

# 純心だより

5月

爽やかな5月になりました。桜もツツジも終わり、薔薇、藤が満開です。また岡山には薔薇、藤の素晴らしいところがたくさんありますね。たまたまそんなところに行つた時はとても幸せです。ご利用者の皆様も各施設薔薇が満開ですのじつかりお楽しみください。ついでに5月の薫風が肌に気持ちよさを運んでくれると思います。

私は香川県の田んぼのなかに住んでいます。が近所ではジャガイモやさつまいもの葉っぱが勢よく育ち、畦道にはよもぎやいたずりが繁殖しています。昔なら今頃は田植えの真っ最中のはずですが、休耕地の多いこと、10年後にはこのあたりは立派な山林か竹林になつてしまふのではないかと心配です。空海が生まれて二二五一年ですからおそらく何千年も前から農作が行われた土地だと思えますが、悲しいかぎりです。

かわつて岡山では私達の施設は調整区域にもかかわらず田んぼが少しずつお店や住宅に変わつていきます。調整区域のないオールフリーの香川県では高松市以外の市町村がほとんど過疎化して淋しい限りですが、岡山市周辺はまだまだ希望が持てます。これが島国と幹線道路や新幹線が通る街との差なんではないでしょうか？島国に生まれ40歳になるまであの瀬戸内海を何百回も船で往復し、橋がついて栄えると思いきや最近はどうも過疎化です。どうしようもない淋しさに襲われます。

でも私は岡山でも仕事をさせてもらい岡山の仲間達と希望も持てて幸せです。これからも過疎化する田舎のお年寄りに淋しい思いや辛い思いをさせることが無いよう、精一杯知恵をしぼり、また香川から見れば都会の皆様方には、少しでも快適、できるだけ不自由さを感じさせないサービスを提供して行きたいと思えますのでどうぞ皆様、ご

家族様のご協力をよろしくお願いいたします。

前田計子

## きらめきカフェ開催！

4月16日(火) 榎津のケアハウスさえずりにてきらめきカフェを開催しました。きらめきカフェはおかやまオレンジカフェ(認知症カフェ)のことです。オレンジカフェ(認知症カフェ)と言いますが、認知症が心配な方や認知症の家族がいないと参加できないわけではなく、地域の皆様の健康づくりや交流を目的として始めました。ほんの少し、認知症や健康、介護について学んでいただき、地域の方と交流していただく、気軽に立ち寄れる場所を目指して参ります。

第1回の講師は、北区北地域包括支援センターの認知症初期集中支援チームの方と地区担当の方に「認知症について」「包括支援センターについて」の講座をしていただきました。また、岡山純心会より理学療法士が「認知症予防脳トレ体操」を実施。どうしてその動きが必要なのかの説明を聞きながら体を動かしました。この体操は毎回行っていく予定です。

初回にも関わらず、35名もの地域の方々にお集まりいただき、ありがとうございました。これからも楽しく過ごせる場所を目指して活動していきます。

次回は6月18日(火)に開催します。①施設について②健康チェック③脳トレ体操を榎津のケアハウスさえずり里で13時30分〜行います。当日参加もOKです。皆様のご参加をお待ちしております。



楽しく 正しく 理解を深めよう

出入り自由!

### きらめきカフェ in 榎津

誰でも気軽に

毎月第三火曜日

13:30 ~ 15:30

場 所 ケアハウス さえずり  
岡山市北区榎津429-1

参加費 100円

086-284-1276

きらめきクリニックデイケアセンターのご紹介

きらめきクリニックデイケアセンターは、身体機能や認知機能の改善など、リハビリや医療的ケアに力を入れている通所リハビリテーション事業所です。

岡山市北区下伊福(吉備線三門駅徒歩10分)にあり、19床の入院病棟を持つきらめきクリニック(有床診療所)に併設されていることが特徴です。きらめきクリニックをかかりつけ医とされている利用者様も多く、日常の健康管理と合わせてリハビリを中心に入浴サービス、お食事の提供、認知症の進行抑制のための脳トレ、レクリエーションなどを提供しています。

きらめきクリニックには理学療法士2名、作業療法士1名が在籍し、医師の指示のもと利用者様に合わせた1対1の個別リハビリを多く行っています。その他にも皆さん揃って棒やゴムバンドを使って体を動かす集団リハビリにも力を入れています。クリニック併設の強みとして、関節や筋肉の痛みを和らげる「干涉低周波治療器」、水流で全身をほぐす「ウォーターベッド」、空気圧を利用した波動型医療用下肢マッサージ器「メドマー」、



パワーストーンを介して全身を温める「岩盤浴温熱器」などもお使いいただけます。

純心会グループ全体で取り組んでいる季節感あふれる行事も積極的に取り入れています。5月は鯉のぼりのお飾りを皆さんと作りました。毎月行われる和菓子処「清風庵」の和菓子をおやつにお出しする和菓子の日も大好評で、お抹茶を立てながら、「今日はどんな和菓子が食べられるん？」と皆さん楽しみにしてくださっています。

きらめきクリニックデイケアセンターでは看護師1名、介護職員5名で利用者様が可能な限り自宅で自立した日常生活を送ることができるよう、心身機能の維持、家族の介護の負担軽減などを目的として頑張っています。お近くに普段の健康管理や、関節の痛み、物忘れなどを気にされている方がいらっしやいましたら、お気軽にご相談ください。見学も随時受け付けています。ぜひ一度おいで下さい。

岡山純心会 五月の予定とお知らせ

- 和菓子の日 一日 全施設
- お花まつり 十五日 通所リハビリ他
- 誕生日会 十七日 全施設



「岩盤浴温熱器」



「メドマー」



「ウォーターベッド」



「干涉低周波治療器」