



2018年(平成30年)11月20日発行

# 第425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>

# いこいの村まつり 2018

## 豊かなコミュニケーションへGO!



綾部太鼓保存会の太鼓で  
祭典が始まりました!



綾部市長 山崎善也様の祝辞  
冒頭、手話で表現されました。



実行委員長  
吉木 幸三

いこいの村まつり

10月21日、秋晴れのもと、いこいの村まつり2018を開催しました。

昨年は栗の木寮移転新築工事のため実施を見送り、2年ぶりの開催となりました。約1000人もの方々にお集まりいただき、式典や祭典のステージ発表、バザーの他、新しくなった栗の木寮の内覧会を楽しんでいただきました。

4月に数人の職員で立ち上げた実行委員会。やがて他の職員やボランティアの方々、地域の方々のご協力に加わり、小さい火種がどんどん大きくなって、いこいの村まつりという打ち上げ花火に昇華されて行きました。

このように大きなまつりになったことへの感謝と感激の念を禁じ得ません。これからいこいの村を、どうぞよろしくお願いします。

天然酵母・石窯ぱん

# たからの里へお越しください!



中上林にあるいこいの村・たからの里は6周年を迎えました。皆さまのご愛顧のおかげと感謝申し上げます。

たからの里では、昨年10月から天然酵母を使用し、ぱん作りを行っています。昨年の5周年を機に、お客様から長年の要望であった「体にやさしいぱんを作ってほしい」 私たちも「誰もが安心して食べていただけるぱん作りを目指したい」という思いが一致し、大きな決断をしました。

これまでの石窯ぱんの技術を基本に、ぱんの種類を見直し、新しいぱんに切り替えました。その際に大切にされたことが「仲間(利用者)の皆さんが作れるぱんにしよう」ということでした。

誰が主人公のぱん屋？  
ぱん作りに挑戦!



これまでのたからの里は、職員が早朝に出勤し、ぱんを焼き、仲間は袋入れの作業、販売・納品の作業を中心に行っていました。

しかし、開所当初と比べ、製造個数も倍以上になり、職員だけが忙しくしてはいないか。誰が主人公のぱん屋なのか。このまま職員が作ったぱんを販売するだけの仕事で良いのか。という課題が大きく浮かびあがりました。

何度も話し合いを重ねた結果、4月から本格的に仲間のぱん製造作業を開始しました。ぱん作りは手話や文章で伝えて覚えてもらうのではなく、こつが必要になります。最初は難しかった作業も、日を重ねることに上手になりました。こつを覚えた仲間が、他の仲間に、手を持って「こうするんやで。丸めるときの手形はこう」と教えている姿が見られるようになりました。焼きあがったぱんを見て、今日はうまくできた、少し失敗したな、とまとめ会で話題にしています。



どんなぱんが売れるかな



ぱん作りを始めて、仲間から「次はどんなぱんを作りますか」と自然に話が盛り上がります。月1回の仲間会議では、自分の目標を決め「ぱん作りを頑張る!」という目標が増えました。自分たちが作ったぱんをたくさんの方に買ってもらいたいという思いがお客様にも伝わるよう、更なるぱん作りの技術向上を目指します。



天然酵母に変更後、お客様から「素材が良くなって、おいしくなったね。子どもが安心して食べられるぱん屋ができて嬉しい」と、ありがたいお言葉をちょうだいしています。皆様への感謝の気持ちを込めて、12月に6周年感謝ウィークを開催します。楽しい企画を準備し、皆さまのお越しをお待ちしております。

(栗の木寮 今西永里)

6周年の感謝をこめて



まるぱんは1個50円!  
みんなで作ります!



## たからの里 6周年感謝ウィーク

\*12月13日(木)~16日(火)の4日間開催!

- \*お楽しみ福引
- \*スタンプラリー
- \*キッズイベント
- \*土日限定ランチ

その他、新作ぱん続々試作中です!



