

第217号

発行日：2017年10月1日

発行人：神立秀明

〒950-2172 新潟市西区内野上新町11810番地3

TEL 代表(025)264-5000

FAX(025)261-4430

在宅ケアセンターゆうばえ内



夕映えの会

住民の声

地域でささえあう

「上手い、下手」は歌心？
音楽の奥深さに戸惑う日々



西内野コミ協

吹奏楽団

クラリネット奏者

今井 瞳

昭和53年生まれ、中浜団地第2世代です。物心ついた頃、私の家の周りはスイカとダイコン畑にスプリンクラー。そして西内野小学校と松が良く見えました。

内野中学校吹奏楽部で3年間、クラリネットを吹いていました。内野中学校はコンクールの常勝校、私たちは来る日も来る日も部活練習に明け暮れていました。強い部、勝てる部…。音楽を楽しんでいたのかなと思います。

3年ほど前、中浜祭りでのことで。吹奏楽団の演奏に子どもが足を止めました。「類は友を呼ぶ」、楽団の方は「楽器をやっていましたか?」と話しかけて来られました。「中学校

でクラリネットを吹いていました」短い会話でしたが、再び音楽に取り組む契機となりました。

その年の秋、町内会の倉林会長さんが玄関の呼び鈴を鳴らしました。やっと思つけたとばかりに「あなたがクラリネットを吹いていた人だね。納谷さんの楽団に是非見学に行つて下さい」そう言つて玄関に座り込んでしまわれました。何でも「中学でクラリネットやっていた、小さい女の子のママ」と「町内一斉搜索」が行われたと後日談に聞きました。(笑) その年の冬、私は見学に行きました。今の時代、有名な演奏家や楽団のCDも手軽に聞けますが、すっかり忘れていました。「吹奏楽はこういう音だったなあ」と思い出しました。

こうして私のクラリネットが20年振りに再スタートしました。ところが入団し、まだまだリハビリ中なのに先輩が退団。大事なパートを一人任された時期がありました。毎日練習しても西内野メンバーに申し訳ない演奏しかできず、演奏会ごとに「ああもう無理、誰か入団したら辞めよう」と思っていました。

やっとな上手な人が来てくれたある日、「私、楽しかったです。また一緒に吹いてもらえませんか?」とお願ひしていました。ハモつて楽しかつ

たのです。それはつまり、その人はハモらせるために正しくない音程で吹いてくれていたということ。そのようにして、音楽の楽しさを教えてもらいました。今ではクラリネットアンサンブルも4重奏になり、一緒に吹いてくれる人がいる幸せを感じています。

「上手、下手は歌心」は楽団の先輩からの教えです。ほかにも「楽譜通りに吹いても音楽にならない」や「指を動かして楽譜の音を出せばいいというものではない!」などなど、いろいろアドバイスをもらっています。私はクラリネットを吹いているのに、「歌わないと! そのほうが楽しいでしょう」とも言われます。なぜなのでしょうよ。 (笑) こういうこと? と考えながらクラリネットを吹くことがとても楽しいです。

中学校の部活動以来絶えて久しかった音楽を、地域の楽団で先輩方のアドバイスをもらいながら再開した私…。

音楽の奥深さに戸惑いながら8月、第1回定期演奏会を無事終えることができました。「私の音楽の旅はどこに向かうのかしら?」と考えるより、先ず練習! 西内野コミ協吹奏楽団のメンバーと音楽を楽しむためにも頑張ります。

訪問看護は在宅医療の担い手

緊急時にも対応します！



訪問看護ステーション
ゆうばえ

管理者

高橋 直美

訪問看護師はまだまだ一般の方への理解は少ない状況にあります。訪問看護は、在宅という生活の中での看護です。ご自宅に訪問し、ご利用者やご家族を理解し、疾病をもちながらでもその人らしい生活を支援します。

さてご自宅で急変された時、皆さんはどうされますか？興味深い資料が新潟市から出ています。救急隊が119番通報を受けてから医療機関へ収容するまでの平均時間は47分36秒とあります。そして救急搬送の内、高齢者が半分以上を占めています。

訪問看護はかかりつけ医と連携します。医師の指示書が必要ですが、24時間緊急対応で連絡をいただくと、病状についての相談に応じ必要があれば訪問し、救急対応が必要かそれとも様子を見ていいのかを判断します。2025年には65歳以上の人口が30・3%となり、超高齢化社会に突き進みます。国の政策は、重度でも病院から在宅へ移行となつていますが、新潟県の医師数は全国43位。開業医は、外来で手いっぱい。訪問診療や往診に時間を費やすことがなかなか困難です。

