

平和の折り鶴に糸通し

九日市場D班 河村 清子

7月2日(火)、九日市場D班は、班会で折り鶴の糸通しをしました。一人100羽通し、5人の班員と事務局職員と合わせて600羽の糸通しをしました。

黙々と糸を通す人と、おしゃべりしながらできる人といいますが、おおむね全員うつつむいて手を動かします。見た目はそんなに楽しそうには見えませんが、楽しかったです。



手先を使う作業は、認知症の予防にもなるし、一石二鳥です。

「原水禁世界大会に向けて鶴を折ったことはあったけど、糸通しがあるなんて知らなかった」「世界大会には行けないけど、参加できたような気がします」と、感想が寄せられました。

折り鶴はいっぱいあっても、糸通しの要員が少なくて、世界大会に持って行けない折り鶴があるそうです。みなさんも、千羽鶴の糸通しにご協力ください。

医療制度と入院を学ぶ

稲穂班 香月 えりこ

班会で千秋病院地域連携室相談窓口の小島さんから、「医療制度が変わり、集中治療をする病院と回復治療をする病院に分業になり、回復病院の医師のやるが増えた」と聞きました。

現在は、救急治療が終わるとすぐにほかの病院を探さなければならぬ中、受け入れてくれる回復病院は大切どころだと思えました。そんな地域連携室という相談できるところがあると知りました。

たことは、安心につながりました。

私は、県外から来た母がいるので、「難しい困りごとがある」と話したところ、千秋病院の担当者から連絡をもらい、少し改善するさざしがみえました。話してよかったです。

また、このことがきっかけで、ケアマネージャーとつながり、デイサービスのお試しに義母が出来るなど、うれしいことがありました。

困ったときは、迷わず相談しましょう。千秋病院には、医療・介護など患者や家族の声をたくさん聴いてもらえるとうれしいです。

市民公開講座

ポールウォーキングで健康づくり



6月22日(土)、天気心配される中、ギリギリ曇りで「ポールウォーキング講座」を7名の参加で開催できました。先月は青木川を西に歩いたので、今月は東に向かいました。目標は千秋町天摩にある阿具麻神社までの、往復約2・5kmのコースです。

歩くのが速い人も遅い人もいますが、川の中のカメを発見したり、道端の花を愛でたり、おしゃべりしながら歩きました。途中、たいした休憩もありませんでしたが、全員が完歩できました。

次はどこに行きましょうか？

活動広がる新企画

一宮・西成地区でモルック体験会

6月17日(月)、一宮市の西成地区で「お好み焼きカフェ STAGE」の駐車場を借りて、モルック体験会を行いました。

参加者からは「とても一人ではこの距離は歩けないわ」という声もあり、みんな歩くことの効果も確認できました。

ポールウォーキング講座は、夏の間は熱中症の危険があるため、お休みです。次回は10月開催を予定しています。

当日の天気は、晴れたり曇ったり真夏日。7名の参加者は大汗をかきながらも、楽しい歓声を上げていました。みなさんルールがわかってくと、ただ投げるだけでなく、策を考えるようになり、このゲームの奥深さが分かりました。

今後は猛暑が予測されるので、しばらくはお休みして、秋の再開を約束しました。

2024年原水爆禁止世界大会 in 広島

代表派遣報告会のお知らせ

【日時】

8月21日(水) 17:15~18:15

【場所】

リハビリテーションエントランス

【内容】

- 北島院長あいさつ
- 原水爆禁止2024年世界大会報告
- カンパ・折り鶴報告 など

みんなで報告を聞こう!!

班会・行事予定 2024年8月16日~9月15日

7月23日現在

日付(曜日)	開始時間	班名(内容等)	会場
〈8月〉			
17日(土)	14:00	西御堂班(ロコモ度チェック、健康自己チェック)	デイサービスまったり
19日(月)	13:30	新しいびみ班(アドバンスケアプランニング、健康自己チェック)	新しいびみ集会所
	14:00	下本町・神野班(脳トレ、認知症予防体操、健康自己チェック)	岩倉ホーム
20日(火)	13:00	虹の会班(折り鶴、簡易血管年齢測定、健康自己チェック)	友の会事務所
	14:30	めだかの学校班(脳トレ)	ケアハウス地域交流スペース
	15:30	盆踊り練習会	特養ちあき第二
24日(土)	9:30	江南年金者班(健康自己チェック)	老人福祉センター
26日(月)	10:00	年金一宮班(署名)	千秋病院エントランス
27日(火)	14:00	江南団地 藤班(健康自己チェック)	江南団地第2集会所
28日(水)	9:00	パソコンサークル(パソコン教室)	友の会事務所
30日(金)	14:00	いなざわ歩こう会(ウォーキング)	長良川
		大里班(歌う会、健康自己チェック)	木村さん宅
〈9月〉			
2日(月)	13:00	カサブランカ班(脳トレ、健康自己チェック)	石田さん宅
4日(水)	14:00	どっこいしょ班(ポッチャ)	特養ちあき第二
5日(木)	10:00	稲穂班(ポッチャ、健康自己チェック)	下津市民センター
6日(金)	10:00	稲沢西班(ポッチャ、健康予防体操、健康自己チェック)	稲沢市民センター
7日(土)	10:00	南野本郷班(ウォーキング、カフェトーク、健康自己チェック)	青山さん宅
9日(月)	10:00	ニコニコ会班(認知症予防体操(コグニサイズ))	特養ちあき第二
	10:00	ねぎぼうず班(肩こり・腰痛・膝痛の話、健康自己チェック)	青山さん宅
	10:00	八剣班(笑いヨガC、健康自己チェック)	丹羽さん宅
	13:30	サンシュユの会班(ポッチャ、健康自己チェック)	大和公民館
10日(火)	13:30	加納馬場班(認知症予防の話、健康自己チェック)	柴田さん宅
	14:00	九日市場D班(脳トレ、健康自己チェック)	妙法寺
11日(水)	9:00	パソコンサークル(パソコン教室)	友の会事務所
	11:30	わかば班(誤嚥を防ぐには、健康自己チェック)	友の会事務所
	13:30	高屋班(ポッチャ)	永正寺 茶所
	14:00	犬山健康友の会班(ポッチャ、健康自己チェック)	長者町会館
	19:00	下町班(ゴムチューブ体操、健康自己チェック)	徳行寺
12日(木)	13:30	元気あつぷ教室班(健康自己チェック)	岩倉ホーム
	10:00	江南団地班(ふれあい昼食会、健康自己チェック)	江南団地集会所
13日(金)	13:30	江南団地 なごみ班(コグニサイズ、健康自己チェック)	江南団地なごみ集会場

友の会ニュースを地域の隅々まで

配達先で聞いた

うれしい言葉

北名古屋支部 芳井 敦子

ニュースの配達をしていただきます。会員さんから伺った話を紹介します。

「もう20年ぐらい前のことですが、夫の母は自宅から近い病院へ2か所入院したが褥瘡(床ずれ)になり、皮膚がえぐれて本当にひどい状態でした。床ずれで3~4年苦しめ、症状は悪くなるばかりでした。

床ずれを治すために、5か所の病院を紹介していただきました。そこで千秋病院へ入院することになりました。あんなにひどい状態だった床ずれがみるみるうちに良くなり、驚くほどきれいになりました。

友の会ニュース

配達者を募集中

健康で長生きする秘訣は、運動や人と交流すること。フレイル(虚弱)や認知症の予防につながります。友の会ニュースの配達を始めてみませんか？

お問い合わせ 友の会事務局
☎0586(76)8312