# 京都府北部の

# 高次脳機能障害者の支援拠点が実現



25歳の時、交通事故に遭い、半年の間意識はなく寝たきり状態での病院生活となられた香織さん。現在は就労継続支援事業所に通われています。「今はどこへ行くにも、父に連れて行ってもらっている。自分で外出ができる事が夢！」とすてきな笑顔で話してくださる香織さん、田中明さん親子。

「中丹高次脳機能障害者と家族の会『さくら』」（通称・「さくら」の会）が結成され13年目の今年、私たちがずっと願ってきた、高次脳機能障害者の京都府北部の支援拠点ができました」

「さくら」の会長、田中明さんは、10月7日、福知山市で第3回目となる「病院から地域を繋ぐ」の講演会で感慨深くあいさつされました。

## 家族と当事者と共に

福知山市障害者生活支援センター「青空」と現「さくら」の田中さんとの出会いは、2004年4月。田中さんが残してくださったっていた名刺をきっかけに

「高次脳機能障害者の社会参加を考える集い」や当事者、家族の交流会などを開催したことが、1年後の「さくら」の結成につながりました。その後、北部での高次脳機能障害者のリハビリ講習会開催に向け、共に実行委員会に参加してきました。

## 京都府北部リハビリテーション支援センター

<電話相談日>月・木(祝日除く)  
午前9時～正午 午後1時～午後5時  
<来所相談>月曜日午後1時～午後4時  
(祝日除く完全予約制)

舞鶴市字倉谷1350-23 中丹東保健所内  
高次脳機能障害支援相談専用電話  
0773-75-7556

## 舞鶴赤十字病院に 高次脳機能障害専門外来開設

<開設場所>舞鶴市倉谷427  
(舞鶴赤十字病院)  
<問い合わせ先>0773-75-4301  
(地域医療連携課)  
<診察日>木曜日(祝日除く完全予約制)

※隣接する北部リハビリテーション支援センターの高次脳機能障害支援コーディネーターと連携した診断の実施

(福知山障害者生活支援センター  
『青空』 民部 優子)

## 高次脳機能障害とは

事故や脳血管障害などで脳が損傷を受けると、記憶や言語等、脳機能の一部に障害が起きることがあります。これらの症状を総称して、『高次脳機能障害』と言います。

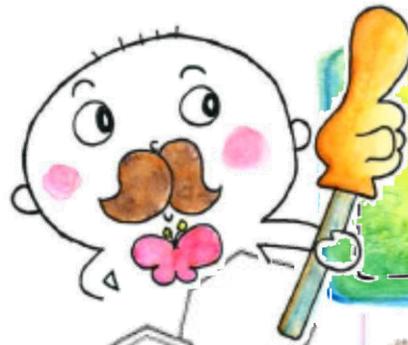
このような取り組みを通して、北部に住んでいる当事者が、地域でリハビリや医療、生活相談ができる支援拠点の設置を目指し、共に歩んできました。

## 9月京都府北部リハビリテーション支援センター開設

中丹東保健所に開設された、支援センターに期待することを「さくら」の上原栄事務局長にお聞きしました。

「府北部の支援拠点の開設を、本人、家族だけで困っている方にお知らせし、早く支援を届けたいです。そして、『さくら』と北部リハビリテーション支援センターとが共に、高次脳機能障害者、家族が安心して暮らせる社会の実現に向けて活動していきたいです」

退院後の当事者、家族の暮らしを支える仕組みづくりはこれからです！



こんなことありませんか？

# 難聴者あるある



聞こえづらい方は、大人数での会話だと誰が話しているのかわかりません。分からないまま話が進み、結果だけを知らされるということがよくあります。  
手をあげてから発言したり、皆が見渡せる場所にするなどの工夫でよく分かるようになります。

**一対一なら聞こえやすいけど、大勢の中だと聞こえにくいなあ。**

【難聴Aさんより】



「高齢になり、きこえにくくなったので、自治会の会議に参加しにくくなりました。相談内容がよく分からず意見も言えません。何が決まったのか、今どのようなことを話題にしているのか…ついていけません」

