

千代田界隈のレトロな風景



彼岸花

街なかでみることはあまりありませんが、千代田5丁目で
みつけました。

み
ど
り
の
風

人・ひと日記

小林 功

「オリンピックが終わり、夏休みも終わり、テレビには正平さんの「こころ旅」、ラジオには源一郎さんの「飛ぶ教室」が戻ってきました。元に戻らないで続いているのは新型コロナ感染禍。コロナの気配は身近なところに近づいてきているように感じることが多々あります。運悪く身の回りに陽性者が出了た時、対応が困難を極めます。報告を受けた保健所は陽性者と接触した人をまずマークします。陽性者との接触の時間、距離、マスク着用の有無等の状況をヒヤリングし濃厚接触があつたかどうか判定します。濃厚接触者はPCR検査を受けることになりますが、この手続きで3日程度はかかることがあります。介護の現場では陽性者が職員であつたり、利用者であつたりするわけですがいずれにしろ関係した人の数は手遅れになると大きく広がってしまいます。検査を速やかに受けられるようにして欲しいところです。日本のPCR検査の実施数が低いことはたびたび指摘されているところです。その理由は「検査を増やせば陽性者も増える。医療体制が追いつかなくなるから」ですが当たらずとも遠からずなのでしょうか？

「どうせレベルが低いんだろう」とパラリンピックには興味がありませんでしたのがのめり込むことになりました。日本の最初のメダリストは水泳の山田美幸さん。十四歳の中学生。何気にテレビを見ると、ちいさな女の子が車椅子で入場して来る。スタート台に着く。彼女には両腕が無く、足の長さも左右で異なることが画面から分かります。50m背泳ぎのレース。水中からのスタート。キックと身体をくねらすことによる推進力で堂々の銀メダル。インタビューが終わるまでテレビの前で私は茫然と立ち尽くしていました。ラグビー、サッカー、バスケット、バレー、テニス、陸上競技、ボッチャや・・・。全ての競技は魅力的で引き込まれました。障害がありながら困難なことが出来ることへの感動を超えて、これはもうやつていいことがとにかく美しいということです。テレビも沢山放送してくれました。日本人にとってパラリンピックは日本でやつてくれて良かったと思います。今年の夏の思い出です。

2021.10.1

-NO.277-

千代田介護支援センター	ヘルパーステーション千代田	児童クラブ	いちばん星
042-751-0672	042-704-0261	042-704-0261	080-5865-1258
1	0	2	8
5	0	2	8
8	0	8	6
6	1	1	6

ホームページアドレス

www.yuhokai-kaigo.com

敬老祝賀会

9月20日は敬老の日。ということで今年も敬老会を執り行いました！

昼食には豪華絢爛、敬老祝膳！
せっかくですので今年のお品書き
を載させて頂きます。
おやつには“練いきり”を。
皆さま、いつも以上に良く召し
上がっていただいておりました☆



敬老祝賀会 お品書き

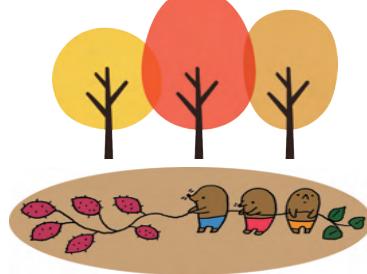
『敬老祝い膳』

黒豆	前菜
ごま豆腐	
栗の甘露煮	
豚の角煮	
野菜の煮物	
黒芋人参椎茸納豆	
銀だらのあ京焼き	
ゆば飛龍頭	
サーモン若草巻添え	
茶碗蒸し	
豚の角煮	
紅白なます	
天ふら盛合せ	
海老・獅子唐茄子・生麸かんざし	
しば漬け	
お吸い物	
黒米	
メロン	
果物	
季の物	
ご飯	
焼魚	
酢の物	

また、還暦～百寿の節目を迎えた方々には
当デイサービスから表彰もさせて頂きました☆

今年は最高齢は104歳、最年少で58歳と幅広
い年齢層の方が、千代田デイサービスを利用して
下さっています。

これからもご健康とご多幸がりますように、
デイサービスでも支援させて頂ければと思ってお
ります。



- | | |
|--------|---------------|
| 書道 | 7日(木)、22日(金) |
| スポーツの日 | 11日(月)、21日(木) |
| 体重測定 | 4日(月)～10日(日) |
| 誕生会 | 25日(月)～31日(日) |

