



医療法人社団萌気会
在宅療養支援診療所(二日町)
在宅療養支援有床診療所(浦佐)

もえぎ

8

Vol. 387
2024/8.15

浦佐夏まつり 大煙火大会
撮影地:南魚沼市浦佐
撮影者:二日町診療所職員

南雲キクイ さん書



INDEX

- 2 ■ 地球温暖化／ふるさとの家を目指して
- 3 ■ 大和地区合同学校保健委員会での講演
- 4 ■ 和解ある老いと死 恩義②
- 5 ■ もえぎ夏祭り
- 6 ■ ミュージカル空海 実行委員長 黒岩 卓夫
／感想 村田 多恵子
- 7 ■ さくり温泉夏祭り／安心コラム
- 8 ■ 利用者紹介／ふみ／編集後記

地球高温化



萌気園二日町診療所 院長
皆川 秀夫

7月末、関東中心に西日本各地に及ぶ、40度を越える記録的高温が出現している。太平洋高気圧が厚く大きく張り出し気温も高い。これには北極の温暖化とエルニーニョ現象による偏西風の蛇行が大きくかかわっているといわれている。世界的にみても偏西風の蛇行により、インド、中国、北米、中東各地で記録的高温が出現している。また三陸沖太平洋の海水温が異常に高く、湿った高温の 대기形成に参与しているようだ。この海水温の上昇は台風が発生と大型化にも関与している。昨年同様、台風の頻発が予想される。気象庁の3ヶ月予報でも全国的に平年より高温が予想されている。このように地球全体の温暖化は産業革命以来の人類の経済活動のための化石燃料を中心としたエネルギー消費の結果としての熱の産生、温室効果ガス(CO₂)の増加による。大気の高温暖化により山火事の頻発は数年来、世界各地で報道され、森林の減少は一層の地域の乾燥化、高温化を招く。こうした高温化は地球全体に

拡大し、北極・南極の氷の溶け出しでクーラーとしての機能は減退している。高温化が新たな高温化を呼ぶ状況にスイッチが入り、後戻りできない状況に到ったと考えられる。国連事務総長は温暖化は終わり、沸騰の時代に入ったという。北の海でサケがとれず、ブリがとれるだけにとどまらず、海藻も育たない死の海と化すかもしれない。又北米穀草地帯でも水不足が進み収穫が落ちてきているようだ。害虫の大発生で農作物が全滅したアフリカの地域もある。食料難民、気候難民の発生が危惧される。



萌気園浦佐有料老人ホーム「ハイマートハイム・島田」
施設長 佐藤 佳範

ハイマートに勤務させて頂き早10年目になります。ハイマートハイムはドイツ語で「ふるさとの家」を意味します。そして「ふるさと」とは、心の原点、心のよりどころであると思います。ハイマートハイム・島田では、入居者様一人ひとりのニーズに対応し、入居者様が元気に楽しく過ごせます様、日々体操や毎月季節ごとに七夕まつり、スイカ割り、クリスマス会等、様々なイベントを実施し入居者様と楽しく過ごさせて頂いております。これからも入居者様に、心の原点、心のよりどころを感じて頂けます様、入居者様に寄り添い、家族の様に暖かく接しサポートさせて頂きたいと思っております。

入居者様がいつまでもその人らしく生き生きと笑顔あふれる生活を過ごせます様に職員と一丸となり日々努力していきたいと思っておりますのでよろしくお願い致します。

ふるさとの家を目指して



そうめん流しの様子



大和地区合同学校保健委員会での講演 テーマ『メディアとの上手な付き合い方』



萌気会 理事長
萌気園浦佐診療所 院長 黒岩 巖志

大和中学校区の養護教諭の先生から頼まれて約1時間上記テーマで講演させていただいた。小・中学校保護者、担当保健師、保育園・こども園代表者、学校薬剤師、小中学校養護教諭、小学校校長に聴講いただいた。講演要旨は以下の4点である。

