

おれんじの屋根

施設長より「生活の潤いや喜び、楽しみも大切にしたい」

私たちはこの1年半、「不要不急の外出は控えましょう」「買物は必要な物を短時間に」「県外への移動は……」などの呼びかけのもと、感染防止に努めてきました。そういった自粛生活により、過去最大の感染拡大となる今回の第5波もどうにか沈静化してきました。

一方で、私たちの生活や生活スタイルは、必要なことや必要な用件だけを済まし、出かけて……と必要最小限のものだけに狭められつつあります。感染対策のためにはもちろん仕方ないものの、果たしてこのままでよいのだろうかという思いも出てきます。

中には、これまでのあり方が見直されるものもあるようです。例えば結婚式の披露宴。年々、より派手に豪華になり、当然費用も上昇していましたが、昨今のコロナ禍で、式や披露宴自体をしない人も増えてきているとか。それがいいかどうかは別にしても、いろいろなことを、一回立ち止まって本当に必要なのか、どこまでが 필요한のかを考えるにはいい機会なのかも知れません。

しかし、私たちの生活が、本当に必要なものだけになると、何とも味気ないものになってしまいそうです。例えば、ドライブや旅行、観光、飲み会、あるいは街をぶらぶらするなど。“どうしても必要か”と言われるとそうでもない、そうでもないけれど、あった方がいい。必要がなくても、ムダであっても、そこに何らかの意味や意義がある、そんなものもたくさんあるはず。これらは、人が“豊か”に生きていく上でとても大切な生活の潤いや喜び、楽しみとなるものでしょう。コロナ禍により、こういったものを我慢したりどんどん切り捨てざるを得ない状況が続いています。果たしてこれでよいのか？

しょうぶの里の利用者さんの生活もちろん同様です。入所の生活だからこそ、利用者さんの生活を“豊かな”ものにしたいと願っていますが、それもままならない状況が続いています。人ごみの中に出かけることが難しいので、9月頃から、グループに分かれて、テイクアウトランチに出かけています。店内での会食は無理でも、お店に出かけて、好きなものを自分で選んで、外（公園など）やしょうぶの里でいただく。ところが、ちょうどデルタ株による第5派の感染拡大期で、利用者さんは店舗に入ることすらできずに車の中で待ち、事前にチラシなどを見て選んだものを職員が買いに行くといった残念な対応となっています。

早く自由に出かけたい、好きなことをしてみたい、そんな思いを利用者さんたちは一様に持っておられることと思います。10月16日（金）、熊本県の新型コロナウイルスの感染のリスクレベルもようやく3（警報）に下がったので、コロナ禍で1年間できていなかった利用者さんとの「自由の旅」を復活させて、お出かけをしてみようかと思っているところです。



遊ぶ 書き遊ぶ

「気象病」

ゆうゆう会会長の瀬上です。コロナ第6波をとっても心配しています。

季節の変わり目などに体調不良・だるさ・頭痛・めまいに悩まされて病院に行き、ストレスとか自律神経失調症と診断され、薬を飲んでも一向に改善されず、次々と病院や薬を変える人も多かったそうで、私もその一人でした。

近年やっとその原因が明らかにされました。気圧の変化です。低気圧や台風が近づき、内耳がうまく対応できないと自律神経を乱す場合があります。その時の対処法は耳を引っ張ったり回すことで改善するそうです。

また、低気圧により体内圧と外気圧のバランスが崩れると体が膨らみ血管が神経を圧迫して痛みを誘発します。頭痛や古傷の痛みはこのせいです。

何もしていないのに頭が重くなったり気分が悪くなったら一度新聞のお天気欄を見てみましょう。明日か明後日に雨マークがあったら……これです。



芸術の秋 到来

作品展のご紹介

2年ぶりに「希望荘作品展」が《アートで心をカラフルに》と題して、11月1日(月)～11月29日(月)の期間開催されます。
しょうぶの里からも多数の作品を出展しています。ぜひご覧いただき、芸術の秋を満喫してください。



団体作品の制作中の利用者の皆さんの
迫力満点の作品ができました！
一見の価値ありです！



うとん交流館 船場 蔵屋敷



熊本県宇土市石小路町113
電話 (0964) 27-4530

今回、初めての会場での作品展です。
職員がたまたま立ち寄ったお店で作品展の募集の案内を見て実現しました。
展示期間は11月1日～11月30日です。
おいしいお食事を楽しみながら作品をご覧ください。

《営業時間》

ランチ : 午前11時30分～午後2時30分
ディナー : 午後5時～午後10時

《休館》

毎週木曜日
イベント等で貸し切りになる場合あり



給食室より

11月 イベントメニュー

11月 5日 誕生会

11月 5日 リクエストメニュー(昼食)

11月 19日 リクエストメニュー(昼食)

読書の秋 スポーツの秋 そして食欲の秋

残暑が終わり、やっと秋らしい気候になってまいりました。買い物に行くとさんま、きのこ、根菜類、果物など秋の食材が目にとまり、いろいろと食べてみたくなります。
また新米が出始めるとご飯がおいしくてますます食欲がわきます。
しょうぶの里でも秋の味覚を楽しんでいただいています。

栄養士 齋藤憲子

医務室より

インフルエンザについて

今年もインフルエンザ予防接種を、池田内科医院の往診により、令和3年11月4日(木)にしょうぶの里にて行います。
新型コロナウイルス感染症の流行により、昨年のインフルエンザの罹患者数は通年の1000分の1だったということですが、
ところが「今季はインフルエンザが大流行を起す可能性がある」と日本感染症学会は予測しています。
その理由として、
①昨年、インフルエンザの罹患者が激減し、集団免疫ができてない。
②国境を越えた往来が再開すれば、外国からのウイルス感染が広がる可能性がある。
ということです。
新型コロナウイルス感染症の第6波との同時流行も懸念されています。
私たちにできることは、今までしてきた感染症予防対策のより一層の徹底です。うがい、手洗い、咳エチケット、マスク着用、手指消毒などなど、これまで以上に気を引き締めて取り組んでいきたいと思っております。



《11月の行事予定》

- ☆ 1日(月) 職員会議、給食委員会 訪問散髪
- ☆ 2日(火) テイクアウトランチ
- ☆ 4日(木) 訪問歯科
インフルエンザ予防接種(利用者)
- ☆ 5日(金) 誕生会
- ☆ 9日(火) テイクアウトランチ
- ☆ 11日(木) 訪問歯科
- ☆ 13日(土) 育成会職員全体研修会
- ☆ 16日(火) テイクアウトランチ
- ☆ 18日(木) 訪問歯科
- ☆ 25日(木) 秋のバクニック
(施設内7w7sがけのため)

※予定ですので変更になることがあります。ご了承ください。

～編集後記～

最近新型コロナウイルス感染症の感染者数も落ち着いてきているのか、減少傾向にあります。
しょうぶの里でも短期入所、日中一時支援のご利用を再開しました。ワクチン接種済とか、体調チェック票の記入とか、いろいろな制限を設けての再開となりましたが、ありがたいことにすぐにご利用の予約の連絡を多数いただいています。これまで皆様にご利用をおかけしていたのだからと改めて思いました。
時期的に今度はインフルエンザの流行も危惧されますが、これまで通り自分ができる最大の感染症予防対策をしていくほかないかと考えています。
そしてそろそろ大好きな旅行の計画も始めてもいいのかなと・・・
(*´∩`*)

～～第54号～～

令和3年10月25日発行
発行元 しょうぶの里
熊本市西区小島9丁目14-58
TEL (096) 311-4588

