

金町南支部だより

『健康は家族の宝』

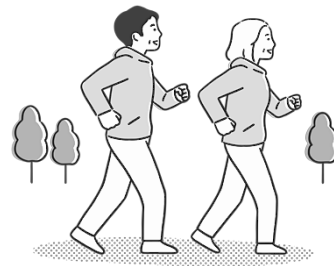
自分だけのものではありません

健康チャレンジに支部から25名

「健康のはぐるま」11月号で呼びかけられた、23年新春健康チャレンジに金町南支部から25名が参加しました。事情で1ヶ月遅れで実施の一人を除いて24人が結果を出しました。

目標どおりやりとげた方、残念ながら目標に届かなかった方、色々でしたが、チャレンジして失敗したという方はいませんでした。報告シートの「チャレンジを終えてひとこと！」欄のいくつかを紹介します。

- ・目標をもつて実行に移すことの大切さを改めて感じた。
- ・睡眠1日6時間以上、はチャレンジではないかも…。
- ・歩くことにより食欲が増えて体調が十分良くなりました。
- ・睡眠はあらゆる活力の原点。(3つ目標を持って)一つ一つはできるが全部は難しかった。
- ・眠るほど楽はなかりけり！
- ・等々、20人の方が答えてくれました。ありがとうございます。



健康に生きたいはみんなの願い

さて、チャレンジを終えてみて、多くの方々が「これからも続けようと思います」という言葉で結んでおられることに注目です。多分、チャレンジ中に達成感はなくとも、不快感はなかったのではないかと思います。「健康に生きたい」ということは誰もが望んでいることではないでしょうか。「健康」は自分だけのものではなく、家族みんなの宝だということの証と聞いていいでしょう。今回健チャレに挑んだ方も、今回はバスした方も、ぜひ健康に生きる日常にチャレンジしていきましょう。

事業所から…

《居宅介護支援事業所「ほりきり」》

こちらは、居宅介護支援事業所「ほりきり」です。住所は白鳥ですが、金町方面も訪問しています。

現在は、主任3名を含む介護支援専門員6名で支援しています。ケアマネと呼ばれる私たちは、介護を必要とする方やご家族の相談にのり、ケアプランの作成・給付管理・介護申請の代行・入退院の調整・他事業所との連携、調整を行っています。自宅を訪問し、困っていること、生活全般の様子、希望やお考え、療養上の問題点など、ご本人・ご家族の思いに寄り添って一緒に考えていきます。

コロナ禍の中、お困りのことはないですか？「在宅を希望したいが家族に迷惑はかけたくない」自分らしさを大切にしながら在宅で住み続けられるように、お手伝いしていきます。心配な物忘れについてもご相談

ください。診療所・訪問看護ステーションとも連携しています。たくさんの元気と笑顔をいただきながら、ご利用者様と一緒に頑張っています。

持田智子



居宅介護支援事業所
「ほりきり」

〒125-0063
葛飾区白鳥 2-3-6

【電話】
03-3690-2080

「一度失いかけた命、今を大事に…」



2019年9月17日、ある会議で発言し終わった直後に意識を失い、イスから崩れ落ちたようです。不幸中の幸い、この会議に小池晃さんが参加していて、救急の手配や家への連絡をとってくれ、すぐに入院できました。追ってかけつけた家族は、医師から「脳出血だが意識はある」と告げられ、ホッとしたこと。ただ妻は、当日意識はあっても翌日亡くなる例もあり、不安は消えなかつたよう。

その後体調も安定し本格的なリハビリをと、10月1日病院を移りました。私の出血箇所は、とても重要な左脳視床下部でした。右手足と言語の機能回復のため、理学・作業・言語の治療を毎日受けました。やがてそれぞれの感覚がいくらか戻り、

室内を杖をついて一人で歩けるまでになりました。看護師から「ここに来た時は、歩けるようになると思えなかった。スゴイ」と言われ、その言葉を励みに2020年2月20日、5ヶ月余の入院生活を終えました。その頃からコロナ被害が広がり始め、日々感染防止に気を使うようになり、自宅に帰り、リハビリ生活の日課を決めました。・新聞を読む・退院時に教わったストレッチをやる・字の練習・階段の昇降・読書・洗濯物を畳む・入浴は転倒を防ぐため妻のいる時に、など。また、週2回近くの病院から訪問リハビリに来てもらっています。

まだ右手足が上手に使用せず、衣服の着脱、トイレ、入浴、歯磨き、爪切り、箸など不自由ですが、さまざまな転変化を励みとする毎日です。

高砂 原田賢一

次回寄稿お待ちします

題材は自由です。字数は六〇〇字前後
をお願いします。

連絡先 菅野

(090-9978-12419)

「戦争だけは絶対してはダメ！」～ミニ映画班会

映画「ひろしま」が訴えたこと

ミニ映画班会で一九五三年につくられた映画「ひろしま」を観ました。月丘夢路、岡田英次、加藤嘉さん等が出演した被爆直後の広島を描いた映画です。写真などでは見たことがありましたが、動く画面に映された被爆の現状、そうした中で生徒たちと一緒に川面にしずみ命を落とす絶望的な教師の姿は想像を絶しましたが、この映画はそれだけではありません。戦後被爆孤児となった子ども達の姿も描いています。

この映画は日教組（日本教職員組合）がつくりましたが、主演の月丘夢路さんにも出演に松竹から圧力がかかったり、上映運動そのものにも「反米」的映画として妨害が繰り返されました。しかし、全国の平和を願う人々の想いと運動でハネ返し、上映を成功させたことと記されてあります。鑑賞した人の言葉として、「戦争だけは絶対にしてはダメ！」をもの事を考える時の出発点にする、という発言は今の情勢と重なって胸を打ちました。大軍拡増税の今日、ぜひ一度は観て欲しい映画でした。

金町 菅野カツ子



最近観た、出会った、感じた事、まわりの人たちとの会話等…ひとりですまっておくにはもったいない事柄や物事を紹介してください。字数四〇〇字以内でお願いします。