



編集・発行 湘南希望の郷
〒252-0825 藤沢市瀬郷1003
TEL. 0466-48-4500

Index

- 金メダル取った！ P1
- 口腔衛生管理・僕の宝物 P2
- せせらぎ会・希望のバトン・衛生委員会 P3
- 七夕飾り・リハ室の小窓・お買い物会 P4



神奈川県障害者スポーツ大会

5月14日（日）県立スポーツセンターにて「第17回神奈川県障害者スポーツ大会（陸上競技・身体）」が開催されました。

希望の郷としては4年ぶりの参加となり、今にも降り出しそうな怪しい空を見上げながらもやる気満々、笑顔いっぱいの3名が出発しました。

受付でゼッケンを受け取ると緊張感が高まってみんな真剣な表情です。

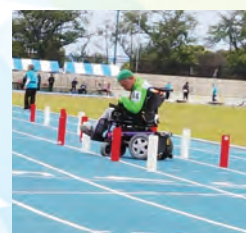
まずは岩崎さんが「ビーンバッグ投げ」に出場しました。豆の入った15cmくらいの袋をいかに遠くに投げられるかという競技です。左手にグローブを着けて、ぎゅっと握りしめて「エイ！」と力強く投げました。やった！「2m68cm」首にかけてもらったのは金メダルです。「向かい風で投げにくかったけど、強く投げられた。金メダルで嬉しい」と一言。

廣瀬さんが参加したのは「ソフトボール投げ」です。投てき位置について、斜め下から思い切りボールを投げました。手ごたえ充分の記録は「5m77cm」で、これも念願の金メダルが取れました。嬉しそうにメダルを眺めながら「練習の時より記録が伸びて良かった。次は上から投げるのに変えてみたい」と次回の抱負まで語ってくれました。

午後は山崎さんと岩崎さんが障害区分別「スラローム」に出場です。設置されているボールの間を車椅子で前向き、後ろ向き一回転などでボールに触れずに通り抜け、タイムを競う競技です。岩崎さんはピストルが鳴ると前輪が浮き上がるほど勢いよくスタートがきれて、タイムは1分14秒と二つ目の金メダルです。

山崎さんも待機中から入念に車椅子の動きを確認して臨みます。電動車椅子の微妙な操作に集中しボールに触れることなくゴール。タイムを聞くと思わずガッツポーズが出ました。1分36秒の好成績で文句なしの金メダルです。「満足！」だそうです。

金メダルラッシュで、本人も職員も笑顔いっぱいの凱旋となり、久しぶりの充実感、達成感を味わうことができました。





口腔衛生管理を大切に

厚誠会歯科

毎週火曜日の午前は厚誠会歯科の方が訪問歯科診療をして下さいます。

今回は、かれこれ30年近くになりますか、この長い時を共に入居者さんの健康管理にご尽力くださっている厚誠会歯科さんのご紹介をしたいと思います。

厚誠会歯科さんは厚木に診療所を構えている他、いろいろな施設などへ訪問診療を行っておられ、ご経験も長くいろいろな対処も手早く処置いただいて、信頼感も厚く長期間にわたってお願いをしています。

ここ希望の郷へは毎週、高橋先生を中心に山中島さん、高橋さんの3名の方が訪問くださって、毎回9名ほどの入居者さんを診ていただきます。1週に一人ずつ新規の方に入れ替えながら、診ていただくと、1年にお一人3回～5回くらい診療をしていただくようになります。その時に治療が必要となれば、もちろん治療を開始しますが、ほとんどの方は、口腔内の衛生管理として、磨き残しや歯周病予防のケアをしていただいています。

「口腔内の機能が低下すると、歯周病はもちろん嚥下機能の低下や肺炎を起こしたりしてしまうので、なにしろ予防意識が大切とのスタンスで取り組んでいます」そして「治療に必要な器具も訪問治療では制限があったり、ご本人の意思確認や同意を頂くことなどがなかなかしづらくて、ゆっくりペースでの診療になりますが、虫歯が急に増えたとか歯周病が特別悪くなったとかはここ何年も無く、いかに口腔内の衛生管理が大切かを実感します。」と手ごたえを感じながらのお話をくださいました。