1.メディアと脳の発達

メディアと接触している間は視覚中枢である後頭葉が主に刺激されるため、理性、我慢、社会性などの中枢である前頭前野の刺激が減り上記能力の成長に支障をきたす。脳の発達が急速である3歳まではテレビ・DVDに1人で長時間接触させてはいけない。

2.メディアより奪われること

生身の人間関係、読書、創作活動、睡眠などが奪われるが、特に睡眠が奪われることの害が大きい。その日勉強や運動で覚えたことは8~9時間寝ないと脳にしっかり保存されない。成長ホルモンは夜11時に熟眠していると多く分泌されるので夜10時には寝ることが大切。

3.メディアへの依存

我慢、理性の中枢『前頭前野』は成熟までに25年かかるにもかかわらず、依存症に関連するドーパミン（快楽物質）システムは10代で既に備わっているので小中学生は依存症に陥りやすい。依存症に陥ると、メディア以外への興味・関心が低下し、メディアが遠のくとイライラ・不安・暴言・暴行・震えが出現。

4.保護者としてやるべきこと

子どもの考えを先ずは尊重し傾聴することでその後のルール決めの話し合いがスムーズになる。ルールはあまり厳しくしない。取り上げや罰はしない⇒隠れて使用したり、トラブルを相談してくれなくなる恐れがある。家族と一緒にコミュニケーションをとりながらできる事は可とする。できなかった時に責めるのではなく、できた時に思いっきり褒める。



アンケート結果

- ◆メディアはダメと分かっているが、親としてどうしたらいいかと思っていたので『保護者としてやるべきこと』が聞けてよかったです。
- ◆メディアについてのルールや、守れなかった時の対応のアイデアを具体的に教えていただき、今後に生かしていきたいと感じました。
- ◆メディアと脳の関係から、依存についてとても分かりやすい講話でした。実際、家庭内でメディアがあって助かる家庭も多く、付き合い方を各家庭で考えてもらう必要があるとおもいました。
- ◆メディア依存、睡眠不足、成績の遅れなど普段疑問や不安に感じていることについて話が聞けてとても勉強になりました。

和解ある老いと死

恩義②

原作：黒岩卓夫 画：福留慶 方言アドバイザー：おかっへ



「恩義」とは「報いるべき義務のある恩」と岩波書店の「広辞苑」にでている。日本人の人間関係を表している重要な言葉だ。ほくにその対象になる人はいるだろうか。両親は既に他界。妻は五分五分だ。隆平じいと同じ立場になれるとすれば「そつだ信子姉がいる！」満州から引き揚げ、土地も家も職も公的な支援もない。ほくの高校入学から全て姉がかりだ。報いるべき恩人へ、まだ西瓜も送っていないことに気が付き、さっそく手配した。姉は兄にとっても女神だった。姉はグループホームで元気で97才だ。



みんなの食堂



キッチンカー
3台来ます

大抽選会
12:40開始



氷
かき氷
100円



生ビール
100円

もえぎ 夏まつり



かたぬき
100円



スーパー
ボールすくい
100円



水ヨーヨー
100円



フランクフルト
100円



やきそば
300円



やきとり
200円



浦佐診療所

薬局

浦佐小学校

8月18日(日)
11:00~13:00

場所: 萌気園浦佐診療所駐車場
〒949-7302 南魚沼市浦佐5363-1

空海ミュージカルの総合プロデューサーMさんの異能

ミュージカルHERO
実行委員長 黒岩 卓夫



「空海ミュージカル」が無事大成りました。

功だったということになりました。改めて皆さんに感謝致します。

実はこのミュージカルの原作から出演まで指導したMさんとは、短い間でしたが、それなりの交流がありました。

ぼくは実行委員長など引受けてしまい、はじめは後悔してしました。しかしだんだん様子がわかり、運動の仕方も大きく変更したおかげで、なんとかなりました。

しかしはつきりしないのは、企画者Mさんがつかみどころなく、爬虫類を相手にしているようで、騙されているのか、こちらが勘違いしているのか不明のままでした。しかし

「変わり者」であれば、そのほうが人間として面白いので昨日(30日)Mさん中心に5人が集まり、ぼくのほうからズバリ「あなたは何者か」「ただ者ではないのか」「単なる変人なのか」と問いかけました。

Mさんの己れを語るを聞いていたうちに、明らかに「口者」ではなく、異常な能力があることがわか

わった服装をしていました。

1回は「陰陽師(おんみょうじ)」(陰陽五行思想に基づいた占師?)