はい！  
今から私が話します。



高齢者の方にもおすすめ！

## やさしい献立 Vol.7

にんじんとじゃがいも つぶつぶスープ

〜これからの季節に〜

にんじんとじゃがいも

つぶつぶスープ

★材料（一人分）

・じゃがいも… 40g

・にんじん… 20g

・コンソメスープの素  
小さじ1/3（1g）

・水… 70ml

・牛乳… 40ml

・バター…  
小さじ1/2（2g）

・みそ…

小さじ2/3（4g）

・パセリ… 1g

★作り方

①じゃがいも・にんじんは小さめ（1cm角程度）に切る。

鍋に野菜と水、コンソメスープの素を入れ野菜が柔らかくなるまで煮込む。

②野菜が柔らかくなったら牛乳とバターを入れて加熱する。

③みそを溶きいれ、仕上げにパセリを散らして完成。

（調理員）

川端 つぐみ





# 梅の木寮の

## スーパ―

### おばあちゃん

膳を皆さんと楽しく食べられ、いつもと違う雰囲気のご馳走を前に、眠気も吹っ飛び目がパッチリ開いた宮下さんでした。

祝！長寿  
敬老お祝い会

9月15日、生活者の健康と長寿を願って敬老お祝い会を行いました。当日は、節目を迎えられた方々がお祝いを受けられ、太鼓、綾東トコロも園の子どもたちからのメッセージビデオ、職員の出し物など、お祝い会は盛り上がりました。今回、梅の木寮で生活されている宮下栄一みやした 栄一かえりさんの101歳を記念して家族の会から植樹のお祝いをいただき、生活者の皆さんと一緒に植樹の様子を見て「ありがとう」と手を合わせられました。



宮下さんらしい生活  
するために

宮下さんは、在宅の時からいこいの村のサービスを利用しておられ、訪問介護や梅の木寮の短期入所も利用しておられました。そのため、梅の木寮でも、宮下さんのことを知っている職員は多くいます。



94歳まで、ご自宅一人で生活をされ、周りの心配をよそに一人で綾部市内まで外出されていたこともあったと聞いています。けれども徐々に一人で『安全で安心できる』生活が送れなくなり、グループホームに入所され、今年2月に梅の木寮に長期入所されました。

身体を思うように動かせなくなられたものの、自由に動きたいという宮下さんの気持ちを尊重して、廊下を這って移動されることもしばしば。

廊下の端から端まで這って移動され「私あそこから来たんですで…遠かったですで…」と誇らしげな笑みを浮かべられる宮下さん。途中でそのまま居眠りをされてしまう時もあります。

食事もおほとんどご自分で食べられ、食後は「めりがとう」と手を合わせて職員に感謝の気持ちを伝えてくださいます。

いなかにもあります  
お元気で

いつも101歳とは思えない常日頃の行いに外部から来られる方々は皆さん本当にビックリ！宮下さんの武勇伝は、まさに笑いと驚きに満ち溢れています。



宮下さんと関わらせていただく中で、人それぞれに人生の歴史があり、私たちはその方の人生の歴史のページと一緒に刻ませていただいているのだと感じています。

これからも、梅の木寮でも宮下さんらしく、お元気に安心できる生活が送れるように援助していきたいと思えます。

スーパ―おばあちゃん宮下さん、頑張って！

(梅の木寮 栗谷 和宏)

# 秋の遠足に行ってきました

「今度は一緒に行くいなー！」  
(行きましよう)

デイサービスでは、春と秋の年2回、遠足に行きます。

行き先は、遠足相談の時間を設け、利用者の皆さんと相談して、各曜日ごとに決めたいです。



「遠足相談」の1コマ  
「行きたいところに手挙げください！」

「どんな所に  
行きたいですか」

「海が見たいな」「あんまり歩きたないわ」「馳走をゆべりたい」など、いろいろな意見が出てきます。皆さんの思いをできるだけ多く叶えるために、職員も真剣に旅の行程を考えます。

相談を重ね、今年の秋の遠足は「丹波 篠山 お菓子の里」「舞鶴 赤レンガパーク」「美山 かやぶきの里」「大枝柿狩り」「伊根湾めぐり」と、曜日ごとにバラエティに富んだ行先を決めました。

中には「迷惑がかかる」「行けるだろうか」と心配をされる方もおられますが、歩行器を使われている方や、車いす



丹波篠山「おかしの里」にて

なりました。血圧・体温を計ってからいざ出発。車中でもウキウキわくわく、会話が弾みます。

みんなでおいしい昼食、きれいな景色を楽しんだ後はお土産選び。ご家族やご近所さんの顔を思い浮かべながら選ぶのも楽しみのひとつ。職員も一緒に楽しい時間を過ごしました。