歯磨き指導などこれからも常に協力して課題を共に考えながら進んでいきたいと思っています。



僕の宝物

岡崎悦司

中学2年生の時、紙すきの体験授業で作った葉書を誰かに送ろうとなりました。他の皆は家族や友達に送ったようですが、僕は、その頃再放送で見始めたドラマ「相棒」の右京さんこと水谷豊さんの大ファンになっていて、この葉書是水谷さんに送りたいと先生に相談しました。

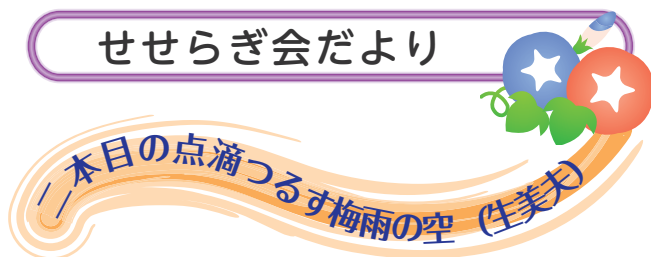
先生は意外にも「いいよ」と言って、宛先を調べてくれたり、僕の作品の紹介文を書いてくれて一緒に送ってくれました。

葉書を送ってしばらくたってのこと、教室に入った僕に先生が「悦司、黒板を見てごらん」と言ったので、見るとそこには水谷豊さんからの返事が来ていたのです。僕は両手を広げて「おおー！」と叫びました。ああ、あの時は本当に嬉しかったなあ。今でも思い出すとあの時の感動がこみ上げてくるようです。

家に帰ってお母さんに見せると「これは、うちの家宝だね」と言って玄関に飾ってくれました。今年に入って「自分のお部屋に飾ったら」とお母さんが希望の郷に持ってきてくれたので、又身近に置けてとてもうれしいです。職員さんに話をしたら、「いいね」「うらやましい」と言ってくれました。僕は水谷さんからお返事がもらえたのは先生のお陰と感謝しています。そしてこれからも「相棒」の大ファンでいたいです。



せせらぎ会だより



そんな訳で、ただいま（6月12日）、病室の窓辺からご挨拶申し上げます。

そばふる雨に、みどりの景色は実に美しいものです。これから、梅雨明けの日まで、災害のでない日々を願いたいものです。夏本番の7月8月。

皆様、くれぐれもご自愛のほどお過ごしください。

記. 自治会 (K.I)



コロナ禍で学習したこと

いそご地域活動ホーム 溝渕 崇

高島さんからバトンを受け取りました。

5月にコロナの扱いが大きく変化して、世の中の日常を取り戻す動きが加速しています。

自分は希望の郷に通うのには必要でなかったこともあり、20年度・21年度の2年間は公私に渡り電車にまったく乗らない生活を送っていました。昨年4月に横浜のいづきに異動し、通勤で一時間近くバスと電車に乗らなければならなくなった時は、3密を避けることは正反対の状況に命運尽きた思いをしたものでした。

それから1年が経過しましたが、何とかコロナへの感染は免れているので「電車に乗っただけでは感染しない」ことは学びました。それでも個人的に日常を取り戻せていないことのひとつに「映画館に行く」ということがあります。

コロナ以前は3ヶ月に2~3本は映画館に足を運んでいましたが、20年の1月を最後に途絶えています。コロナの感染メカニズムからすると映画鑑賞はリスクは低いとされていますが、コロナ禍で覚えた動画配信サービスを観るようになったことや、数年ぶりの鑑賞はどの作品にするかにもこだわってしまい、すっかり腰が重たくなってしまっています。

さて、バトンは希望の郷の岩永さんに渡します。よろしくお願いします。

湘南希望の郷衛生委員会

湘南希望の郷では、職場の衛生環境や従業員の健康管理について話し合う“衛生委員会”を毎月開催しています。その中では、季節に応じた取り組みを企画しています。

気温が高く、蒸し暑くなるこの季節は、食中毒や熱中症への対策について、管理栄養士や産業医・看護師から具体的なご指導をいただく「ミニ動画研修」の開催を通して、注意喚起を行います。例えば食中毒編では「冷凍した食品の解凍方法は・・・室温ではなく、冷蔵庫でゆっくり解凍すると良い」だそうです。