11/11は
介護の日

みんなで支えよう 明日のさがみはらの介護

第14回

さがみはら

介護の日 大会



オンライン 「基調講演」

-マ

見の逝き方・子の生き方」

講師 高口 光子さん

療法士・介護支援専門員・介護福祉士

介護アドバイザー

胡山医療福祉グループ 医療法人財団

百葉の会 人材開発室部長

高知医療学院を卒業後、理学療法士として福岡の病院に勤務するも、老人医療の現実と矛盾を知る。より生活に密着した介護を求め、特養ホームに介護職として勤務。2012年5月には新規の老健「星のしづく」の立ち上げに携わり看介護部長を兼任する。現場を守りながら若い運営スタッフやリーダー育成に取り組む一方で、講演、執筆活動、フェイスブック、NHKに出演し、現場からの等身大の発言・提案で現場を変革させようと精力的に日々を送る。

オンライン 「看取り」に関する研修の動画も同時配信

(主催：相模原市高齢者福祉施設協議会)

講師 大塚 小百合((福)蓬萊会 特別養護老人ホーム ケアプラザさがみはら 施設長)

配信期間 11/11 ~12/10

介護に笑顔は
良く似合う
巡回写真展

南区合同庁舎 10/20~10/25
緑区合同庁舎 10/27~11/3

あじさい会館 11/5~11/11

オンライン 「笑顔の写真展」 10/20~配信予定

どちらもYouTube 「さがみはら介護の日」から
ご覧になれます！

さがみはら介護の日

検索



主催：(一社)相模原市高齢者福祉施設協議会 相模原市介護老人保健施設協議会 共催：相模原市 後援：(社福)相模原市社会福祉協議会

連絡先：(一社)相模原市高齢者福祉施設協議会事務局 月～金曜日 10:00～16:00

TEL: 042-707-1136 FAX: 042-707-1217 HP: <http://www.sagamihara-koureikyo.org/>



千代田リハビリ奮闘記



武井さんは令和2年より千代田デイサービスを利用されています。リハビリ病院から退院された当初は歩くことが出来ていましたが、間もなくして右膝の痛みが再発し、歩くことが難しくなり車いす生活を余儀なくされていました。自宅内はキャスター椅子を足で漕いで移動されていたようです。

そのタイミングで千代田デイサービスセンターを利用開始されました。

私が武井さんに最初に指導させてもらったのが、**杖の持ち方**です。

右膝が痛いのにもかかわらず、右手に杖を持たれていました。本来、歩く時は手と足は交互に動かします。なので、“**痛みや麻痺がある障害側の足と反対側の手に杖は持つのが基本**”です。（この杖の使い方の間違いをしている方が多くいらっしゃいます。特に右利きの方は要注意です。。。☆）

武井さんの場合は左手に杖を持って歩かなければ、右足にかかる体重の負荷を抑えることが出来ないのです。それがしばらくの間行えておらず、右足の痛みによる身体の沈み込みを右手の杖で支えていたので武井さんの上半身は大きく右側に傾いていました。これがさらに右膝への負荷を強め、どんどん痛みが強くなるという悪循環が生じていたことが予測できました。

この杖の使い方の指導と、右膝を中心としたリハビリを行い、写真のように来所当初から2ヶ月ほどで姿勢もずいぶん改善しました。この頃から右膝の負荷も減り、利用開始から1年ほど経った現在でも、杖でデイサービス内も歩き回れるようになり、自宅内も歩行器を使って自由に歩かれているようです。

去年秋にいった外出リハビリでは車いすを利用して歩いていましたが、今年の春には歩いて鹿沼公園の池の周りも杖を使って歩いて、楽しむことが出来ました☆

12月に94歳を迎えられますが、これからも挑戦していきましょう♪ 理学療法士 小林琢



10月8日



12月25日



ザ・男メシ!
オトコ
其の九



千代田デイサービス
小林 琢



栗の渋皮煮

私にとってのおふくろの味の一つで大好きだった栗の渋皮煮。実家にいた時はバクバク食べていると「作るの大変だから、大事に食べなさい」と言っていたのを思い出し、昨年どんなものかと作ってみました。ふるさと納税を利用して、届いたのは3Lの大きな栗！

作り方はご存知の通りで、シンプルなのですが、手間がかかる、、、！特に鬼皮むきには1kg剥くのに半日かかり、煮詰める時間も含めると丸1日以上かかりました。出来上がった渋皮煮は理想からは若干離れていたものの、美味しく出来ました♪

子どもたちも気に入ったようでバクバクほおばります。私もついつい「作るの大変なんだから、大切に、、、」。こうやって繰り返されていくんですね(ー;いつか“親父の味”と言われる年に今年もチャレンジしてみようと思います☆