こうした現状を切り開くカギは訪問看護ステーションにあるように思います。にしく赤・坂ネットワークでは、赤塚・坂井輪圏域の地域において誰もが住み慣れた地域で暮らせるよう、在宅医療の充実を推進するため多職種での協力体制を構築しています。

また、開業医の負担を少しでも減らせるように、主治医が不在の時でも病院が受け入れるようなバックアップ体制を開始しました。西区には訪問看護ステーションが14か所あります。定期的な会議で集まり、訪問看護事業所として協力し合い地域の問題を共有し、取り組むことにしています。

「健やガシニフ」してます！

第44回 四季折々の風を詠む

砂丘俳句会同人 中村勝江(かつる) (五十嵐西)



大正15年に生まれ、私の年齢は昭和の年ともにもありました。娘の結婚・出産もあって、私は教職の道を51歳で終えました。教員時代に短歌から入った俳句がこんなに続くなんて、不思議です。

カステラの黄の色淡し春隣

平成25年、一生に一冊ならと思つて句集「風の日々」を上梓しました。「清水の舞台から飛び降りる」とはこのことです。この句集は「カステラ」、「パリの地図」、「アンパン」、そして「風の日々」の四部構成となつています。私の俳句を年代ごとにとめました。

私は風が好きで、四季折々の風を句作の題材にしてきました。秋風や子の瞳の中にわれの居る他県に嫁いだ一人娘、共働き家庭で孫たちが不憫でした。遂にひと月の半分ほど、手伝いのために出かけました。孫たちの大喜びはつかの間、まもなく別れの日がやってきました。「また来るからね」「うん」という彼の瞳の中に私がいました。秋風が

すーっと通り過ぎていきました。その彼も一児の親となりました。さらさらと中空を行く秋の風天高くとは言い得て妙。秋に吹きわたる風は、何故か見上げる様です。

初蝶のたちあぐねをり風の中今年初めて見た蝶、意地悪な風が吹いて飛び立てないでいる蝶が愛おしいと思えました。

さざ波は風のあしあと新樹光若葉色の風が、五月の空に吹き渡ります。川面のさざなみが風の足跡を残してくれました。

蟻の列乱してみたし鬱の日は何やら心が塞ぐ時、整然と行進する蟻たちが疎ましく思う時があります。たまには好き勝手にしたらと…。

私にとつての句作は、生ある限りの営みとなりました。俳句を通じてお友達にも恵まれ、私の人生に彩りを添えてくれます。もし一つだけ持つて無人島へ行けと言われたら、歳時記だけは持つて行かなくちゃと思ふほどに、俳句は私にとつて無二の親友です。主人が逝つて10年、用心棒ネコ・カイと暮らす日々、俳句がそつと寄り添つてくれます。





認知症の人とともに生きる

公益社団法人 認知症の人と家族の会
新潟県支部 副代表 等々力 務

第九話 『認知症の人 良い面伸ばして』

先日、支え合い地域アドバイザーの河田瑠子さんが代表をされている、地域の茶の間「実家の茶の間」にお邪魔した時に聞いた話です。

ある中高年の女性から「中学生である子供から『嫌いな友達がいて、もう友達をやめたい』と相談を受けたので、私は『あなたにも沢山悪いところがあるのだから、その子の良いところを見つけて、友達のままでないさい』とアドバイスをしました」という、とても良い話でした。この考え方は、良好な人間関係を築くために大事なことです。認知症の人と関わる時にも同様に大事な要素であると思います。

認知症の人には病気の影響で、残念ながら記憶力や理解力の低下などの症状がみられることがあります。どうしても悪い面に着目しがちですが、その悪い面ばかりに注目されることは、認知症の人にとってはとても辛く悲しいことであるはずです。誰でも不得意なことばかりに目を向けられては、嫌な気分になり、萎縮してしまいます。

会社などの組織でも、それぞれの人の特性を考えて部署に配置し、役割分担を決めていきます。そのことで円滑に物事を進行することができます。認知症の人でも得意なことや出来ることがありますので、それをもっと伸ばすような考えで関わることで、本人が喜びや楽しさを感じる事ができると思います。

昔、詩吟が趣味だった認知症の人が、現在でも詩を最後まで上手に歌われていました。また、認知症の人が小学生に、綾取りやお手玉を教えている様子を見ましたし、別の人は「芸者ワルツ」や「港が見える丘」など昔の歌謡曲ならば最後まで歌われていました。その時、認知症の人は笑顔で輝いていました。私はその光景を目にした時に、宝物を見つけたような気持ちになります。



夕映えの会の生活支援活動をご利用ください!

