

片瀬社協
だより

しあわせ

平成23年11月25日発行
編集・発行
片瀬地区社会福祉協議会
藤沢市片瀬3丁目9番6号
片瀬市民センター
☎ 0466(27)2711



こんにちは

藤沢市片瀬地域包括支援センターです

今年4月から、民生委員児童委員が担当する地域の市内14箇所新たに設置されました。片瀬地域包括支援センターの場所は、片瀬しおさいセンター地下1階になります。地域包括支援センターでは、主に高齢者の自立をお手伝い致します。

住み慣れた家で長生きをしたいというのは人間の共通の願いです。しかし、理想の老後の暮らしには、経済のこと、医療のこと、介護のことなど、さまざまな問題が立ちふさがってきます。私たちは、保健・福祉・介護保険などについての疑問などを相談する地域の窓口になります。問題を自分一人で抱



スタッフ全員 右端が長沼センター長

え込まず、どんなことでもお気軽にご相談ください。お出かけいただくことが困難な場合には、こちらから職員がお伺い致します。片瀬ボランティアセンターでも毎週水曜日の10時から15時まで出張相

談を行っております。

今いちばん多い相談は、ご本人からは病気をきつかけとしての健康についてや、これからの生活の送り方についてです。ご家族からの相談では、近く退院するが自宅ではどのように介護していけばよいのかが多くなっています。また、施設に入所したいがどのような施設があるのか等の相談もあります。地域の人々からは安否確認や草木が生い茂ってきている等のさまざまな相談があり、その場合、何がいちばんその方にとって最適な方法なのかを一緒に考え、提案していきます。当センターで対応が困難な場合には、関係機関につないでいきます。

相談以外にも、健康増進のための啓蒙活動にも力を入れており、

要介護状態にならないためのさまざまな健康講座を開催しています。また、介護予防サービスの利用をすすめたり、介護予防プランを作成するほか、悪質な訪問販売への被害防止・お金の管理や契約に不安があるとき、頼れる家族がいない場合などには成年後見制度の申し立ての案内もします。自立は周囲の環境にも大きく左右されるので、地域のさまざまな情報を集め、公的なサービスで対応できない場合に提案をいたします。

当センターでは、主任ケアマネージャー、看護師、社会福祉士を中心とした6人の職員が協力をして、全力で対応してまいります。

最後に、これから寒い季節へと向かいます。インフルエンザ等の感染症の時期になりますので手洗いやうがいなどの励行をお願いいたします。（センター長 長沼牧人）

片瀬地域包括支援センター

片瀬4-9-22

電話 29-5066

2011年9月5日(月) 片瀬地区敬老会

しおさいセンター体育室に318人

今年も盛大に



片瀬山幼稚園児の
ハーモニカ演奏



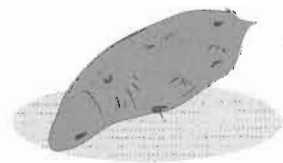
べんべん工房の
津軽三味線演奏



ご結婚60周年おめでとうございます

九月三十日(金)、ふれあい事業の芋掘りと県立戸川公園散策に、初めて参加させて頂きました。お天気にも恵まれ、参加者のみなさん、とっても楽しそうに土の中からおいもを掘っていました。あまりにも大きなおいもに驚きの声。皆さんの笑顔が印象的でした。自然がいつぱいの県立戸川公園で昼食を取り、その後、自然公園の散策を楽しみました。おいもの他、野菜などのお土産をたくさん持って帰って来ました。(二見)

わあ、大きー！



どんなおいもが出てくるかな？
今夜はおいもの天ぷら、それとも……

社協理事研修（六月七日）

浦賀地区ボランティア

センター見学・交流会

温暖な気候と豊かな自然に恵まれている横須賀市浦賀地区は、現在五万人の方が住んでいます。

開所15年の浦賀地区社協には、六つの専門部会があり、高齢者福祉部会では、七十五歳以上の独居

高齢者や認知症の方を対象に「安心カード」を常に身に付けてもらっています。週四回のふれあいお

弁当事業や、また、独居高齢者や高齢者夫婦には緊急時の連絡先や情報を記載したカードを、半透明のボトルに入れて冷蔵庫の中に保管してもらっています。浦賀地区社協は「地域は地域で守る」という理念を基に、活発に活動していらっしゃいました。



しあわせとは



「病氣」の五つの悪の巨人を念頭において生きてきたが、無念にも病気に勝てず、三十六歳で挫折、肺浸潤。自分では人一倍、熱心なクリスチャンのつもり、宗教科の教員免許もとった。ミッションス

この年齢になって、大事なことをすっかり忘れていたのは、身近な「家族」だった。家族は円満で、共に心身の健康が第一。神仏は助けにもならず、身を寄せ合う小さな家族が崩壊しないように譲り合うことだろう。

