

ふれあい

西北・岩屋ふれあいセンターだより 令和5年2月 第198号
〒852-8051 長崎市西北町13番13号 Tel.843-7109

運営委員会発行

デイ・サービスで感じたこと

私は足・腰痛のため「介護1」で毎週3日間、デイ・サービスに通っている。他の患者さんを見て私が一番軽いことを知り、ホッとすると同時に「自分はまだ恵まれている、これくらいの痛さは問題外だ」と安心して帰宅している。

患者さんの中には、①車イスの人 ②腰が90度に曲がったままの人 ③直立不動の姿勢で歩く人(背骨が曲がらない) ④いつもイビキをかいて寝ている人 ⑤満足に言葉が出ない人 ⑥両耳が聞こえない人等々、ほとんどの人が看護師さんの手をかりなければ歩けない人。私のように杖だけあれば自分の足で歩ける人は少ない。こんな苦しみをしながら、人間はなぜ生き続けるのでしょうか。病院通いが仕事のようにしてまで――。

「人生は寿命があるからこそ素晴らしい。限られた時間をいかに過ごすかが大事」「生きることは死ぬこと。あるがままの自分を受け入れ『すべては学びである』と知る」
(東京大学医学部、矢作直樹教授)

人間はオギャーと生まれた時から死に向かって生きている。でも「何のために死ぬのか」ではなく「何のために生きて行くのか」が問題である。私たち高齢者の上、病気持ちで一人では生きてゆけない者は、何のために生きればいいのか。「人生は生きた年数で判断されるべきものではない。死から逃げない、目をそらさない」と教授が言われるように、残された人生を有難く思い、自分の楽しみを見つけ、一日一日を大事に生きることが「生きがい」ではないでしょうか。小さなことでもよい、余生の楽しみを見つけて生きましょう。

「おいしいものを食べたい」でもよい。上記のグーグー寝ている患者さんがそうです。昼食の時は大変おいしそうに夢中で食べ、他の人より早く食べ終わり、また寝ている。つまり、「生きる喜び」はどこにでも転がっている。皆さん、喜びをさがしましょう。

広報部 田川 悟

医療法人 順成堂 (旧 宮田医院)

古川宮田 整形外科内科クリニック

整形外科・スポーツ整形

内科・リハビリテーション科

長崎市中園町22-10 (赤迫電停そば)

Tel. 095-846-0022

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:00~12:00	○	○	○	○	○	○
14:00~18:00	○	○	○	休	○	休

2月の行事予定

- 1日(水) すこやか運動教室 14:30~16:00
15日(火) すこやか運動教室 14:30~16:00
21日(水) お遊び教室 10:00~11:30



R4・12・17

アウトリーチコンサート

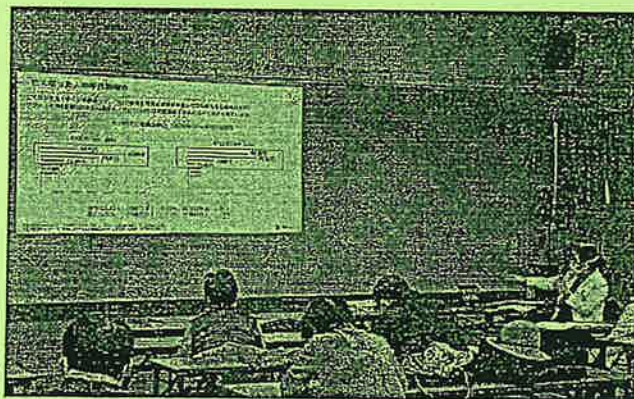
フルート・ピアノ演奏

R5・1・11

コロナ禍で元気に生きる

正しく知ろう!

新型コロナウイルス感染症について



介護老人保健施設にしきの里は、お一人お一人の身体の状態と、利用者のご家族の要望に沿ったケアプランをもとに、在宅生活の支援と在宅復帰のためのお手伝いを通して、地域に根ざした施設を目指しています。

介護老人保健施設 にしきの里 (認知症専門棟あり)

TEL 845-2133

長崎市委託事業 すこやか運動教室実施中 (65歳以上であればどなたでも参加できます)

西北・岩屋ふれあいセンター第1研修室

第1・3水曜日 14:30~16:00

上の句

*下の句は何番でしようか

下の句

②⑤ 高砂の 尾上の桜 咲きにけり

①はげしかれとは 祈らぬものを

源俊頼朝臣

藤原忠通

②⑥ 憂かりける 人をはつせの 山おろしよ

②雲ゐにまがふ 沖つ白波

崇徳院

②⑦ 契りおきし させもが露を 命にて

③われても末に 逢はむとぞ思ふ

藤原基俊

②⑧ わたの原 漕ぎ出でて見れば ひさかたの

④あはれ今年の 秋もいぬめり

源兼昌

②⑨ 瀬を早み 岩にせかるる 滝川の

⑤幾夜ねざめぬ 須磨の関守

権中納言匡房

③⑩ 淡路島 かよふ千鳥の 鳴く声に

⑥外山の霞 立たずもあらなむ

(答) ②⑤-⑥ ②⑥-① ②⑦-④ ②⑧-② ②⑨-③ ③⑩-⑤

中川外科医院

院長 中川元治

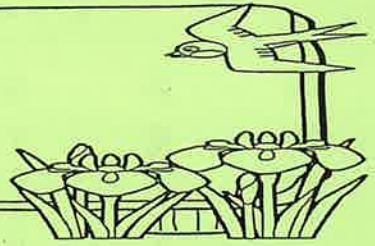
長崎市岩屋町 20-25

駐車場有

TEL. 長崎 (095) **856-3320**



雑学



「一」で始まる漢字

いっふう
1-□^一変わっている

いちがん
3-□^一となって戦う

ひたすら
5-□^一祈った

ひとひら
7-□^一の雪

いっぶく
2-□^一の清涼剤

いっかん
4-□^一の終わり

いちごいちえ
6-□^一一会

「出」で始まる漢字

しゅつけ
8 出□^一して僧侶になる

しゅつてん
10 出□^一の本を示す

しゅつしょう
12 出□^一届

でまか
9 出□^一せを言う

でぞ
11 出□^一め式

いづも
13 出□^一大社

「素」で始まる漢字

すがお
14 素□^一を見せない

そこう
16 素□^一を調査する

しろうと
18 素□^一には負けない

そしよく
15 素□^一で生活する

すなお
17 素□^一な性格

すめん
19 素□^一の状態^一で話す

(答) 「一」 ①-風 ②-服 ③-丸 ④-巻 ⑤-向 ⑥-期 ⑦-片

「出」 ⑧-家 ⑨-任 ⑩-典 ⑪-初 ⑫-生 ⑬-雲

「素」 ⑭-顔 ⑮-食 ⑯-行 ⑰-直 ⑱-人 ⑲-面