夕映えの会
会長 神立 秀明

専用ダイヤル 070-4314-3980

夕映えの会は安心して暮らし続けられる町づくりの一環として、生活支援活動を行っています。内野・西内野地域の特徴として、昭和39年の新潟地震以降団地が造成されており、各地域の高齢化率が様でなくバラツキがあります。65歳以上の高齢者が多く、中でもおひとり暮らしの方が増えているのもこの地域の特徴です。

8月の夕映えの会の生活支援の概況は、35名の利用者が153件の生活支援サービスを利用されています。このサービスには15名の夕映えの会のボランティアが関わりました。

8月はお盆の月、草取り、お家の片づけ、買物に加え、仏様のお支度などのご要望もありました。暮らしを営む上での要望が多岐にわたっていることが特徴です。

また草や庭木が繁茂してしまった空家がお隣にあって困っている、何とかできないかなどの声を寄せていただきました。

独居の方のゴミやネコ対策などの相談も寄せられていますが、行政とも連携を取りながら検討をしているところです。

今後も暮らしの隅々のご要望に応えるべく、会をあげて頑張ります。お悩みの前に、専用ダイヤルまでお電話をください。

日帰り旅行日程変更のご案内

10月に予定していた旅行を11月26日(日)に変更いたします。

お問い合わせは高木まで (☎ 090-1386-4552)



ゆうえい会
管理栄養士
大屋 綾佳

大屋さんの
ご飯ですよ!!

「さんまのしそ味噌丼」

さんまには、DHA・EPAが多く含まれているため、①血液をサラサラにする、②血糖値を下げる、③認知症予防、④ガンや生活習慣病予防、⑤ホルモンバランスを整える、⑥貧血を予防するなど効果があります。

＜2人分＞

- さんま 2尾
- みそ 大さじ2
- みりん 大さじ2
- 砂糖 大さじ2
- 生姜 大1片
- 大葉 5枚



＜作り方＞

- ①生姜をすりおろし、大葉は粗みじん切りにし、Aと混ぜ合わせてしそ味噌を作る。仕上げ用1/3取り分けておく。
- ②さんまは頭とワタを取って水洗いする。三枚におろし、腹骨を取って長さを3等分に切る。
- ③さんまをキッチンペーパーで拭いてしそ味噌に30分漬けておく。
- ④余分な味噌を取って焼く。
- ⑤ご飯はの上にごさんまをのせ取り分けしておいたしそ味噌を塗って完成

利用者さんと職員が元気になる施設創り

内覧会

9/8(金)

9/11(月)~12(火)

紙面の都合で各事業所からのお知らせとゆうばえ歌壇はお休みとさせていただきます。

職員募集

介護職員(常勤・非常勤)

・ショートステイ

「ゆうばえの里」

常勤：夜勤のできる方

非常勤：日中の介護と送迎

勤務時間をご相談に応じます。

・厨房パート職員急募
委細面談

お問い合わせ

TEL 264-5000

吉田まで

お気軽に
お問い合わせ
下さい。



デイサービスの取り組みを説明する鷺尾管理者



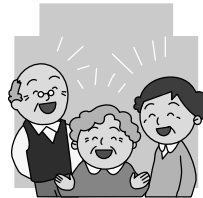
熟年会を説明するケアハウス神田相談員



利用者さんが配膳 小規模多機能



ショートの取り組みを説明する松井相談員



ショートステイでの歩行練習表

連絡先一覧

ゆうえい会配食部

☎ 070-4453-5228

(担当：小島明日枝)

夕映えの会生活支援

☎ 070-4314-3980

(担当：神立秀明)



ご寄付お願いします

牛乳パック・エアロバイク
タオル・シーツ

ご寄付ありがとうございます。
引き続きご寄付をお願いします。

・電動ミシン

ケアハウス

編集後記

ラジオ深夜便のエンディングは朝5時。5分前頃になると、今日の誕生日と花言葉が紹介されます。ちなみに編集者の誕生日10月28日の誕生日は吾亦紅、花言葉は「愛慕」とか。中村勝江さん句集に、「群れあてもひとり吾亦紅」という一句があります。編集者、お気に入りの句です。今号には地域、第二世代の今井瞳さんからも登場していただきました。先輩の皆さんからたくさんのお言葉をいただきながら、音楽を楽しくしている様子が何とも微笑ましい。さて、降って沸いたように政治の秋が到来。まなじりを決して、悔いを残さぬよう一票を投じたいものです。(M記)