

# 千代田界隈のレトロな風景



市民まつり

4年ぶりの開催

13時スタートの合図と同時に涌いてくるような人々

み  
ど  
り  
の  
風

2023.6.1  
-NO.297-

人・ひと日記

小林 功

最近、住宅街では見ることが少なくなってしまった風景が「こいのぼり」。こいのぼりについて少し調べてみました。このぼりは明治、大正時代は真鯉はお父さんで緋鯉は男子と決められていましたが、昭和の初期には童謡で歌われるようにならざる「こどもたち」を表すようになり、昭和三十年代の子だくさんの時代には小さな青鯉が加えられます。さらに兄弟姉妹を表す鯉として近年は緑やピンク、紫・・・と華やかになってきたということです。このような変化の中で気が付きました。「爺ちゃん鯉」「婆ちゃん鯉」の姿が見えないのはなぜでしょう？

今期（一月から始まつた）ジャパンラグビーリーグ1に昇格した三菱重工相模原ダイナボアーズは開幕当初は三連勝し「相模原旋風」の大見出しが新聞のスポーツ欄をかぎりました。しかし中盤以降振るわず結果として十二チーム中十位でリーグ戦を終了しました。先日二部リーグとの入れ替え戦が行われましたがこれは連勝し一部に残留することが出来ました。

テレビの解説ではダイナボアーズの地元相模原での地域密着ぶりが評価されているようです。来季に向けて一層のレベルアップを期待しましょう。

新型コロナの法律上の位置づけが2類から5類へと緩和されました。監視の体制、医療の体制、生活様式の規制等大きな影響が出ます。まず最初の関心事はマスクの着用基準だと思います。医療介護の現場を除けばほとんどの場合は「自己判断」が必要になります。ところで何を基準に判断するのでしょうか？身の回りや社会の感染の状況を知ることが基準と思いますが今回の類型の緩和で感染数のデータが見えなくなってしまいます。結局は「周りの様子をみながら・・・となるのでしよう。

△△ちゃんとマスクしてた方が可愛いよ・・・△△君はイケメンだつたけどマスク取つたら普通だよね。これもマスク着用の判断基準になるのでしょうか？

発行 社会福祉法人 悠朋会

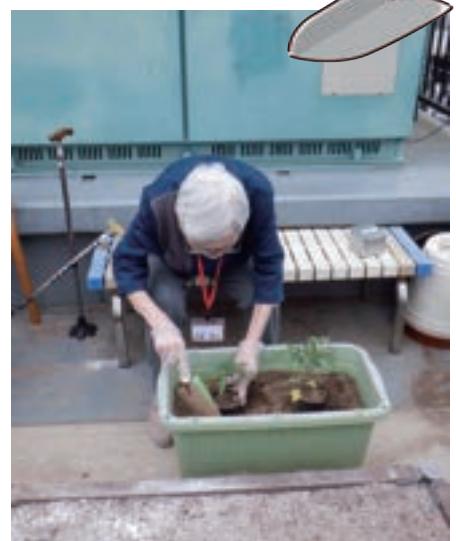
千代田	0	4	2	7	5	1	0	6	7	2
デイサ	0	4	2	7	0	4	0	2	6	1
ヘルパー	ス	テ	ー	シ	ヨ	ン	千	代	田	み
千代田介護支援センタ	ー	ー	ー	ー	ー	ー	ー	ー	ー	ー
児童クラブ	0	4	2	7	0	4	0	2	8	ど
いちばん星	0	1	5	8	6	5	1	5	8	り
5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	の
6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	風

ホームページアドレス

www.yuhokai-kaigo.com

## 千代田農園 開園！！

千代田デイサービスセンターには四季を通してお花が植わっており、利用者さんや職員、通りすがりの方々の目と心を癒しておりますが、それとは別に、1Fと4Fに園芸スペース「千代田農園」があります。



何の野菜かは見る人が見ると分かってしまうと思いますが、育ってからのお楽しみ☆

4Fでのリハビリの前に気になって畑の方に目をやる、足が向くのももはや千代田デイの風物詩となりました☆たくさん実りますように♪



## 千代田クラフトクラブ(CCC)のコーナー

5月は紫陽花の壁飾りを作ってみました！

利用者間で旅行などで見た紫陽花の話題で花が咲き(紫陽花だけに♪)、楽しみながら作られていました。

作品は好評だったようで「可愛い作品が出来た」「きれいでから部屋に飾るわ」との意見も聞かれ、思わず微笑んじゃいました(笑)

