



生きる力を豊かにたくましく あいほうぶだより

あいほうぶ祭り

NO. 274 発行責任者 仁木 悟



1度に複数個すくおうとする人など個性が出ていました。おもちゃ釣りでは、釣ったおもちゃをさっそく身に着けたり、みんなに見せて喜ぶ人もいて大盛況でした。

昼食は、屋台メニュー!! 事前に食べたいものを選んだので、皆大満足!! また、「アリスの家」のソフトクリームの出張販売、「マーコールカフェ」のスイーツ、そして給食部のおにぎりも大好評でした。

今年で23回目の祭です。今回は日中開催で、生活介護サービスの利用者のみでの開催でした。

午前の部は今までの「あいほうぶ祭」の縁日の様な雰囲気味わえるゲームコーナーを楽しみました。輪投げでは二つ同時に投げる人もいて、二つとも入ってびっくり。スマートボールでは、5球ともすべて入る人が多数いて、「すごい」と拍手が鳴り響きました。スーパーボールすくいでは、破れても頑張る人(笑)、

午後からは「ハロー!! 福祉」さんのコンサートでした。一緒に歌う曲をみんなで練習していたのでどの曲も盛り上がりしました。コンサートでは参加者全員鳴り物を持参し、中には手作りした楽



ゲームコーナーでハッスル!!

器を持ってくる人もいました。また、前に出て一緒に踊る人もいました。今回は、利用者自治会「星の会」会長の井上さんがみんなの前で「与作」を歌いたいとの事で一人前に出てしっかりとした声で「ヘイヘイホー」「トントントン」と歌い、盛大な拍手をもらっていました。家族の方も一緒に歌って、とても賑やかで感動的なコンサートになりました。心に残る「あいほうぶ祭」となりました。

藤白台地区福祉委員会からの

お知らせ ミニコンサート開催 11月8日(土)

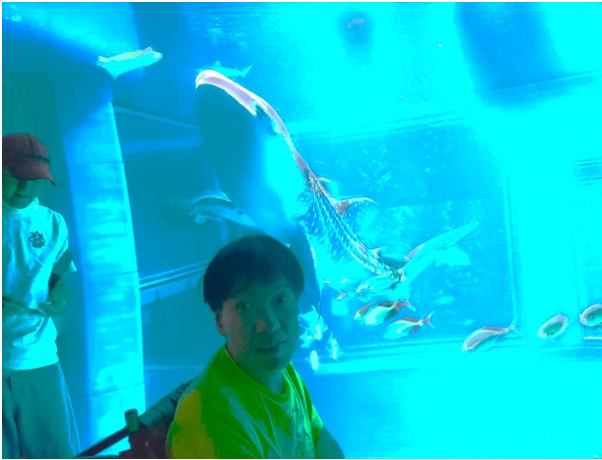
1987年にドイツで開発されたヘルマンハーブが加わって、パワーアップした「トッティミニコンサート」を、11月8日(土)の13時半から、あいほうぶ 多目的室で開催します。

懐かしい曲や最近の曲まで、素敵な音色に耳を傾けたり歌ったり。一緒に音楽を楽しみましょう。どなたでもご参加頂けます。お気軽にお越し下さい。



みんなで一緒に歌うのは楽しい!!

沢山の魚たちと戯れて



大きいジンベイザメにビックリ!!



ジャングルにはカワウソがいました

9月4日(木)、今回のピース班所外活動は「海遊館」です。まずはレストランにてランチを食べ、海遊館へ移動しました。関西万博の影響か、人はかなり多かったのですが、色々な魚や動物たちをゆっくりと見る事ができました。ジンベイザメ2匹はやはり迫力がありました！帰りにソフトクリームやドリンクを購入した人もいて、満喫しました！



