



# 風和通信

NPO法人 風和  
〒669-2414 篠山市宮ノ前264  
TEL 079-556-2258  
FAX 079-506-1618  
http://www.npofu-wa.net

151号 2015年 10月 1日発行



## カラオケで結ぶ絆



おはぎ

上田 和夫

カラオケセット持参で風和へお伺いしたのは4月でした。それ以来毎月第1月曜日がカラオケの日として定着する様になりました。

私を含めて歳をとると声が出なくなり、昔懐かしい歌のカラオケも、高音部になると突然声が裏返ったり、1オクターブ下がったり、リズムが合わなかったりして、どんなに好きな歌でも人前で歌うなんてことはとんでもないと思っていました。

ところがここでは皆さん安心して歌えるのか、次々とリクエストがかかって来ます。そしてみんなで一緒に歌います。マイクを向けると手を振ってよける方でも、昔懐かしい童謡・唱歌と一緒に口ずさんでおられて、その歌が流行った頃の自分の暮らしを振り返りながら、部屋全体が独特の「うたごえホール」に変身するのです。

初めはデイサービスのお手伝いのつもりでしたが、同じ世代の皆さんと同じ空間を共有する事を通して、いつの間にか私自身の「癒し」につながっている事に気が付きました。いつまで続けられるか、カラオケで結ばれた風和の皆さんとの絆を大切にしたいと思います。

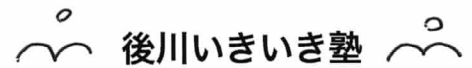
◎1月曜日は上田さんとカラオケも!! =) ~



## 10月の予定

- 1日 (木) 午後2時半 手芸サロン
- 2日 (金) 午後2時半 音楽の会
- 5日 (月) 午後2時半 カラオケの会
- 8日 (木) 午後2時半 手芸サロン
- 午後3時半頃 パン移動販売

- 9日 (金) 午後2時半 音楽の会
- 15日 (木) 午後2時半 お楽しみ会
- 16日 (金) 午後2時半 音楽の会
- 20日 (火) 午後2時半 お花の会
- 22日 (木) 午後2時半 手芸サロン
- 23日 (金) 午後2時半 音楽の会
- 29日 (木) 午後2時半 手芸サロン
- 30日 (金) 午後2時半 音楽の会



## 後川いきいき塾

毎週火曜 午後1時半

旧後川小学校にて

※見学・お申込み等お気軽にお問い合わせ下さい。

デイサービス・訪問介護の利用も気軽に可能です。

世の中を明るく  
心あたたかく  
マツモト電化  
サービス



篠山市安口 884  
079 (557) 1064

〒669-2441  
篠山市日置 37

床屋  
ヤマグチ

篠山市9番 477  
079 (556) 3828

いこいサロン  
カラオケ喫茶  
友

篠山市福住 169-2  
☎079-557-0727

丹波ささ山特産品  
販売卸し  
やき栗直売  
丹波ささ山

森本

篠山市河原町 206  
079 (552) 4792

踵(かかと)による身体調整治療  
道笑(きしょう)  
鍼灸整骨院

各種健康保険 取扱い

完全予約制  
079-557-0166

篠山市小野新185-1  
受診の際は保険証をご持参下さい。



横山幹史

皆さん「こうすれば、こうなる」という考えは、認知症ケアの質を低くする、とよく自分に言い聞かせています。

先入観にとらわれず、人の複雑さや未知の部分に、気を向けていたいとも思います。

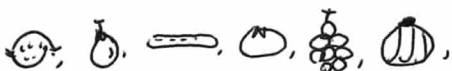
しかし、言葉とは裏腹、つい自分の価値観にとらわれがちな私です。そんな事を考えていて、ふと「チームケア」の大切さに、改めて気付かされました。

多くの人に関わり、たくさんの視点で一人の人を見ることで、その人の持つ多面的な複雑さ、豊かさがより見えてくる、と思えるからです。

認知症ケアに関して、大切な事は沢山ありますが、人の繋がりの中で一人の人をケアする為の、話し合いや協力を、大事にしていきたいです。

ご支援ありがとうございます

寄付金、きゅうり、トマト、ナス、カボチャ、サツマイモ、ぶどう、お菓子、色紙などをいただきました。ありがとうございました。



## 幸せな認知症



大月 傑

図書館の新作本コーナーに「不幸な認知症 幸せな認知症」という本がありました。手に取ってみると、「認知症になったらどうしようと不安に思っているあなた、認知症と診断されたあなた、認知症の人の家族、友人、知人、介護職のあなたへ。「ボケたら終り」ではなく「ボケてもいい」と楽しく暮らすために。(中略) 認知症は、本人も家族も周りにいる人も、接し方や対応の仕方、不幸にも幸せにもなれます。」とあります。

本当にそうだなあとと思います。誰だって、認知症になっても幸せに暮らしたい。そのためにはどうすれば良いのでしょうか？

「最初の一步は認知症のことをきちんと知ることからです。」と筆者は言います。認知症に関する誤解は多く、誤解が本人だけでなく家族や周りの人を苦しめていることも多々あるのです。

46才で認知症の診断を受けたオーストラリアのクリスティーン・ブライデンさんは、認知症の人の世界を著書「私は私になっていく」に書きました。その中で彼女は「何をおいても、私たちがひとり人間だということを忘れないでほしい。私たちには認知症があるが、脳の損傷は目に見えないので、どんな状態かは外からは分からない。だからあまり決めつけないでほしい。私たちをあるがままに見て、まず病気でなく人間として見てほしい。」と書いています。また「あなたの接し方によって、私たちは人間らしさを取り戻し、自分たちはまだ必要とされている、価値のある存在なのだと感じることができる」と。

その人にとって何が幸せなのか？いつもそこから始めたい、そこに立ち戻りたいと思っています。

おすすめの本

「不幸な認知症 幸せな認知症」上田諭著 マガジンハウス刊

「私は誰になっていくの？」クリスティーン・ボーデン著 かがわ出版刊

「私は私になっていく」クリスティーン・ブライデン著 かがわ出版刊

「認知症と診断されたあなたへ」小澤勲・黒川由紀子編著 医学書院刊

ふうわなくらし83 . ”

「かわいい子やねえ。せやけどこの子は自分の子や思たらあかん。神さまからの預かりものや思て育てななあ。子どもは家族の宝、地域の宝、世界の宝なんやからなあ。そして世の中の役に立つ人になってもらわないかんさかいなあ。」ごはんを食べながらこんな話を聞かせてくれた美代子母さんでした。この子の未来を守り、この子が未来を築けますように。(千尋) Peace

<p>黒住教 日置教会所 所長 藤木千皓 篠山市井上251 Tel. 079(556)2380</p>	<p>あなたの〈もっと〉 に、こたえたい 中兵庫信用金庫 篠山市日置 412-6 城東支店 556 - 3151</p>	<p>協業民間車検工場 株式会社 城 東 篠山市日置 9 1 4 079-556-2180</p>	<p>老いと介護に つどい場 お茶の実 お気軽に・・・ 篠山市住吉台92-1 090-7109-6734</p>	<p>風和通信ご持参で 10%引きます！ 天然酵母のパン屋さん 白殻五粉 http://www.koubo-pan.com 篠山市小川町2 079-552-8881</p>	<p>対人援助職・家族の ためのセルフケア Office KURIHARA 篠山市住吉台 63-13 http://officekurihara.com/ ● ご予約は HP または郵送で</p>
---	--	---	--	--	--