

千代田界隈のレトロな風景



二丁目の夕日 -カラー版-

二年前はモノクロ写真でした。
カラー版で城山が良く見えるようになったと思いますが・・・。

みどりの風



2015.11.1
-NO.206-

人・ひと日記

小林 功

いよいよマイナンバー制度が動き出し、十月以降国民一人一人に個別の番号が通知されてくるということです。マスコミでの報道はもっぱら番号の漏洩・流失問題への不安が中心。企業向けのセミナーも数多く実施され、番号の管理システムの営業もありでIT業界にとっては大きなビジネスチャンスになっているようです。千代田は当面最も安全といわれる、「番号を「紙」に書き、金庫に入れて保管する」方法でいくことにしました。これから個人情報として最も重要な情報となるであろうマイナンバー。しっかり管理して行こうと思いますが、よくよく考えると一番秘密にしておきたかった情報が国に知られてしまう制度であり、当面私たちが受け取ったマイナンバーの使い道は給料をもらっている会社へ提示することだけです。その次に来るのは、預金口座への適用と噂されています。便利で暮らしやすくなるというメリットが見えてきません。

安倍首相の第三本の矢で「一億総活躍」というスローガンが突然発表されました。これが出てきたタイミングはマイナンバー制度が具体的に動き出したことと符合しているような気がします。「一億」という言葉は「国家」をイメージさせます。国は国民を番号で一元的に管理出来るようになる。まずは税金を漏れなく徴収することからスタートということでしょうか。

ラグビーのワールドカップ戦はベスト4が決まったところで、結局日本は決勝トーナメントには進めませんでした。ラグビーの3勝はこれから何十年も語り継がれる大きな出来事でした。ラグビーは見えていてわかりにくいスポーツですがトッププレイヤーの戦いは美しさを感じます。地元相模原にもトップクラスのチームがあります。三菱重工の社会人チーム「ダイナボアーズ」です。五郎丸選手が登場するトップリーグの下位リーグで、ここ数年は毎年優勝し、トップリーグとの入れ替え戦に出場している力のあるチームです。現在リーグ戦真ん中、地元での試合は無料で観戦できます。緑のグラウンドへ本物のラグビーを見に出かけましょう。

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

ヘルパ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

ホームページアドレス

www.yuhokai-kaigo.com

秋の外回りハビリ



春の外回りハビリに引き続き、かかしやコスモスを見ながらの外回りハビリを実施し、多くの方が参加されました。日の光を浴び、土や花の自然な匂いを嗅ぎ、自然の風景を眺めながら気持ち良さそうにリハビリを行い、楽しんでおられました。いつも行っているリハビリでは決して見られないような笑顔や笑い声も聞かれ、皆さんとても満足されていました。今後もこのような機会をつくって行きたいと思います。

こんにちは 私が千代田の厨房職員です



小柳 君枝
出身:東京都

私は東京下町生まれのチャキチャキ娘??です。千代田の厨房に来て先輩方に指導戴き早5年目に入りました。献立表は私が作っているんですよ、たまに娘がイラストを描いてます。夏祭りやクリスマスメニューなど、これからも美味しく楽しく召し上がって戴ける様企画していきますので楽しみに待っていて下さい。

市民交流スペースのご案内

10月の展示内容「佐藤君江 大野敏子 田所操 三姉妹展」

今年も仲良し三姉妹、佐藤君江さん、大野敏子さん、田所操さんの作品を展示しました。この作品展を毎年楽しみにされている方もおられますので、これからも仲良く作品をつくり続けていって欲しいと思います。



11月の予定
未定



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



今年の千代田大運動会は、桃太郎、浦島太郎、金太郎の三太郎をモチーフにした競技で楽しみました。金太郎の衣装を着て写真を撮り次の人に回す駅伝、浦島太郎と乙姫様の衣装をみんなで少しずつ着せて変装する仮装リレー、桃太郎の物語に沿って展開する職員競争... 笑顔や笑い声の絶えない運動会でした。