いつものデイサービスで見るのとはまた違い、「いい顔」に出会えます。

「いい顔」してますねー

さて、遠足当日、お迎えの頃、皆さん「いい顔」も増しておいしゃわを待っていてお

「いいの村」デイサービスでは、遠足に限らず「こんなことしたい」できるか

な」という利用者の「思い」を応援します。そして、職員も一緒になって、楽しい思い出を増やしていきたい、笑顔の絶えないデイサービスでありたいと思っています。

(デイサービスセンター)

若村みさき

「ご利用者様より」遠足の感想

今日は楽しんで遠足に行き、大変な職員さんにお世話になり、私達は楽しんでいました。仕事とは違い、嫌な顔一つ見せずにお世話下さる姿には、心から頭が下がります。そして職員さん同士、とても仲がいい事は私達が感じていて、とても気持ちいいと誇りに思います。これからもどうぞ宜しくお願い申し上げます。デング料理もいつも満足しています。



# いこいの村まつり

# もぎこん 模擬店の様子

地域の方々



栗の木寮 ほのぼの喫茶



生活者の方も

当日は、25の模擬店の出店がありました。

いこいの村の生活者の皆様やそのご家族様、近隣のお店やホテル等、今まで以上に幅広くの皆様にご参加いただきました。



ご家族様も



## 元気に暮らす～今年も厳しい寒さの冬到来!～

寒くなると、身体を温めるエネルギー不足で血行が悪くなります。血行が悪くなると肩こり、頭痛、冷え症など様々な症状につながります。寒い時期も健康に元気に過ごしたいものです。

今回は食事で血行を良くする為の方法をお伝えします。ここ最近の調査では「動物性食品の量を減らして、豆類や緑黄色野菜を増やす」ことがとても有効であるとわかってきました。例えば、身体を温める食材として、しょうが・ネギ・にんにくなどがあります。血液をさらさらにする食材は、根菜類(こんにゃく・にんじん・山芋・れんこん)、玉ねぎ、食塩などです。「寒い地域で採れるもの」「硬く水分が少ないもの」「煮て食べるもの」と考えると良いでしょう。逆に「暖かい地域で採れるもの」「加工食品」「柔らかいもの」は体を冷やします。つまり、旬の食材を食べることで健康になるのですね。しっかりと食べて身体を温め、血行を良くしましょう。

(梅の木寮 医務課)

