのを惜しむ。再びホテル内のバーに行きカクテルを嗜むが最後には酔い潰れてしまう。バーに降りるにも四・五段の段差があるものの、リフトが設置されていたので車イスでの上り下りが楽にこなせて幸いした。フロントの行き届いたおもてなしで、親切丁寧に応対していただけて本当に良いホテル。心身共にリフレッシュ出来た一泊二日の旅を納める事が出来ました。

新幹線で二〇分のリゾート地。いい、旅の思い出が出来た。

昼食を終えて再び熱海港に戻る。以前、熱海を訪ねた時に泊まつた某ホテルが、目の前に響え立つ。熱海市街の夜景が一望出来る部屋から飽きる事も無く見入つてたのを懐かしく思い出した。

このホテルには近々に再び来る予定になつている。熱海市内はコンパクトな街並みなので歩いて意外と分かりやすかつた。帰りはバスを利用せずに一人して、熱海港から温泉街の連なる通りを抜けて熱海駅まで歩く。自分の電動車イスで一時間弱かなく。歩くとまた違ったイメージが味わえて、小一時間の楽しい散策をさせてもらつた。

この様な事を知らずに、電動車イスで來てたらアウトかも知れない。

お風呂は、貸切露天風呂を使わせてもらえた。入り口に奥行きのある二段の段差があるが難なくクリア出来る。他はフラットな造りになっているから浴室・浴槽の間今まで車イスのままで入れる。お蔭で浴槽の淵まで車イスを着けて楽に浴槽に出入りが出来た。

編集後記

いよいよ冬本番。ユーロのヒートテックが手放せない季節となりました。朝晩は凍える寒さで、バイクでの移動時は重ね着をしていました。昔から寒がりで、セーター等を何枚も重ね着をしていたので「モモ星人」と言わっていました。H