11月の予定

交流会	2日(月)、6日(金)
体重測定	8日(日)～14日(土)
おやつ作り	9日(月)、10日(火)、12日(木) 15日(日)、18日(水)、20日(金) 21日(土)
ハーモニカ	11日(水)
芋煮会	13日(金)
書道	16日(月)、19日(木)
ビュッフェ	18日(水)
折り紙	19日(木)
シナプソロジー	22日(日)
民謡	24日(火)
誕生会	24日(火)～30日(月)



夏は瑞々しい果物が、スーパー・八百屋の店頭で豊富に並ぶ。果物が好きな人にとってはおいしい、あれもこれも食べてみたいと思う季節ではないだろうか。お中元にいただく事もあれば、隣近所の方にお裾分けでいただく事もある。でも自分は、減多に果物類を口にする事は無い。どちらかと言えば和菓子党なので、和菓子とコーヒーがあれば幸せって感じがな。年齢を積み重ねるに連れ、甘い物も余り食べれなくなってきた。

先日、お袋さんから葡萄が届いた。大粒の食べ応えのある巨峰という物だ。常日頃から葡萄などを含めて果物類はあまり食べないのに送られて来るもんやから保管場所に困ってしまう。食べない葡萄を冷蔵庫に暫らく放置してただけで、食べなければ減らない。でも食べない、どないしよう…。ある日、男の子が手伝いに来てくれた。食事のセッティングをしてくれる時に冷蔵庫に葡萄が入ったままになってるから少しでも食べて片付けなアカンと思って葡萄を何粒か皿に盛ってもらい御飯の横に置いてもらった。食後に一つ・二つ摘まんでみようと、手伝いの男の子が帰った後に、ゆっくり御飯を食べ始める。

食べ終わった後に何気なく口に葡萄を放り込むと意外と甘く感じたので、もう一つと口に入れて放り込んだ瞬間だ、葡萄がうまい具合に丸ごと喉ポケットにスポッと収まってしまった。さあ大変だ。

苦しもがき、喉に詰まった葡萄を必死になつて取ろうと吐き出そうとしたり、傍に用意してくれてたドリンクを流し込んでみるが、取るに取れない状態が数分間続いた。苦しみが格闘した末、ドリンクと共に胃に流し込めた。傍にドリンクを用意してもらったので良かった。喉仏から葡萄が胃に落ちた瞬間、助かった〜と思って、喉に葡萄が詰まった時には、自分は、もうこれで終わりになつてしまふのかと、そのような気持ちが頭を過ぎった。他に誰も居てなかったので不安もあったんだらう、苦しくて自分は本当にこれで死んでしまふのかと思った。正月によく、御餅を喉に詰まらせて病院に運ばれたり、掃除機で先で詰まらせた御餅を吸い取る等々と苦しい思いをされた人の事を耳にするが、他人事ではない。飴玉と梅干の種もそうだ、口にすると時はよっぽど注意して食べないと恐ろしい事になってしまう。

二の舞はしないように気を付ける。本当に大事にならなくて済んだ。

今回も相模原市における65歳以上の方の人口を調べてみました。市内に100歳を超えている方は、昨年は251名。今年は298名でした。皆さん健康で長生きして下さいね。

ケアマネのつぶやき

相模原市の人口 平成27年1月1日現在

	男性	女性
65--69	24,132	26,708
70--74	22,013	23,908
75--79	15,589	16,363
80--84	8,812	11,442
85--89	4,063	7,094
90--94	1,167	3,575
95--99	247	1,228
100歳以上	37	261



2014年、日本における平均寿命は男性が80.50歳、女性が86.83歳でした。ちなみに2013年の統計で、男女平均の世界第1位は日本、以下アンドラ、オーストラリア、イタリア、サンマリノ、シンガポール、スペイン、スイスと続きます。世界の平均寿命は71歳、最下位の国の平均寿命は46歳でした。

編集後記

朝晩のマラソンとウォーキングを続けています。道行く人に挨拶をしながらのウォーキングです。子どもを連れて行くこともあります。その際、子どもたちから『おはようございます!』と挨拶をするようになってきました。何だか嬉しい瞬間でした。H