



風和通信

174号 2017年 10月 1日発行

NPO法人 風和
〒669-2414 篠山市宮ノ前264
TEL 079-556-2258
FAX 079-506-1618
<http://www.npofu-wa.net>



栗ごはん

つながり・かかわり

大月 傑

運動したり歌を唄うことは、健康に良いと考えられますが、いやいや運動させられたり、楽しくないのに唄っても効果があるでしょうか？運動によって誰かが喜んだり、誰かと一緒に唄って楽しかったりするから、続けることができ、効果もあるでしょう。

先日、ひろしさんの家で採れた栗をいただいて、みんなで皮をむいて、栗ごはんにしていただきました。みんな熱心に皮むきをしましたが、認知症のある方は、栗ごはんが炊き上がった時にはもうそのことを忘れていました。そこで、「さっき、〇〇さんが皮をむいてくれた栗ですよ。ありがとう。」と声をかけると、とても嬉しそうな笑顔になりました。ひろしさんにも「お家から頂いた栗ですよ。みんな、おいしいって喜んでます。ありがとう。」と声をかけると嬉しそうです。喜んでくれる誰かとの関わりが増えると、生きる喜びも増えるようです。つながり・かかわりをつくることで生きがいができ、元気に長生きできるのだと思います。

10月の予定

- 5日 (木) 午後2時 カラオケの会
- 6日 (金) 午後2時 音楽の会
- 12日 (木) 午後2時 お習字の会
- 13日 (金) 午後2時 音楽の会
- 19日 (木) 午後2時 手芸サロン
- 午後2時半頃 パン移動販売
- 20日 (金) 午後2時 音楽の会
- 24日 (火) 午後2時 お花の会
- 26日 (木) 午後2時 手芸サロン
- 27日 (金) 午後2時 音楽の会

後川いきいき塾

毎週火曜日
午後1時半から
旧後川小学校にて

今月の写真

みんなで皮をむいた栗ごはん。
ご近所から頂いた真珠豆の天ぷら、ナスとかぼちゃもおいしく頂きました。みなさまのおかげで毎日おいしいごはんを頂いています。ありがとうございます。

<p>黒住教 日置教会所 所長 藤木千皓 篠山市井上251 Tel 079(556)2380</p>	<p>あなたの〈もっと〉 に、こたえたい 中兵庫信用金庫 篠山市日置 412-6 城東支店 556 - 3151</p>	<p>民間車検工場 株式会社 城 東 篠山市日置 9 1 4 079-556-2180</p>	<p>老いと介護に つどい場 お茶の実 お気軽に・・・ 篠山市住吉台92-1 090-7109-6734</p>	<p>協賛広告 募集中！</p>	<p>対人援助職・家族の ためのセルフケア Office KURIHARA 篠山市住吉台 63-13 http://officekurihara.com/ ● ご予約はHPまたは郵送で</p>
--	--	---	--	----------------------	---

お知らせ

認知症介護講座 & 介護者のつどい

●介護上手になれるコツ

～認知症体験してみましよう～

・とき 11月20日(月)
13:30～15:30

・ところ 篠山市民センター

●介護サービス・社会資源の知識をマスターしよう

・とき 2月19日(月)

・ところ 篠山市民センター

●お申込み・お問合せ

篠山市地域福祉課高齢支援係
電話：552-5346

ふうわなくらし106

台風一過。城東小学校の運動場では秋の運動会、体育館では敬老会の二大行事が盛大に行われました。子どもたちは一生懸命に走り、踊り、パワーあふれる応援合戦。敬老会の会場では落ちついた空気の中でのお祝いの演目。秋晴れのさわやかな風が吹くふたつの会場は幼児から、最高齢101歳のときおさんまでが笑顔であふれる時間でした。(千尋)

幼な子のように

松浦美世(ケアマネジャー)

わたしの父は御年90歳。年齢とともに腰や膝が悪くなり、プールに泳ぎに行くにも、大好きなお肉を買いに行くにも、年上の妻のために新鮮な野菜を手に入れに行くにも、車は父の大切な移動手段でした。

その父が、外出先で階段を踏み外して転倒し、大腿骨の付け根を骨折したのは、87歳の夏の終わりのことでした。二度の手術を乗り越えて、父がリハビリの目標にしたことは「また、以前のように車を運転して、外出できるようになること。」

父が約半年の入院生活から自宅に帰り、介護休業を取った私の取り組んだことは、父の運転のコーチングでした。振り返ってつくづく思うんです。私はやっぱり「日本の娘」、けなげで献身的だけどちょっとやりすぎ。父の運転する車の助手席に座って何度も怒鳴り合いながら、父は少しずつ、運転を再開できるようになりました。

「こんな危ない運転をする人の車にはもう乗れない」と啖呵を切って車を降りたのまでは良かったのですが、歩けど歩けど篠山の町にたどり着かず、なんてこともありましたっけ。

あれから3年、父は今愛車を手放し、小さな電動カートに乗って町を走っています。90歳を機に車の運転をやめてくれるよう、娘としての強い意思を伝え、数か月の時を経て父も折れたのです。

この夏、麦わら帽子をかぶり、神妙な顔をして電動カートを走らせる父の姿を見かけると、その姿が私にはまるで三輪車を無心に操る幼な子のように見えることがありました。運転を巡って、どれだけ娘と激しく争ったかなんて父はもう忘れていることでしょう。

お父さん、「人間は忘れるから生きていけるのだ」と昔言っていましたね。ほんとうにね。

ご支援ありがとうございます

寄付金、お菓子、お花、お米、ナス、トマト、カボチャ、ピーマン、トウガラシ、真珠豆、丹波栗などをいただきました。ありがとうございました。

世の中を明るく
心あたたかく
マツモト電化
サービス

篠山市安口 884
079 (557) 1064



〒669-2441
篠山市日置 37

床屋
ヤマグチ

篠山市9番 477
079 (556) 3828

いこいサロン
カラオケ喫茶
友

篠山市福住 169-2
☎079-557-0727

丹波ささ山特産品
販売・卸し
やき栗直売
丹波ささ山
森本

篠山市河原町 206
079 (552) 4792

踵(カカト)による身体調整治療
旭笑(きしょう)
鍼灸整骨院
篠山市日置 294-6
旧 森本米穀店
完全予約制
080-1514-2759
受診の際は保険証をご持参下さい。