雑想

片瀬海岸二丁目 川崎 肇



「しあわせとは」（コーナー）の投稿依頼を受け、困った。しあわせとは、先ず、噛みしめ味わってはじめて実感が湧くものだと思ってきたのに、いきなり、「しあわせか」といわれると、「ドキッ」としたのである。

わたしも遂に八十有二歳、どんどん加齢が加速する。悪夢の昭和を駆けぬけてきた。

「五悪巨人」（5G）つまり、「無知、無能、無学、怠惰そして疾病

クールに学び、ミッションスクールで教鞭をとっていたのに、役立たず、「宗教は阿片だ」と口にする。だが、わたしは決してマルキストではない。ただ、祈っているだけでは、人は救われないということなのである。

わたしの今は、日がな一日中、思いつく儘に何事かを書いていく。別にも書ききではない。白洲次郎の真似はしないが、「葬式無用」。「わが愛玩する」ものに気付く人あれば、さしあげよう。大事なものを共有するよろこびがそんなたわいもないものであった……のだ。美しきもの見し人は幸せである。

ふれあいお楽しみ会

（七月六日）

はじめて片瀬山市民の家で開催しました。参加者は24名で片瀬山の方が多く来てくださいました。

音楽療法では皆で歌をうたい、その後楽しい食事をしていただきました。また、お手伝いの方のお孫さんが、会場にきれいな飾り付けを作ってきてくださいました。今後、それぞれの地域の市民の家でお楽しみ会を開催していきたいと計画しています。



なごやかなひとときを

私の健康法

江の島一丁目 渡邊花子

人生楽しくなくちゃ!



おかげさまで、今年の3月に米寿を迎えることができました。そんな私の健康法は、毎朝4時に起きて、体を起こす体操をし、海辺を散歩して、週に4日スイミングスクールへ通うことです。泳ぐことは長年私の夢でしたので、主人の亡き後、八十二歳の夏からスクールに通い始めました。

以来、肌の色艶も良く、姿勢も良くなったと、孫たちから大変好評です。私にとって一番の元気の素は、人と関わること、お話しすること。スイミングスクールで最年長の私を見て、ほかの方たちが見習いたいと言ってくれています。その言葉を聞いて益々元気が出てくる私です。

今年の5月には、息子たちの協力を得て、「趣味の店 花子」を開店致しました。きつかけは、五十歳から少しずつ描き続けている湘南の風景画など、私の油絵を見て言った孫娘の「せっかかくこんなにいっぱい描いたんだから、おばあちゃん絵をみんなに見てもらったらいんじゃないの」という何気ない一言でした。三十年近く夫婦で営んでいた民宿をやめて早や十五年、また色々な方が我が家を訪れてくださるようになり、本当に心ときめく毎日です。

江の島の海風、優しい人たち、大好きなおしゃべり、日々過ごしているすべての時間が、私の健康法かもしれません。



今回の題字「しあわせ」は江ノ島二丁目の徳江久基さん(片瀬中学校3年生)に書いていただきました。

まちのお医者さん



(自画像)

眼の病気って? 眼科診療四半世紀

片瀬山眼科(片瀬山二丁目)

新井雅之

玉村豊男の「パリ再訪」を読むと、42年間この街を観察している筆者の人生と、関わりのある人々が移り変わっていく様が綴られている。24年前に私はこの町で開業したが、たくさんの患者さんとの出会い、また患者さん達も変わってきた。

高齢化社会といわれて久しいが、徐々に年齢層の高い方の緑内障が増えてきたという実感があふ。緑内障は視神経を障害し視野が狭くなる病気で、急性の場合、眼圧(眼内の圧力)が急上昇して痛みが出るので気づかれやすいが、慢性のものは自覚しにくく早期発見が望まれる疾患である。

振り返れば、コンタクトレンズはハードから使い捨てソフトレンズに、白内障手術は20年前とは様変わりして進歩し苦痛の少ないと願っています。

さて、私もチェンバロの楽譜が見にくくなったので検眼を受けねば…。さて誰に頼もうか。

ないものに、その他、最近TVや雑誌で取り上げられるように黄班変性も増加して光線力学療法という新しい治療法ができ、硝子体手術で網膜剥離の治療が格段に進歩。視野計も手動から自動に、電子カルテも普及。

この24年間で治療が進歩しただけでなく、70代になってパソコンを始めましたという人も増え、知人は80代になってパソコンを買い、今では検索・チケット予約もしている。

眼科ではあご台に顔を乗せ眼を見開いてくれるだけで、多くの情報が得られるので気軽に受診していただき、いつまでも快適な「視」生活を送ってほしいと願っています。

さて、私もチェンバロの楽譜が見にくくなったので検眼を受けねば…。さて誰に頼もうか。

編集後記

今年(2011年)は震災、台風、大雨と災害の多かった年でした。来年こそは明るい年であります様に。 長島

10月15日、福祉バザーの収益は一九三、七四〇円でした。ご協力有難うございました。