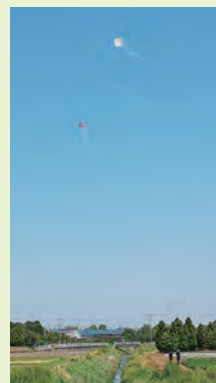
これからもこういった取り組みを継続し、職員の皆様が心も体も健康で働けるよう、衛生委員一同、全力で職場の衛生維持に務めていきます。

瀬郷の空に凧が上がる

瀬郷の空は青く広々として、大きな凧の舞い上がるそれが本当に良く似合う。

田んぼの上で悠々と高く泳ぐ姿、ビーンビーンと響く凧のうなり、目にも耳にも心地よい。

相州藤澤凧保存会とか東俣野凧の会など藤沢にも愛好家が多くいるらしいが、一緒に見上げて、少々感動気味の自分も「やっぱり日本人の血がながれているのかな？」と思った。りして。



七夕飾り創作レポート

今年も食堂前の廊下の大きな掲示板に七夕飾りを飾ります。梅雨時は何かとうとうしい天気が続きますので、綺麗な七夕飾りで初夏の涼し気な気分を味わってもらいましょうと準備を始めました。



飾りの作り手には実に楽しそうにたくさんの住人さんが参加してくれました。色とりどりの折り紙で飾り物を作ったり、短冊に願い事を書いたりしました。「どうしよう！願い事が多すぎて一つに絞れない。」なんて声が・・・皆さんの願いが叶いますように！

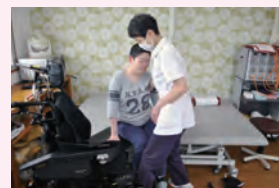
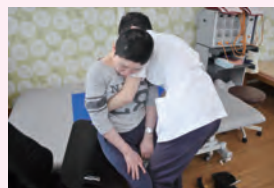


移乗ボード

車椅子とベッドの移動にあたっては、移乗ボードという器具を使います。移乗ボードには、坐位で使用するものと臥位で使用するものがありますが、今回は坐位で使用するものをご紹介します。これは50cm程の1枚の板で、表面がツルツルしています。

まず、車椅子とベッドに橋渡しをするように置きます。ボードに掛けた臀部の端に介助者が重心をかけながら移乗先に滑らせます。持ち上げられるストレスと持ち上げる負担がありません。いずれにせよアームサポート（肘掛）が外れる車椅子が必要になりますが、場合によっては、介助者がいなくてもこのボードを使って一人で移乗ができることもあります。

まず、車椅子とベッドに橋渡しをするように置きます。ボードに掛けた臀部の端に介助者が重心をかけながら移乗先に滑らせます。持ち上げられるストレスと持ち上げる負担がありません。いずれにせよアームサポート（肘掛）が外れる車椅子が必要になりますが、場合によっては、介助者がいなくてもこのボードを使って一人で移乗ができることもあります。



◆7・8月の予定◆

健康担当より

7月の予定

藤沢病院 石井 Dr.	13日(木)
厚誠会歯科検診	4日(火) 11日(火) 18日(火) 25日(火)
御所見病院 手島 Dr.	12日(水) 26日(水)

8月の予定

藤沢病院 石井 Dr.	10日(木)
厚誠会歯科検診	1日(火) 8日(火) 22日(火) 29日(火)
御所見病院 手島 Dr.	9日(水) 23日(水)



衣料品のお買い物会

6月12日(月)午後、かわうそ2階にて衣料品の出張販売会を開催しました。茅ヶ崎にある衣料品店「ゆめさきや」にお声掛けいただき、試行的に行いました。住人さんは、久しぶりのお買い物なので、目をキラキラさせて品物を手に取り、似合うかなと当ててみたり、じっくりと選んでいました。



今後も皆さんのご意見を伺いながら、継続して開催できればと思っています。



編集後記



今年に入って趣味だった「パン活」から「ベー活」にシフトチェンジしました。ベーグルが好きすぎて買うだけでは物足りず、とうとう自分で焼いてしまうほど熱をあげています。

手ごねで作るので体力がいりますが、いろんなフィリング（具材）を使用して作るのも、オーブンを開けた時のワクワク感は半端なく、愛おしさを感じてしまうほど！（笑）T.Y