隅香織

# ◆後援会 ご入会・ご継続 あいがとうございました◆

7月1日～10月20日受付分（1000円以上 順不同）

大友 たけ子 様	綾部市	継続	川端 すみ子 様	綾部市十倉中町	継続
福井 澄江 様	綾部市	継続	川端 ヨシエ 様	綾部市十倉中町	継続
古和田 吉左衛門 様	綾部市	継続	北谷 美智子 様	綾部市十倉中町	継続
上崎 和子 様	綾部市	継続	渡邊 良子 様	綾部市十倉中町	継続
磯崎 いと 様	舞鶴市	継続	渡邊 逸朗 様	綾部市十倉中町	継続
奥田 初子 様	綾部市	継続	川端 三男 様	綾部市十倉名畑町	継続
阪田 ヒサ子 様	綾部市	継続	川端 寿美子 様	綾部市十倉名畑町	継続
森田 敏子 様	綾部市	継続	川端 桂子 様	綾部市十倉名畑町	継続
杉尾 マツエ 様	綾部市	継続	山口 淨美 様	綾部市十倉名畑町	継続
大田 ふさえ 様	綾部市	継続	渡邊 幸一 様	綾部市十倉名畑町	継続
横川 アサ子 様	綾部市	継続	松原 ゆかり 様	綾部市十倉名畑町	継続
山崎 フミ江 様	綾部市	継続	坂田 勇起 様	綾部市十倉名畑町	継続
前川 節 様	綾部市佃町	継続	下田 良介 様	綾部市十倉名畑町	継続
木下 晴彦 様	綾部市佃町	継続	馬田 一枝 様	綾部市十倉名畑町	継続
細井 守 様	綾部市佃町	継続	辻本 邦雄 様	綾部市十倉名畑町	継続
細井 鶴代 様	綾部市佃町	継続	辻本 ノリ子 様	綾部市十倉名畑町	継続
細井 やす子 様	綾部市佃町	継続	川端 喜代 様	綾部市十倉名畑町	継続
細井 寛二 様	綾部市佃町	継続	永本 一義 様	綾部市武吉町	継続
細井 偵 様	綾部市佃町	継続	田中 俊文 様	綾部市武吉町	継続
木下 檀夫 様	綾部市佃町	継続	久保 健治 様	綾部市武吉町	継続
島淵 大樹 様	綾部市佃町	継続	久保 洋治 様	綾部市武吉町	継続
片山 正行 様	綾部市佃町	継続	久保 豊 様	綾部市武吉町	継続
桑迫 三男 様	綾部市佃町	継続	四方 ミチ 様	綾部市武吉町	継続
桑迫 京子 様	綾部市佃町	継続	尾笹 秀夫 様	綾部市武吉町	継続
桑迫 早苗 様	綾部市佃町	継続	熊谷 順子 様	綾部市武吉町	継続
川端 亘 様	綾部市佃町	継続	坂田 照子 様	綾部市武吉町	継続
川端 京子 様	綾部市佃町	継続	永本 正勝 様	綾部市武吉町	継続
藤田 花枝 様	綾部市武吉町	継続	藤田 茂 様	綾部市武吉町	継続
藤田 信一 様	綾部市武吉町	継続	坂田 道江 様	綾部市武吉町	継続
坂田 徳夫 様	綾部市武吉町	継続	河原 太八 様	綾部市武吉町	継続
四方 三知夫 様	綾部市武吉町	継続	山口 綾美 様	綾部市志茂町	継続
吉田 喬雄 様	綾部市武吉町	継続	渡辺 邦子 様	綾部市志茂町	継続
四方 幸夫 様	綾部市武吉町	継続	渡辺 あやみ 様	綾部市志茂町	継続
坂田 強 様	綾部市武吉町	継続	山口 喜美子 様	綾部市志茂町	継続
山本 博文 様	綾部市武吉町	継続	和久 嘉子 様	綾部市志茂町	継続
吉田 マツエ 様	綾部市武吉町	継続	小松 広士 様	綾部市中町	継続
永本 宏昭 様	綾部市武吉町	継続	川端 康太 様	綾部市中町	継続
浦入 由里子 様	綾部市武吉町	継続	川端 省三 様	綾部市中町	継続
井上 信治 様	綾部市佃町	継続	渡辺 宏規 様	綾部市中町	継続
井上 繁野 様	綾部市佃町	継続	徳丸 節子 様	綾部市中町	継続
井上 成美 様	綾部市佃町	継続	大槻 三義 様	綾部市中町	継続
井上 昭憲 様	綾部市佃町	継続	渡辺 典生 様	綾部市中町	継続
木下 久子 様	綾部市佃町	継続	竹原 芳昌 様	綾部市中町	新規
重野 正佐男 様	綾部市佃町	継続			
澤田 千加代 様	綾部市佃町	継続			
澤田 津多枝 様	綾部市佃町	継続			
片山 嘉朗 様	綾部市佃町	継続			
重野 哲雄 様	綾部市佃町	継続			
井上 要 様	綾部市佃町	継続			
青井 経史 様	綾部市佃町	継続			
井上 裕之 様	綾部市佃町	継続			

◆「後援会 ご入会・ご継続」は、いこいの村で現金受付させていただいた方みの掲載です。現金振込み・自動引落の方は、京都聴言ニュースに掲載させていただいております。

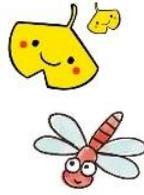


# 《いこいの村まつり2018へのご協力ありがとうございました!》

## ◆お心遣い

(順不同)