かわいい魚たちに囲まれてニッコリ

ショッピング&スカイパーク 所外活動報告



9月中旬にアイビー班が2グループに分かれて、久しぶりの外出でイオンモール伊丹とスカイパークへ行きました。

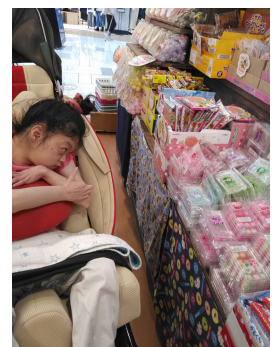
イオンモール伊丹ではショッピングや店内を散策しました。色とりどりの空間に思わず笑みがこぼれていました。

次に、スカイパークへ行きました。スカイパークでは伊丹空港が一望でき、迫力満点の飛行機が目の前で飛ぶ様子を見ることができ、利用者の皆さんは大きな音が聞こえると少し不思議そうな表情をし、飛行機が見えるとイメージが持てたようで笑みがこぼれる人もいて、皆さん楽しんでいました。また、秋の魅力満載の所外活動が楽しみです。



気持ちよく晴れ渡った空の下で
(上)

やっぱりショッピングが楽しい!!
(右)



小高さんと一緒に考えよう

今、小高さんは永井隆さんの著書の「長崎の鐘」を熟読しています。そこには原爆を投下された直後の様子が描かれています。今回は、その一部を抜粋し、感じた事などをみなさんと共有したいと思います。



原爆が昭和20年8月9日に長崎に投下された時、爆心地からわずか700メートルの所にある長崎医科大学に彼は居ました。木造建てだった基礎医学教室は、一瞬にして吹き飛ばされたそうですが、彼がいた臨床医学教室はコンクリート建てであったために、なんとか彼も生存者の1人になりました。

「爆撃直後の情景」として、その時の様子が描かれているのですが、色々な表現を使って、その時の様子を伝えて下さっています。しかし、「筆舌に尽くしがたい」とはこの事で、経験をした事がない私達にとっては、文面からその様子

を想像するのは限界があり、「想像を絶する世界」という言葉が当てはまります。また、彼自身も、表現しきれていない事が沢山あるに違いありません。

「昭和20年8月9日の太陽が、いつもの通り平凡に金毘羅山から顔を出し、浦上は最後の朝を迎えたのである」という書き出しから始まるこの本は、瓦礫の中から見つかった浦上天主堂の鐘を象徴に、人々が再び立ち上がる姿と、祈りの力を描いた作品として広く知られています。

ただ、この希望を伝えるはずの本の最初の書き出しに「最後の朝」という言葉がある事が象徴的で、どのような希望を抱いたとしても、取り戻せないものがある事を感じさせられます。

小高さんはヘレン・ケラーの「素晴らしく、美しいものは、目で見たり手で触れたりする事はできません。それは心で感じなければならないのです。」という言葉思い出しました。その時の悲惨な様子は想像することは難しいのですが、被害にあわれた方のその時の絶望感はしっかりと感じとり、美しいものとはかけ離れ、正反対ですが、「未来につなげたい」との事です。

長引く残暑にご注意を！！

今年の夏の全国の平均気温は平年より2度以上高く、統計が始まった1898年以降最も暑かったそうです。暦の上では秋を迎え、少しずつ気温は下がって来てはいるものの、まだまだ暑い日はありそうです。長引く残暑で体調がすぐれない方も多いのではないのでしょうか？

疲れが取れない、寝苦しくて睡眠の質が低下したり、食欲が低下するなどの「残暑バテ」は夏の疲れが続いていることや、自律神経の乱れなどが原因と言われています。とはいえ涼しくなるまであと少しです。体調を整えて暑さを乗り切りましょう。

体調を整えるには「食事」「睡眠」「運動」の生活習慣が大切になってきます。エネルギー源となる「糖質」、身体を作る土台となる「タンパク

質」、取り入れた栄養素の代謝に不可欠な「ビタミンB群」、骨や皮膚などの組織を健康に保ち免疫力の向上に必要な「ビタミンC」など疲労回復に必要な栄養素を含む食事を取り入れてください。暑さで寝苦しく睡眠の質が低下している場合は、冷房を上手に活用して快適な環境で十分な睡眠をとって下さい。

