

支部だより

友の家「きりぎりし」2周年をむかえて ミーデーの日にお祝い

高石中央・北支部

2014年5月7日耳原
高石診療所近くに高石中央
・北支部で、マンシヨンの
一室をお借りして開所。最
初は「誰か来て欲しいな」
「何かしたいね」と。
「書道(硬筆)」を指導し
てくださる方のもと数人が



カレーを食べながらの楽しい交流

ら始まり、今では3部屋い
っぱいです。麻雀も今では
初級クラスが月2回、ベテ
ランは3卓目募集中です。
毎年ミーデーはお祝いの日
に。今年は前日に世話人3
人で大鍋いっぱいのカレー
を作りました。当日11時に
は「ただいま、いいにおい
やね」「食べる前に骨密度
測ってね」「乳製品もおじ
やこも食べてるよ」と測っ
てからカレーを食べ、賑や
かなおしゃべりの声。コー
ヒーを飲みながら、身体・
ニュース・教育と話は尽き
ません。また、新しい人同
士と思ったり、コーラスで
ご一緒とのこと。高石につ
ては大きき強く結ばれてい
くのでしょね。

そのあと高倉健主演の映
画「駅」を鑑賞して、3周
年に向けて新たなスタート
をきった日でした。
(寺西 滯子)

食生活で知って得する勉強会 43人の参加で大盛況

大浜支部

4月26日に管理栄養士の
染原さんを招き勉強会を開
きました。この会は長い人
生で仕事や子育てから解放
され、本当のことを学びた
いと集まり行っています。
今回は「食生活で健康寿命
を延ばそう」と高齢者の食
事について学びました。
資料を手に①食事は美味
しく②よく噛んで食べる③
野菜をしっかりと食べる④た
んぱく質を取る⑤適度な運
動をする⑥無理をせずにポ
チポチと、の6項目を染原
さんに分かりやすく丁寧に
説明していただき、ユーモ
アを交えての楽しい話にあ
っという間の1時間でした。
その後は染原さん直伝の
かやくごはんを食べ、美味
しい、美味しいとお替りす
る人が続出した勉強会でし
た。(達 務)



勉強になる話に聞き入る参加者

会 社 班 を し ま し た

「訪問看護のおはなし」

南区ブロック 三原台班

班ができて二度目の春を
迎えた4月26日、耳原訪問
看護ステーションみなの
宮川師長に、「在宅看護、
ここまでできる」というテ
ーマでお話していただきま
した。

6人の方の訪問看護の実
例をプロジェクトを使い
ながらの説明です。入院し
ていたときは寝たきりだっ
た方が、在宅ではトイレも
這っていけるようになった
例や、末期がんの患者さん
が奥様、訪問看護師といっ
しょに公園でお花見をされ
て喜ばれた例など、訪問看
護が家族にも本人にも喜ば
れていることがよくわかり
ました。

みなさん、介護について
不安や心配をされている方



プロジェクターを使った説明を受け、学ぶ

が多く、訪問
介護制度のこ
とやこの制度
を使えない場
合はどうした
らいいか、な
どの質問がた
くさんでまし
た。介護保険
を使えなくて
も、医療制度
でできる場合
もある、など
ていねいに答えていただき
ました。
初めての方や会員以外の

方など12人の参加で、この
あと1人の方が入会されま
した。(河出トシ)

介護や医療で困ったこと 不安なこと ありませんか？

介護何でも相談会

日時：2016年6月18日(土)
14:00~16:00
場所：耳原鳳クリニック4階
多目的ホール



内容：
相談員による医療・介護相談
介護老人保健施設・サービス付
高齢者住宅相談説明会
介護用品展示体験コーナー
ワンコイン助っ人隊コーナー
健診コーナーなどなど

問い合わせ：健康友の会みみはら
事務局 ☎072-244-8061 亀井まで

主催：
健康友の会みみはら
鳳クリニックブロック
共催：
耳原鳳クリニック
介護老人保健施設みみはら
介護保険事業部
介護ショップ KPG
ひまわりの家・里 鳳

参考になる記事
西区浜寺石津町西
 蓑内まゆみ(40歳)
毎月「とも」を楽しみ
にしています。いつも参
考になる記事が多いで
す。
 会員さん紹介の記事と
ても良かったです。現場
からの視点の記事、参考
になりました。「神戸布引
ハープ園 学びもありの
楽しい1日」の記事、楽
しそつで良かったです。
 希望がふくらむ
 神戸市長田区
 渡辺節子(68歳)
5月15日のフルオーブ
ンまつりおめでとうござ
います。皆様のこれまで
の頑張りとお熱い思いが花
開き、希望が大きいくく
らみます。
 ますますの発展をお祈
りしています。



鷺尾 美智子

参考になる記事
北区百舌鳥赤畑町
 高田明美(72歳)
毎月楽しみにしていま
す。主人が7年前にお世
話になりました。私70年を重ね、
これからお世話になるか
もしれません。その節は
よろしく願います。
 クイズが大好き
 堺区石津町
 白野隼男(74歳)
毎月「とも」が届くのを
楽しみにしています。ク
イズが大好きで、第一に
クイズを解いています。
今月号はどんな答えにな
るのか楽しく考えさせて
もらっています。今後も
よろしく願います。
 スタッフの皆さまに
高石市羽衣
 吉永恵(55歳)
毎回楽しみにしていま
す。「とも」に携わって
いるスタッフの皆さまに
感謝申し上げます。

宮前 満子



平石 米子