□上林地区自治会連合会 会長 川端 勇夫 様  
 中上林地区自治会連合会 会長 渡辺 弘造 様  
 綾部市身体障害者協会 会長 齊藤 信吾 様  
 綾東こども園 理事長 温井 嘉明 様  
 奥上林地区自治会連合会 会長 熊内 久志 様  
 山家地区自治会連合会 様  
 法人後援会□上林地区世話人会 代表 四方 三知夫 様  
 京都聴覚言語障害者の豊かな暮らしを築くネットワーク  
 委員長 高山 正紀 様  
 京都聴覚言語障害者の豊かな暮らしを築く  
 北部ネットワーク委員会 委員長 古高 雅明 様  
 綾部手話サークルあやとり 前田 道子 様  
 たかお商店 高雄 規彦 様  
 十倉名畑町自治会 様  
 福井石油株式会社 代表取締役 福井 清文 様  
 辻本新聞舗 辻本 邦雄 様  
 十倉向町自治会 様  
 京都府聴覚障害者協会京丹後支部長 宮下 富美子 様  
 両丹聴覚障害者協会 会長 古高 雅明 様  
 十倉中町自治会 様  
 綾部市老人クラブ連合会 理事 四方 英生 様  
 栗の木寮家族の会 代表 荒山 正治 様  
 京都府聴覚障害者協会福知山支部長 森 靖弘 様  
 京都府難聴者協会 会長 滝野 千里 様  
 高齢難聴サロン「月曜会」代表 滝野 千里 様  
 割烹わたなべ 渡辺 幸一 様  
 井根町自治会 様  
 武吉町自治会 様  
 忠町自治会 様  
 佃町自治会 様  
 綾部市消防団□上林分団 分団長 高橋 要一朗 様  
 角山商店 様  
 京都府聴覚障害者協会綾部支部長 野田 和博 様  
 社会福祉法人るんぴに苑 施設長 高橋 正記 様  
 株式会社莫設計同人 代表取締役 松村 正希 様  
 豊寿し 菱田 豊 様  
 綾部市要約筆記サークルみみずく 代表 福井 いずみ 様  
 社会福祉法人松寿苑 理事長 鹿子木 旦夫 様  
 大萬商事株式会社 代表取締役 帆風 一海 様  
 □上林地区民生児童委員協議会 様  
 綾部市民生児童委員協議会 会長 高橋 秀文 様  
 中上林地区民生児童委員協議会 会長 伯耆 裕美子 様  
 綾部市社会福祉協議会 会長 朝倉 正道 様  
 株式会社 古和田電機商会 様  
 京都・滋賀神農商業協同組合 様  
 前田 道子 様 中勢 克子 様 坂田 照子 様  
 中田 政義 様 石田 みさの 様 岩崎 忠和 様  
 山口 清臣 様 坂田 靖士 様 細木 京子 様  
 森 弘子 様 田中 英男 様 山内 利勝 様



## ◆ボランティア

(順不同)

渡辺 紀子 様	福井 いずみ 様
波多野 はる代 様	山下 志真枝 様
藤沢 三郎 様	鎌倉 とも子 様
西堂 正俊 様	大槻 和子 様
齊藤 八重子 様	岩崎 涼子 様
齊藤 早 様	柏原 東馬 様
田中 良子 様	前田 道子 様
西村 千鶴 様	伊藤 清美 様
田川 麗子 様	太田 由美 様
藤本 ひとみ 様	志賀 幸子 様
石川 正一 様	土佐 拓大 様
岩波 あゆみ 様	安村 値恵子 様
土井 茉美 様	堀川 美奈子 様
松井 やよい 様	河田 仁美 様
今井 優江 様	鳥山 美恵子 様
勝山 貴至 様	鳥山 恵司 様
林 孝子 様	井関 弥生 様
嶋崎 紀代子 様	和久 紀雄 様
永井 麻美 様	諏訪 実幸 様
高橋 雅人 様	岡山 朝香 様
瀬崎 紗奈子 様	長尾 季音 様
今井 久美子 様	櫻井 陽子 様
今井 みとめ 様	木村 ゆかり 様
堀口 俊幸 様	太田 治生 様
堀口 和未 様	滝野 千里 様
西田 雄二 様	新川 富子 様
佐堀 つぎ枝 様	伴場 彩 様
永井 結 様	岡田 心優 様
臼井 愛 様	森 靖弘 様
小谷 沙波 様	吉見 政義 様
西森 裕幸 様	古賀 舞子 様
西森 真喜 様	片岡 京子 様
古川 友恵 様	梅原 静代 様
吉澤 翔子 様	井上 弥優 様
古和田 智子 様	