に見え、例えば「孔子」のような正装にみえました。当日もできたらその衣裳で登壇してほしいと頼んだのですが、断られました。

Mさんは、うえからの声、天からの声、インスピレーションを自分は感知できると明言してくれました。しかも15歳位から自分の異能に気付きていたとのこと。

ぼくはそのままMさんを信頼できると思い、そのような「異能」は貴重なものだから、これまで懐いていた疑惑は溶けたと話しました。お互いに分かり合えたと思ひ安心しました。珍しいことですがあり得ることです。

そして空海の能力や、悩む青年の代弁者になる資格ありと思ひました。

ミュージカル空海 感想

コム・ソフイ&ナース
村田 多恵子

右:シスター ミラ・ニサ
左:村田 多恵子

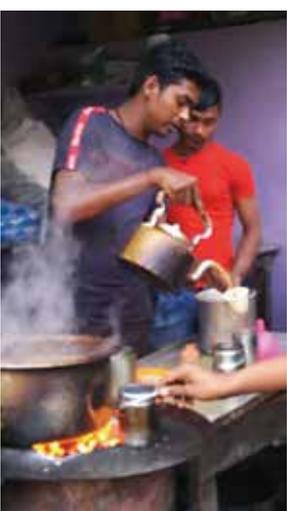


サリーなどの民族衣装を身にまとった大勢のダンサーによるダンスは会場も盛り上がり、そこだけ見ても十分楽しめるミュージカルでした。

私自身、数年前に1か月ほどマザーハウス(マザーテレサの施設)のボランティア目的でインドへ行ったことがあり、冒頭のヒンズー寺院や、ステージに映るインドの風景をみて懐かしく感じました。旅には一期一会の出会いがあります。主人公がインドを旅して子供たちから30

ルピーのチャイをご馳走になり心を打たれるというシーンでは、「そういういえば私も道を歩いていた際に見知らぬインド人から30ルピー(当時約50円)のチャイをご馳走になったっけなー。」「私が毎朝、マザーハウスへ通っていることを知ると、泊まっていた小さなホテルのスタッフが優しくしてくれたなー。」「施設では同じ目的を持った色々な国の人たちとの出会いがあったなー。」「などと想い出と重ねながらミュージカルを楽しむことが出来ました。

マザーテレサはノーベル平和賞を受賞されています。もしも、空海上人が現代もしくは近代に生を受けていたならばノーベル平和賞を受賞していたのではないかな? などと思う次第でありました。



地域の皆様へ、日頃の感謝🌸を含めてイベントのお知らせです!

第16回

さくり温泉夏祭

祭

🌿入浴回数券販売

令和6年 8月25日 (日)

臨時バス
運行します



1シート6回分

通常2,600円 (税込)



特別価格

2,000円 (税込)

枚数制限無し

先着60名様

ガラポン★お楽しみ抽選会

5シート以上購入でガラポン抽選会!

入浴回数券の事前予約

ただいま受付中!!

