いこいの村

岩崎南雄

題字　梅の木寮

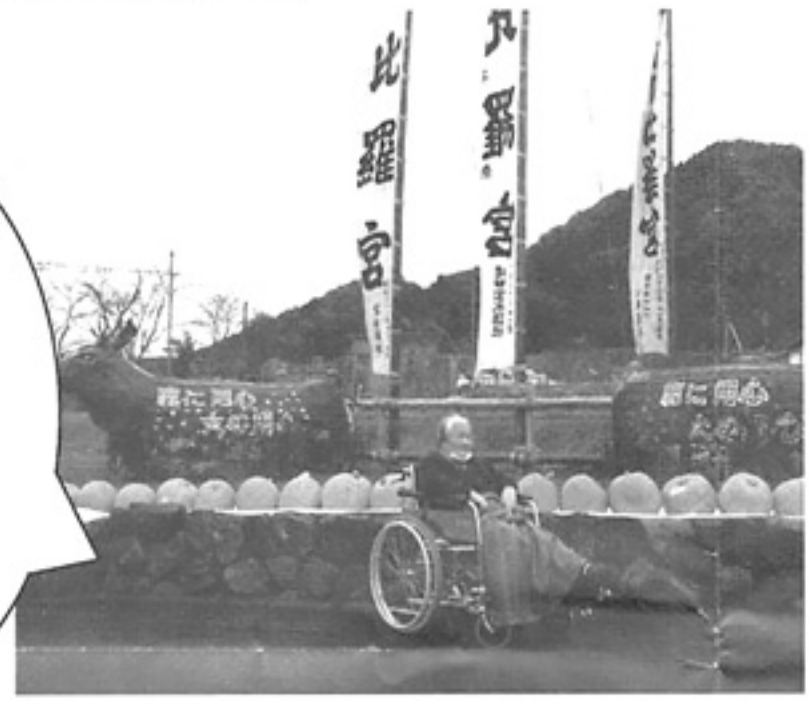
２０１５年（平成２７年）１２月２０日発行

第４０３号

発行責任者　いこいの村聴覚言語障害センター
所長　岩本　幸子

編集　いこいの村編集委員会
〒６２９－１２４２
綾部市十倉名畑町久瀬谷２番地
TEL（０７７３）４６－０１０１
FAX（０７７３）４６－０６１０
http://www.kyoto-chogen.or.jp/ikoi

建田（たつた）の こんぴらさんに 行ってきました！



11月8日(日)、江戸時代から300年以上続く「こんぴら大祭」が、今年は口上林の武吉町で行われました。

「今日は何時に出発するんや？」と朝、出勤してきた援助員に尋ねる酒井さん（84歳）。普段なかなか外に出る機会が少ないので、久しぶりの外出を楽しみにされています。

酒井さんを含め、口上林出の井上さん（89歳、高橋さん（99歳）など、梅の木寮の生活者（利用者）8名と援助員2名で参拝に行ってきました。

当日は、あいにくの雨模様でしたが、みなさん神妙な面持ちでそれぞれに祈願されていました。

（梅の木寮　金子泰治）

*『たつた』とは、口上林地域の「武吉町」「佃町」「忠町」のことで、毎年順番に『こんぴらさん』をお祀りします。

配食利用者のつどい 久々に開催

11月15日配食利用者のつどいを行いました。

数年前に利用者から

「お弁当をもらっているけど、どんな人が作ってくれているのかな」

「お弁当はおいしいけど一人で食べるのはさびしい」

という声を聞き、配食のつどいを開いたことがあります。

今回は介護保険の改正により、綾部市の配食サービスの内容変更が予想されることを受け、この機会に利用者の生の声をお聞きしたいと、久しぶりの開催となりました。配食利用者と口上林・山家の民生委員にご参加をいただきました。

見て、味わって

「あんた久しぶりやなぁ」と普段は会えない方との再会もあり、和やかな雰囲気で始まりました。

いこいの村の事を知っていただこうと施設見学を行いました。

その後、簡単に栄養価の高い料理を自宅でも作っていただくため、栄養士による調理の実演が始まりました。参加者は興味深く見いられ、「味付けに、酢を入れてもおいしいな」と長年の主婦としての経験から色々なアイデアが出てきます。そして、出来た料理を食べられると、「おいしいな。家に帰ってやってみよう」と会話が弾みます。

施設見学の様子

午後からは、意見交換の時間を設け、民生委員や利用者からご意見をいただきました。

民生委員「夜は弁当が来るけど、朝や昼の食事はどうされていますか。心配しとったんや」

利用者「パンや冷蔵庫に入っているもんで済ませる。週に一回は混ぜご飯が食べたいな」

「私は月曜日から土曜日まで弁当を取っているが、日曜日も弁当が来てくれたら助かるのになぁ」

「配達員さんに『弁当持ってきたで。風邪ひいてへんか』と声をかけてもらえると、こっちも元気になるんや。」

職員「日曜日は今は実施していませんが、市に皆さんの意見を伝えていき実現したいですね」

弁当がいつもの笑顔と一緒に来るのを心待ちにされているご様子が伝わってくるとともに、日頃、思っておられる率直な意見をお聞きし、今後の事業に活かせる貴重な時間となりました。