また、自律神経のバランスを整えるのに役立つ運動を心がけてください。とはいえ屋外での運動は熱中症のリスクがあるので室内でできるストレッチやラジオ体操、階段昇降など無理のない運動を取り入れてみてはいかがでしょうか？そして忘れてはいけない水分補給！暑さを乗り切ったら秋の味覚が待っています。何をたべようか？今からとっても楽しみです。



看護部より

プール・介助浴室を開放しています

土曜日、日曜日はあいほうぶ吹田の温水プールと介助浴室を一般の方に開放しています。

プールや入浴は、リハビリにも効果的です。ぜひご利用ください。

●利用できる方：吹田市内にお住まいで、障がい者手帳をお持ちの18歳以上の方とその介助者。

プールは18歳未満の方も利用できますが、18歳以上の介助者の同伴が必要です。

●利用時間：10時～16時

注意事項 プール利用について

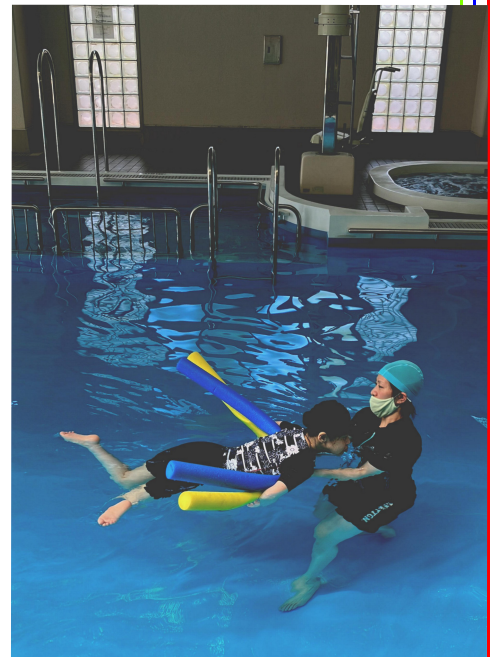
- ・混雑を避ける為に定員を設けています。
- ・スイミングキャップが必要です。
- ・受付で障がい者手帳を提示し、手続きをしてください。
- ・観覧者はマスクをして、廊下からご覧ください。
- ・採暖室と更衣室(シャワー室を含む)の利用は原則1組に限ります。

介助浴室利用について

・介助浴室の利用は、予約制で、原則前日の17時までには申し込みが必要です。

・原則1時間に1組。

*ボディソープ、シャンプーはご持参ください。



多目的ホール・会議室等 利用できます

(土・日曜日 9時～17時)

障がい者団体あるいはその支援団体、ボランティア団体などの活動の場、交流の場として利用できます。(事前登録が必要)

編集後記

八月に子供が生まれ、ただいま育児に奮闘中です。上のふたりの子どもたちも可愛がってくれ、競うようにオムツを替えてくれています。「オムツはまだ替えなくて大丈夫だよ」と言うと、凄く残念そうにし、それでも何かしてあげたいと歌ったり、踊ったり。新しい命の誕生に家族も今まで以上に賑やかになっています。

子供の可愛い顔を見ると幸せな気持ちが沸き上がってきます。

妻は、この子はこちらから招きいれたというよりは、自分からやって来た、何か理由があったうちに来てくれたんやろうなあ、とよく言います。家族みんなの毎日の笑顔を見ているとなんだか分かるような気がしています。

A



吹田市立障害者支援交流センター あいほうぶ吹田

(吹田市指定管理者 社会福祉法人 さつき福祉会)

吹田市千里万博公園12-27

生活介護事業 06-6816-6895 短期入所事業 06-6816-6897

メール ihope@satsukifukushikai.com ファックス 06-6816-6898

ホームページ <http://satuki-fuku.sakura.ne.jp/ihope/index.htm>