もうじき梅雨がやってきますね。

この作品を飾り眺めほっこり和んでもらえたら嬉しいかなと思っています。

興味のある方はぜひ試してみて下さいね☆



## ワンポイント講座

### もれないオムツのあて方

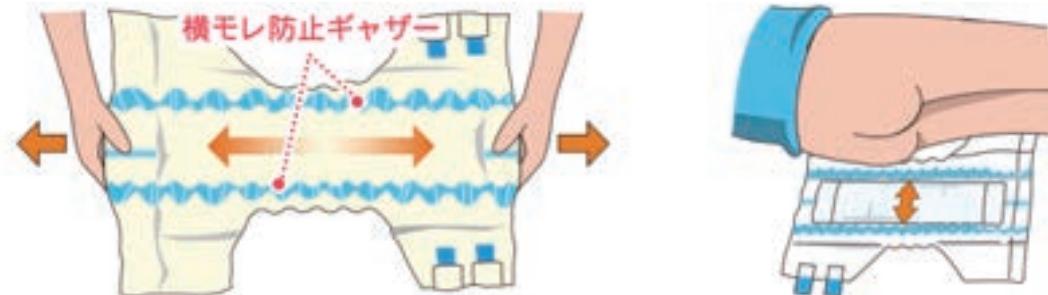


「朝起きるとオムツから横漏れしてしまった」  
「上手くオムツがあてられない」・・・  
今回はそんな悩みにお答えします。

テープ止めタイプの前後ろを持ち矢印の方向に2~3回優しく伸ばします

これにより左右の横モレ防止ギャザーが立ち上がり、より身体にフィットさせることが出来ます。

**ポイント→ テープ用パッドはギャザーの上に重ならないように内側に収めてください。**



股ぐりにギャザーをフィットさせながら、オムツをしっかりと引き上げます。

上から軽く押さえつけて固定します。このとき、尿とりパットがズレないように注意してください。

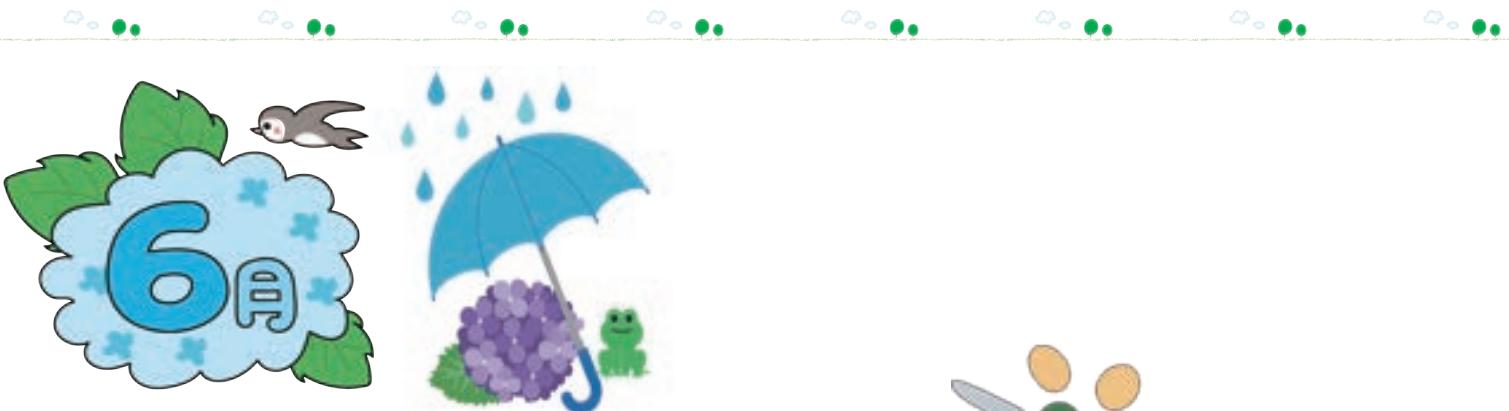
**ポイント→ テープ止めタイプはおなかとおむつの間に指1~2本入るくらいにあてるのが目安です。**



