

たつき新聞

院長の自由帳

菅田 宗樹

早いもので新年、新年度と思えば6月、今年も前半終了です。梅雨時期に入りますので熱中症などにも注意してください。

今回は個人的な事ですが、これまでの思い出、特に泣いた思い出について書かせていただきます。

まず最初に申し上げておきますが、知る人ぞ知る私は見かけによらず涙もろいのです。そんなことで泣いたのかと言われるような事もありますが、ご容赦ください。また思いついたものを書くだけで、昔の記憶をしっかりと思い返して、書いていないので度合いも関係ない事をご理解ください。

最初に思い出すのは、剣道です。悔し泣き、うれし泣き、様々で卒団式や稽古の最中でも泣きました。わが子に限らず、真剣に取り組んだ熱い思いの賜物と思っております。

次に思い出すのは長男の卒業式です。これは多分私の人生でもトップクラスに恥ずかしい大泣きでした。私自身が川尻小学校から中学校は町外の中学校に行っていたこと重なることだったので理由ですが、顔をぐちゃぐちゃにして涙が止まりませんでした。

昔で思い出すのは、大学に行く新幹線です。詳しいことは省きますが、朝まで同級生たちと遊び、早朝の新幹線で皆に見送られて出発しました。皆の顔が見えなくなると、一人大男が新幹線の席で泣いていました。

父が亡くなって家族代表の挨拶をしたとき、父の介護にかかわってくれた方々への感謝の気持ちで泣きました。

10歳のころ局所麻酔で扁桃腺を切った時、少し痛いと言われたが、とても痛く嘘つきと先生に腹を立てて泣きました。

長女の入学式や卒業式、運動会や発表会では女の子で、最初の子だといふこともあってほぼ泣いたように思います。

多くの患者さんや親せき、友人、知人の最期の時も未だに涙が出ることは少なくありません。テレビや本などでも当然のように泣きますし、景色を見ているだけでも涙が出る場合があります。

何も考えていないのに、なぜか作しくなったり、いたたまれなくて涙が出ることもあります。自分は病気なのだろうかと思つてしまいます。(笑)

そんな自分に誇りを持ち、悔いなく生きたいと思っております。

本気で熱く、誰かのためにできるだけ限界を作らず取り組んできた、代償でもあり恩恵でもあると思っております。

これから先のことは正直わかりませんが、自分が信じる道、自分の正しいと思う道、誰かに何かを言われようとも、しっかりとした心、真を持って、信頼される人物であり、親であればと思います。尊敬する一人の先生が、「徳」を磨くことを言われていました。まだまだ磨ききれていない自分を感じるものが多くありますが、人は失敗をして成長するもので、隠したり、誤魔化したり、何も反省せず同じ失敗を繰り返さないように努力していかなくてはと思います。

皆さんもこれまでに2度や3度くらいは大泣きしたことがあると思います。

そつした感情を思い出しながら、熱い思いや前向きな思いを取り戻し、若返ってみてください。

それが元気の源になるかもしれません。これから暑くなってきました。その暑さに負けないように、熱く暑い季節を乗り越えましょう！

熱中症予防には、水分と塩分の補給が必要です。が、過剰な塩分の摂りすぎが気になります。大汗をかいていないのに、塩分補給することは逆に控えます。しょう-さらにスポーツドリンクには多量の糖分が含まれていることも意識しておきましょう！

院長の一言と名【迷】一言

【覚悟は一瞬でできるが、責任は一生涯きまとう】

覚悟には様々で、強さも異なるが、本当の覚悟は命を懸けたものでしょう。責任も様々で、重さも異なるが、一生涯きまとう事を忘れてはいけないと感じる日々です。 医療法人社団たつき会 菅田 宗樹

デイサービスセンター つばき

★つばき春の大運動会を開催！

4月21日(土)「うわあ！今年はどうかが勝つかねえ?」「負けんけんねえ!」と、皆さん朝から話題に上がリソワソワ。紅白の玉入れ、パン食い競争、足と腕を使い輪送りゲームに参加され、競いあいました。今年も白組優勝!バンザイ



★手作りおやつ

4月27日(金)桜餅を作りました。道明寺粉を使用し、お手軽にレンジでチン!老舗に負けないほどの出来上がりを見て、「300円で売れるかねえ?」と盛り上がりました♪



日光浴でビタミンDを取り入れよう

ビタミンDは、食事やサプリメントから体内に取り入れられますが、日光浴によっても作り出すことができます。ビタミンDは骨を丈夫にする作用があるので、適度な日光浴は骨粗鬆症の予防のほか、うつ病や癌の予防にもなるといわれています。長時間日光に当たることは紫外線にさらされるので、適度な時間が大切です。週に3回程度、1日約15~20分を目安に日光を浴びて、心身ともに健康を促進しましょう。



