支部だより

蒲田西支部
矢口の渡商店街で健康チェック

6月3日㈰午前10時から12時まで、矢口の渡商店街の「さんでーばざーる」に健康チェックで参加しました。

この日は天気もよくたいへん暑くなりましたが、矢口商店会の協力の下、商店会事務所前の健康チェックコーナーには、26人の方が血圧・体脂肪測定などを受けていきました。

次回の「さんでーばざーる」は12月2日の予定です。

健康チェックで毎回参加

大森・糀谷支部
第13回支部総会開催

5月16日㈬、前の浦集会室（大田区大森南）で13回目となる支部総会を開催しました。

各班会の活動報告や支部主催の行事報告など、組合員さんの活動交流を行っています。参加は12人と多くはありませんでしたが、組合員さんのさまざまなお話を聞くことができました。

各支部でも、運営委員会などで話し合って、支部総会を開催してみてはいかがでしょうか？

感動の熱演～奥平哲也（マリンバ）

5月18日㈮、大田区の区民プラザ大ホールで、グリーンコンサート2018「マリンバで名曲を～深くやさしいメロディをあなたに～」を開催し、約400人が来場しました。

マリンバ奏者の奥平さんは、5年前のバラライカの時に聴衆として参加して以来、グリーンコンサートの趣旨に賛同して「ぜひ出演したい」と働きかけてくれていましたが、今回ようやく実現しました。

今年は演奏活動30周年とのことで、プログラムへのメッセージで「どの時代でも変わらぬことは、平和を願い求める人びとの心です。平和とは安心して生活できることです。平和を考えることは文化の歩みやその力を考え知ることでもあります…中略…音楽の美しい調べと平和の鐘の音を奏で歌ってゆきたい」と語っています。

開演から終了まで約2時間、時にはエネルギッシュに、時にはうっとりとするような演奏を披露、ピアノの渡部優美さんとの息もぴったりでした。

終演後には参加者の皆さんと握手を交わすなど、気さくな人柄と平和を願う熱い想いに感激しました。

会場全体が熱気に包まれました

春の健康バスハイク
日本百名山・筑波山の旅

5月13日㈰、恒例の春のバスハイクに、126人の参加で筑波山へ行ってきました。

今回のコースは那珂湊で鮮魚の買い物、つくばグランドホテルでの昼食、筑波山散策、筑波ハムでの試食・買い物です。

残念ながら、お昼頃から雨が降り出し、筑波山の景色を楽しむことはできませんでした。それでも各地での買い物やバスごとの車内レクリエーションなど、みなさん楽しく過ごしていただけたのではないかと思います。

「初めての参加でした。楽しく過ごさせてもらいました。食事後の雨は残念でした。花の時期はきっと良いでしょうね」

「天候に恵まれず、筑波山展望台での眺めは残念でしたが、思っていた以上にケーブルカーに乗るまでの階段がきつくて、逆に良い思い出になりました」

「海に山に贅沢なバス旅行でした。バス内のハーモニカ合唱も楽しかったです」「那珂湊で食べた生牡蠣が美味しかった。筑波山の展望台雨で残念だったけど楽しかったです」「入浴とハムの試食はとてもよかった。帰りのバスの中でとても美味しいお茶とたくあん最高」。

お天気はどうすることもできませんが、来年も楽しい旅行を皆さんとできればと思います。

ケーブルの車窓からの景色は最高でした

新しい科目もとりいれて保健教室開催

毎年、開催している保健教室、今年は京浜診療所を会場にして行いました。

全5講座（4月14日から5月19日）行い、5人が受講しました。今回は「救急処置法」の科目を新たに入れて、ADLの使い方を学んだり、いつも人気の「認知症の話」では、健康な生活が認知症予防になることを学ぶなど学びの多い講座になりました。

その他の科目は「自分でできる健康チェック」「歯は健康の窓口」「食べ物と健康」でした。

AEDの模擬体験をしました

「介護のはなし～認知症の人への寄り添い方～」を開催

5月19日㈯、ゆたか診療所で介護の学習会を開催しました。講師はグループホーム虹の家しおかぜ所長の下條都賀子さんです。主催は助け合いまちづくり委員会で、このテーマでの学習会は今回で3回目です。

当日の参加は13人で、「もっともっと健康な人が、知識として認知症を知る必要を感じています」「認知症が特例なのではなく今日学習したことが当たり前な対応であると思いました」「若い世代の人への理解を広めていくことが社会を変えることではないでしょうか」などの感想が出ました。

わかりやすいお話でした

神社へ向かう石段

認知症Q&A

No. 23

回答はグループホーム虹の家みちづか看護師 大澤千恵子さん

Q グループホームってどんな施設ですか？

A グループホームに入所できる対象者は、認知症と診断され、かつ要支援2から要介護5に介護認定された高齢者です。もともとは軽度から中度の認知症を対象にした施設なので、設備は重い介護度の高齢者が暮らすようには設計されていません。

1ユニット6人から9人の高齢者が共同生活をします。最近は2ユニット、3ユニットのホーム（事業所）が増えています。大田区には40事業所、品川区には14事業所あります。

介護職員は1ユニットに、7時～20時まで2～3人、20時～朝7時は1人勤務しています。ケアマネジャーもいます。看護師配置の有無はさまざまです。

医療行為が常時必要になると入居の継続は難しくなります。今年から看護師を常勤配置し医療行為が必要でも受け入れる体制を整えた事業所ができています。

個室が準備されており、家賃（部屋代）を支払います。浴室、キッチンやリビングは共同スペースです。日常の過ごし方はホームによって異なり、特徴があります。入所を考えるときはいくつかのホームを見学し、本人の価値観や希望に添うところを選ぶことをおすすめします。

基本は、認知症高齢者のできる能力を見極め、継続できるよう職員が支援することになっています。いっしょに買い物や調理、洗濯、掃除など行います。入浴や排泄、口腔ケアも高齢者の能力に応じて支援します。歌を歌ったり、絵や習字、ちぎり絵、塗り絵、将棋、トランプなどレクリエーションを取り入れ、体操、散歩など体力低下の予防も行います。

病気の管理は、かかりつけ医にご家族と通院するか、往診依頼をします。

個別の介護計画を作成し、計画に基づいてケアを行うことになっています。

入居費用は事業所により異なります。家賃、食費、水光熱費、共益費、介護の1割負担、入居時保証金等が必要で、月あたり16万～20数万円です。

城南福祉医療協会は、無料低額診療事業をしています

医療費のお支払いでお困りの方はご相談ください

無料低額診療事業とは…経済的理由により必要な医療が受けられない方々に、安心して治療を受けていただくための制度です。

利用するためには…収入状況等確認・申請による審査のうえ、かかった医療費の保険診療分が無料または低額になります。

＜対象となる方＞　経済的な理由で治療費の支払いが困難な方

＜対象事業所・問い合わせ先＞

大田病院　03-3762-8421（医事課　小林）

大田歯科　03-3762-0418（小川）

大森中診療所　03-6404-2301（長澤）

大田病院医療相談室　でもご相談いただけます。また、お電話の際には「無料低額診療のことで相談したい」とお伝えください。