おむつを骨盤の形にあわせるように、また、脚まわりにすきまが出来ないように注意しながら下のテープ（図5-1）を斜め上側に向かって貼り、上のテープ（図5-2）を斜め下に向かって貼ります。最後にオムツの中心と体の中心が真ん中に来ているか確認します。

**ポイント→ 脚まわり（図4-1）の部分にスキマを作らないようにしてください。**

**※リハビリパンツの場合もしっかりギャザーを立てて使用します。**

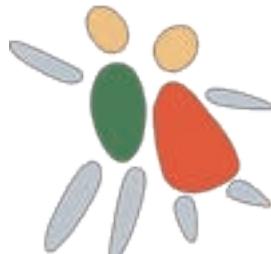


外出リハビリ

書道 8日(木), 13日(火), 19日(月)

体重測定 5日(月)~11日(日)

誕生会 24日(土)~30日(金)



デイサービス 理学療法士 小林 琢

編集長の  
一口メモ

先月の誕生日で39歳になった  
ようです。そろそろ40歳です。



# たっくんの 独り言

No.13

今回は24時間マネジメントの一つ、“車椅子シーティング”について説明させていただきたいと思います。ご高齢になつたりケガや病気で歩くことが難しくなつた方は家の外だけでなく、家の中でも車椅子で生活することも多いです。その生活の多くの時間を車椅子上で過ごすことも多いですが、症状が重度な方になるほど長く座っていることでお尻や足に床ずれ(褥瘡)が起きたり、身体が硬くなつて来たり痛みが出てきたりしてしまいます。そこで身体を硬くしないような車椅子のフィッティングが重要になってきます。

車椅子にも様々な調整機能を持ったものがあつて足置きの高さや肘置きの高さ、背中の張りの調整が出来るものもあつて、それを駆使して対象の方の座り心地や食事などの生活動作が円滑になる様に調整することを「車椅子シーティング」と言います。



標準型車椅子



簡易モジュラー型車椅子  
(ネクストコア 松永製作所)

ほんの一例ですが、身体の拘縮の強い90歳女性に対する車椅子シーティングの実例を紹介いたします。

調整幅の少ない車椅子に座られていたので、まず調整の出来る車椅子(モジュラー型車椅子)に変更しました。

臀部から足の長さにあわせて車椅子各部を調整した後、背張りベルトの調整をすると写真のように身体の傾きが垂直方向に改善しました。

特に股関節の関節拘縮を持つ方ですが、姿勢のゆとりが生まれた効果で股関節と骨盤の動きが改善し、靴を脱ぎ履き等するためにも屈めるようになり、食事の摂り方も上手に取れ、誤嚥も改善しました。

今も元気に100歳目指してデイにも通われています♪

調整の出来る車椅子はレンタルしているけど、調整されておらず、その機能を十分に活用できていない！という方を、とても多くみます。車椅子シーティングにはある程度の知識と評価技術が必要なので、車椅子上で不安などありましたら、いつでも相談にいらして下さいね☆  
次回は、車椅子シーティングの中でも重要な「クッション」についてのお話をさせて頂ければと思います☆



あうぢばん  
一軒目



## ★ごぼうと牛肉の炒め煮★

材料	・砂糖 大さじ2
・ごぼう 2本	・料理酒 大さじ2
・牛肉小間切れ 100g	・醤油 大さじ3
・人参 2 cm	・水 50cc
・生姜 1 cm	・ごま油
	・七味唐辛子



- ① ごぼうは半分に包丁を入れて4cmくらいの長さに切る。
- ② フライパンにごま油を熱し、ごぼうと人参を炒め牛肉、生姜を入れて炒め合わせる。
- ③ 砂糖、料理酒を入れ、水を加えて蓋をして火を通します。
- ④ ごぼうが煮えたら、醤油を加えて5分ほど煮る。
- ⑤ 蓋を取り火を強くして最後に水分を飛ばすように炒める。  
(七味をお好みで振りかける)



ヘルパーステーション  
金森佳奈子

\*豚肉で作ってもご飯に合うおかずになります。

汁気を多めに残して卵でとじてご飯にのせてもおいしいです。