- ・8/24 (土) 20:30まで受付中
- ・前金にて承ります
- ・引換えは8/26~9月末までをお願いします。

引換えは
祭りの次の日
からです

出店

- ・たこ焼き
- ・焼きそば
- ・赤飯
- ・焼鳥
- ・わたあめ
- ・ヨーヨー釣り
- ・ラムネ
- ・その他

※感染予防対策を講じた上で開催いたします。
また、内容が変更する場合がございます。

さくり温泉健康館 南魚沼市宮1119 ☎025-774-2802

長寿者病

安心コラム

NKさん、小柄で気力あふれていた女性。婿取りで母親を在宅で看取った。私とは大の仲良しだった。今や90歳。夫は5つ上で半分寝たきり、聴力低下、NKさんとのコミュニケーションは難しい。かえってかなりの介護が求められている。子は多忙でマイペース。近所(地域)のリーダーでもあったNKさんは、自分の近所に頭をめぐらしても、同年齢の生き残りは少なく、以前はしばしばあった地域の小さなイベントもなくなった。お茶のみ仲間も一人か二人しかいない。長生きが生み出した人間関係の減少と隙間の拡大。逆に頼る者もいなくなった。介護でオーバーワーク、内にたまったものを聞いてくれる人もない。元気のおしゃべり、活動家は、生きる道標を見失ってしまった。

時々うつになる。死にたいと口走ることもある。私は長い手紙を書いた。昔のことを書いた。NKさんの病名は長寿病だ。治療は長い年月をたぐり寄せることしかない。



うちの利用者さん

萌気園グループホーム 「ふきのとう」

グループホームふきのとうには、現在9名の方が、入居されています。
ふきのとうでは、季節に合わせた飾りが多く飾られています。7月は、七夕の行事として笹飾りに、一人一人色とりどりの短冊から好きな色を選び願いを込めて書いていただきました。
それ以外にも皆さんに施設内だけでなく、肌でも四季折々を感じて頂けるようこれからも色々な行事を企画していこうと思います。



願い事の短冊と七夕飾り



月岡公園にユリを見に行きました!

ふみ

萌気園
通所リハビリセンター
浦佐



娘・高野 小百合 様

親から見た娘。私は娘夫婦の家にお世話になって今年で6年になりました。
先ずこの家族に入って一番驚いた事は、体の不自由な娘に対し、家族全員がすごく協力的だった事です。
二人の孫の男の子がいましたが、家事に対して、娘の行動に対しても凄くよく手伝ってくれていました。
又娘も食事や洗濯に一生懸命で私は安心しました。
本人は行動派なので友達の悩み相談にのったり、持ち前の明るい性格が役に立っているようです。私も通所リハビリセンターにお世話になり、娘と2人楽しみながら頑張ろうと思っています。
母親・本田 頼 様
この度は、良いチャンスだと思ってこの文を引き受けました。実の娘と母親で、萌気園リハビリセンターを利用していても何かの縁! 私は42歳で左半身麻痺があり、それを支える意味もあり一緒に暮らすことになったが、ウチは面白い関係だ! 母は5年前に旦那を亡くし、今後は独身のつもりで。去年までは孫に夕飯を作ってあげるのが張り合っていたが、孫が結婚してしまっからは私の旦那に夕飯を作るのが張り合いらしく、娘の私が妬げるほど仲良しだ! 今はひ孫ができ、文字通り私の片腕として、ひ孫の1ヶ月検診にも行ってくれる! とても助かるし、母自身の若返りにも役立っている。私の夢はこの母を100歳までみていきたいし、バラの花を飾った葬式を出してあげたい。夢が叶うまで、家族で頑張りたいです。

編集後記

萌気園大和通所介護 「地蔵の湯」
目黒 民子

「もえぎ8月号」を最後までお読みいただきありがとうございます。
さて、お盆が過ぎ朝晩の暑さが少しずつ和らぐ頃になりました。今年の夏は梅雨が長かったですね。さらに10年に一度の猛暑の年だそうです。まだまだ暑い日が続くと思いますが、こまめに水分を摂るようにする、無理をせず休憩をとったり、涼しい服装をする、エアコンや扇風機を付けるなど暑さへの対策を引き続きお願い致します。

地蔵の湯では今、キバナコスモス、ジニア(百日草)が満開です。暑い中力強く咲いている花々を眺め私も毎日元気をいただいています。



キバナコスモス



ジニア(百日草)