



since 1954

のむらだより



発行所 ● 医療法人社団 秀和会 野村医院 〒660-0823 尼崎市大物町1丁目9-25 TEL:06-6481-4207 FAX:06-6401-6392 <http://www.shuwakai-nomura.or.jp/> 発行人 ● 笠井 裕美



デザートバイキング 2022開催



五月二十八日に、コロナ禍ではありますが「デザートバイキング2022」を開催しました。

小規模多機能をご利用の方々は、南国ムードの中、テーブルの上に八種類のデザート・ケーキを並べて気分上々。日常とは違う空気をもたらしBGMと共に、ウキウキしながらたくさん食べて、笑顔が見られて、こちらまで嬉しくなりました。

(二面へつづく)

のむら健康 いまいき体操教室 はじめました



では、自宅環境の

第二回は、自分

分程行いました。

習を二十

分程行い

ました。

ランス練

習を二十

分程行い

ました。

習を二十

分程行い

ました。

習を二十

分程行い

ました。

習を二十

分程行い

ました。

習を二十

分程行い

ました。

習を二十

分程行い

ました。

理学療法士 前田 晃英

五月十六日から「のむら健康いまいき体操教室」を開催しています。

初回は十二人、翌週の第二回は十七人の地域の方々に参加して頂けました。

初回は、転倒の危険性を知って頂けたため、加齢により起こる身体機能の低下によって生じる要因についてお話をさせて頂きました。次いで予防の為に軽い運動を日々続けていくこと、バランス練習などを合わせて行うことが大切と説明した後に、座ってできる全身の運動や、バラン

危険な場所や改善方法をお伝えし、参加者みんなで数を数え、声を出しながら体操しました。「安心できるところで体操が出来てうれしい」「明日からは歩こうかな」と前向きなお言葉を頂きました。

「運動しないとなあ」と思っているけど、結局何をしたらいいのかわからない」とお悩みの方や、最近転倒してしまっただけという方はぜひご参加下さい。

皆さんから頂きましたご意見、ご提案も取り入れつつ、より良い教室にしていきたいと思ひます。今後の予定は第一、第三月曜日の一三時二〇分〜一三時五〇分、野村医院二階リハビリ室にて行います。ご予約、申し込みは不要です。



沖縄復帰50周年

みさき漁



五〇年前の五月十五日、先輩・同僚に誘われるまま「沖縄復帰」集会の場にいた。田舎から大都会に出て、カルチャーショックの日々、当然政治にも無関心と言うより知らない、集会も然り。高いテレビ塔に、旗・プラカード・ゼッケンと人の多さに驚き、アコーディオンに乗せ歌声も流れていた。機動隊と装甲車にはドキッと心に残る「沖縄を返せ」／固き土を破りて 民族の怒りに燃ゆる島 沖縄よわれらは叫ぶ 沖縄よわれらのものだ 沖縄は 沖縄を返せ

(返せ) 沖縄を返せ (今は、沖縄に「返せ」とも)。これからの歌と集会が、人生に影響を与えたことは否めない。沖縄復帰五〇周年。節目の年に番組・マスコミ報道も多い。ロシアのウクライナ侵攻が続く戦争の悲惨さを目の当りにしている今、なおさらだ。沖縄は今も、基地負担は重く圧しかかり、平和に生きる権利・基本的人権が日々侵害され続けている。デニー沖縄知事が改めて「建議書」を政府に提出したことが示している。沖縄県民は「諦めない」を合言葉に辺野古への基地移転反対を叫び続けている。その声は「県民の努力の何万分、何百万の一かも知れない」が私には届いている。核兵器のない、平和な世界めざしこれからも共有したい。

(GK)

ふれあい

五月十五日、先輩・同僚に誘われるまま「沖縄復帰」集会の場にいた。田舎から大都会に出て、カルチャー

くらしのページ

「介護保険の
暫定利用」を
ご存じですか？



「サービスを受けるまでに一ヵ月以上かかるのでしょー…」「今のうちに認定を受けておいたほうがいいと思って申し込みます」、地域の方からよくあるご相談内容です。急な病気等で要介護状態になり、すぐに介護保険サービスを利用したいときでも、「要介護認定」の結果が出るまでは介護保険サービスを受けれないと思っている人が多くいらっしゃると思いますが、介護保険制度には申請日からすぐに介護サービスを利用できる「暫定利用」という方法があります。この「暫定利用」は申請日から結果が届くまでの間、介護保険サービスを利用せず生活することが難しい

場合、ケアマネジャーがおおよその介護度を予想して「暫定でケアプランを作成すること」で、申請日から実際のサービスを利用することができまーす。介護度によって様々な制約はありますが、例えば介護ベッドや車いすのレンタル、手すりの設置、ヘルパーの利用（人手不足により調整が難しいですが…）などができます。「今は元気だけど、認定は受けておいて御守りとして持っておきたい」とこれもよくある相談ですが、暫定利用のことは知っておけば慌てる必要ありませんね。介護が必要になった時は、かかりつけ医をはじめ介護支援専門員（ケアマネジャー）へご相談ください。念のために介護保険証（ピンク色）が手元にあるかどうかを確認してみてください。

ケアマネジャー 安井 直樹



デザートバイキング
2022開催

（二面の続き）
デイサービスをご利用の方々は、好きなものを選びながら「どれにしますか？」「まだ食べていいの？」「じゃあイチゴのっているケーキ」「ムース」「プリンアラモード」「おいしいわー」。食事制限のある方も、一つひとつをミニサイズにしているのので「今日は特別ですよ」と看護師から一言。



今回は厨房を飛び出して、利用者の方々の近くで声をかけさせていただき、元気をもらいました。楽しかったですね。コロナが一日も早く終息して、元の生活に戻ることを切に祈ります。
厨房 光永 明美

ご協力お願いします！

古いタオルをご提供ください



古いタオルなど綿100%の布を適当な大きさに切ってご利用者の排泄のお世話に使用させていただきます。

お家にある綿の布をご提供いただけませんか？ご連絡いただけましたら取りに伺います。

地域生活支援ハウスのむら

大物町1丁目10-17
TEL 06-6487-0161

短歌

プーチン・プーチン・プーチンよ

戦争をする奴たちは温々と

飢餓や病に遭うのは庶民

ウラジーミルと

仲良くしてたシンゾーよ

こんな時こそ何とかせんか

—西澤 求甫—



お知らせ

のむら健康
いきいき体操教室

似顔絵教室

◎とき

毎月第一・第三月曜日

午後1時20分～

◎ところ

午後1時50分

地域生活支援ハウスのむら

◎ところ

野村医院2階リハビリ室

◎参加費 無料

◎参加費 無料

※新型コロナウイルスの影響により、その他の教室関係は当面の間休止させていただいております。ご迷惑をおかけしますが、ご理解・ご協力をお願いいたします。

⑥月のテーマ

健康情報

（兵庫県保険医協会）

—テレホンサービス—

月曜日／マイコプラズマ肺炎の話

火曜日／口内炎について

水曜日／シャルコー関節

木曜日／気管支拡張症

金土日／ステロイド剤（外用・内服）の効果と副作用

TELフリーダイヤル

0120-979-451

New Face

新入職員
紹介



訪問看護ステーションのむら
うつみ 内海 優子

四月から、訪問看護ステーションのむらに入職しました、内海優子と申します。看護師勤務三十年目に入り、一度はしたかった訪問分野に挑戦してみたい。ご迷惑をおかけするかと思います、よろしくお願い致します。