様々な意見が出てきました。

これからも身近なサービスとして

配食サービスは、ただ単にお弁当の配達をするのではなく、利用者の体調や安否確認を含めたものです。

これからも利用者の声を市に届け、今後の配食サービスのあり方を提案し、住み慣れた地域で生活できるよう支えていきます。

（高齢福祉部　芦谷ひとみ）

介護のワンポイント

杖を使って颯爽と！

「一本杖」と言われるステッキのような杖を使う際、長さは、『股関節の付け根から床までの長さ』で調節します。

杖は長すぎたり短すぎると、姿勢が不自然になり、肩こりや腰痛の原因になります。

杖をご利用の際は理学療法士、または介護用品を扱うお店に相談員が居ますので、自分に合った長さを見てもらわれることをお勧めします。

杖は「年寄りにみえる」「かっこわるい」と思っていませんか？杖は『三本目の足』として足への負担を軽くし姿勢を整え、「歩く」を助けてくれます。

自分に合った杖を使って姿勢よく歩く姿は、何歳も若返って見えますよ♪

聴こえの豆知識
～地域センターのきこえの相談とは～

福知山市聴覚言語障害センターでは、毎月第4金曜日にきこえの相談会開催。また、この他に最近では他の事業所からの紹介できこえの相談を受けることがあります。

◇買っただけではうまく使えない補聴器を◇

Aさん（女性、80歳代）は市内に独り暮らしで近くに親戚もなく、現在はヘルパー利用をしながら生活しておられます。家に訪問するのはヘルパーやケアマネが主ですが、玄関の呼び鈴や電話のベルが聞こえないために、連絡が取れないと相談がありました。

ご自宅を訪問し、生活の様子や聞こえの様子をうかがってもAさんは笑顔で「大丈夫です」と答えられます。しかし、会話の際に筆談の文字を読んでおられることから、聞こえにくいことがわかります。

また以前、両耳で50万円以上の補聴器を購入してほとんど使用していないこともわかりました。加えて電話の故障もあり、電話の修理、補聴器の再調整の後に生活の中での様子をうかがうことになりました。

補聴器を使用しない理由をうかがうと、「うるさいし、頭が痛くなる」と言われました。購入後、なかなか調整できず、使用をあきらめてしまわれたようでした。

◇気持ちが通じ合える喜びを再び持っていただくために◇

Aさんのように聞こえにくいために、人との会話を避けるようになってしまった方の相談は多くあります。

補聴器を上手に使うためには、少しずつ使用する時間を延ばしながら、人の中での会話にも慣れるよう訓練が必要な方もあります。

北部の5か所のセンターでは、「聞こえの相談会」を開催しています。難聴者の集まりにお誘いし、同じ悩みを持つ人と生活や家族のことなどおしゃべりができる居場所づくりなど取り組みを進めています。

当事者の方、ご家族の方、関係機関の方お気軽にご相談ください。

（福知山市聴覚言語障害センター　村上　菜穂子）

いこいの村
栗の木寮
部長　木村　公之

「僕の仕事は、○と△」

脳性麻痺により、聴覚障害と肢体障害（四肢麻痺）のある谷口さん（51歳）。栗の木寮のリサイクル班の班長です。施設に見学者がある時は、麻痺があるため動きにくい両手を精一杯に動かして、自分の仕事は「○と△」と、手話で説明します。○はスチール缶、△はアルミ缶のリサイクルマークを表現されています。その表現からは、仕事に対する誇りを感じさせられます。

リサイクル班では、新聞紙やダンボールなどの古紙と飲料用のアルミ缶やスチール缶の回収に取り組んでいます。回収した缶は、水ですすぎ、機械でプレスした後に、再生資源回収の業者に納品しています。燃えるごみや燃えないごみに出してしまえば、ただのごみです。しかし、リサイクルに回すことで、地球環境を守ることにつながります。

リサイクルの一部を担っている私たちから、皆さまへの切実なお願いがございます。『空き缶は、軽くすすいでください。それと、どうか、たばこなどは入れないでリサイクルに出してください。』

今年も、12月からきょうされん署名の季節です。スローガンは、「あたりまえに働きえらべるくらしを」です。障害が重くても、あたりまえに働くことが保障されるように、私たちも取り組んでいきます。

みんなの手話

《署　名》

左手のひらを上に向け、指に沿って右親指を滑らすように出す。

いこいの村しんぶん　４０３号　2015年（平成27年）１２月20日発行

ありがとうございました

★☆★☆★☆