4/16 (月) 4/19 (木) 4/23 (月)

お花見ドライブ



グループホーム あかね



入居者の皆さんとお花見ドライブで野呂山と稚児公園に行きました。当日は天候にも恵まれドライブ日和でした。周りの景色を見て、「綺麗なところだね」「懐かしいわ、昔よく来てたんよ」「外に出るのもいいものだね」と言われていました。その後、皆でおやつを食べてから記念写真を撮って帰りました。皆さんとても楽しまれておられました。



4/8 (日) 三味線演奏

介護付き有料老人ホーム つつじ

4月8日(日)、本條香芸鶯会の皆さんが三味線と唄と踊りを披露されました。花笠音頭や子供たちが鳴子を鳴らしながら歌を唄われ「可愛いね」と微笑ましく手拍子され盛り上げられました。最後は入居者皆さんで九州炭坑節を合唄しました。「昔よう唄ったんよ」と懐かしんでおられました。



4/26 (木) クッキング

今回はお好み焼きを作りました。15時のおやつに「お好み焼きってどうなんだろう？食べられるかな？」と不安はありましたが、いざ作ってみると皆さん喜ばれており、おかわりをされている方もたくさんいらっしゃいました。



4/9月~14日 お花見ドライブ



桜の季節となりましたので、今年もお花見に行ってきました。…と言っても、今年は桜の開花が早かったため、残念ながら満開の桜を見に行くことはできませんでしたが、代わりにプランで道中の花を楽しんでもらいながら公園へ。月曜日から土曜日にかけてすみれの利用者さんほぼ全員にドライブに行ってもらうことができ、楽しんでいただきました♪



デイサービスセンター すみれ



ケアマネ通信 さつきの部屋

このコーナーでよくご紹介しています、川尻・安浦地域包括ケアシステムを樹立する会（以後、樹立の会）ですが、本格的な活動を始めて、1年が過ぎました。講師として、また会の運営として関わって頂いた方、いつもお忙しいところをお越し頂いた、地域住民・事業所の皆様に、改めて感謝申し上げます。

樹立の会は、50年後もこの地域で安心して過ごせるためのネットワーク作りを目的として、研修内容も画期的なアイデアを考えていました。しかし、企画していく我々はネットワークや、会を運営するノウハウがない中で、やりたい企画はあっても、それが何の目的でどんな効果を生むのかを検証すると、実施出来なかった企画もあります。

1年間の実施では、ネットワークは構築されませんし、樹立の会の認知度もまだまだ低いと考えています。どの地区も地域包括ケアに向けての講義や研修等を行い、川尻・安浦地区でも、とても充実した講義や研修が行われています。しかし残念なのは、参加者の多くは医療・福祉関係に従事されている方が多く、地域包括ケアの主役である「住民」の参加が少ないように思えます。医療・福祉従事者だけが知れば良いのではなく、本来は住民の方に知って頂くのが一番ですが、興味がなければ他人事です。

樹立の会では、住民の方が参加してみたいと思って頂けるような内容を企画していけたらと思いますので、今後のご支援・ご助言等、宜しくお願い致します。

居宅介護支援事業所 さつき
電話0823-36-6661(直通)
担当:中川、渡邊、竹内、西本

6月の行事予定	あかね		すみれ		つつじ		つばき			
	15日(金)	父の日会	13日(水)	クッキング	上旬	書道	4日(月)	pipopa 呉ママ アンサンブル	13日(水)	さつま芋植え体験
			21日(木)	大正琴			11日(月)	夕食ツアー	18日(月)	夕食ツアー
							12日(火)	カラオケツアー	21日(木)	手作りおやつ
									22日(金)	ひかり幼稚園年長組来訪

医療法人社団 たつき会
菅田医院
〒737-2607 広島県呉市川尻町東一丁目21-1
TEL(0823)87-2529
FAX(0823)87-5993
緊急連絡先 090-8066-4999

医療法人社団 たつき会 菅田医院
デイサービスセンター つばき
〒737-2607 広島県呉市川尻町東一丁目21-10
TEL(0823)87-0108
FAX(0823)87-0160

医療法人社団 たつき会 菅田医院
ケアビレッジたつき
介護付き有料老人ホーム つつじ グループホーム あかね
デイサービスセンター すみれ 居宅介護支援事業所 さつき
〒737-2518 広島県呉市安浦町内海北六丁目3-20
TEL(0823)70-6678 FAX(0823)70-6077