

すこやか

発行者：姉ヶ崎ケアセンター
住所：千葉県市原市権津2545-1
電話：0436(66)8867
担当者：堀川・上田・津根・岡

祭りだわっしょい！

～八月の誕生会～

八月の誕生会は、夏祭りを兼ねて行いました。職員の出し物として、炭鉾節や阿波踊りを披露させていただきました。

利用者様も一緒に口ずさんだり、スタツフと一緒に踊ってくださる方もいらして、笑顔あふれるステージとなりました。

また、おみこしでは一緒に担いでくださる方もいて、皆で楽しいお祭りとなり、思い出に残る一日になったのではないかと思います。



神様と仏様の違い

一般には、「神仏」と言っていて、神様と仏様を同じものだと感じている人が殆どだと思います。私の幼い時、兄は佛教哲学を専攻して居ましたので、その違いを教えて呉れました。神様は、人間ではなく、

なんでもできる力を持っている人間ではない「神」なので、世界や生き物を作ったり、人間の幸福、不幸も決めたりされます。しかし仏様は人間なのです。人間が生きて行く為にはどのようなしたら良

ほこり一息

六月号に引き続き、柴田トヨさんの「くじけないで」よりご紹介いたします。

忘れる

歳をとる度にいろいろなもの忘れゆくような気がする

人の名前
幾つもの文字
思い出の数々

それを さびしいと思わなくなったのはどうしてだろう

忘れてゆくことの幸福
忘れてゆくことへのあきらめ

ひぐらしの声か
聞こえる



いのかを教えて呉れる教師、だから「仏法」といいます。迷っている人間に、方向をあたえて呉れる方なのです。だから、お釈迦様は亡くなられても、人の生き方、方法は無くなりません。

【姉崎病院 院長 岡 賢了】

職員のひとり言

「夏の思い出」

調理師 A T



今年も暑い八月も終わり、朝夕涼しい風が吹くようになりました。皆様、今年の夏はいかがお過ごしでしたか。

今年には四年に一度のオリンピックもあり、毎日メダルラッシュで日本のアスリートの方々には頑張っていましたね。ケアセンターの職員の方々も毎日お仕事頑張っていました。私自身もお盆休みもなく今年の夏は仕事中心の毎日でした。

私自身の思い出としては、両親と花火を見に行ったり、近所での盆踊りに出かけて、お母さんから手作りの浴衣を着せてもらって、普段ははかない下駄をはき、一時間も歩くと足が痛く動けなくなり、裸足で歩いて家まで帰った記憶などが懐かしく蘇ってきます。

今は子ども達も大きくなり孫の浴衣姿を見て心穏やかになる日々を送っています。ケアセンターの入所者様も、毎日何かを楽しみに、心穏やかに笑いのある毎日を過ごしていただきたいと思います。

デイケアルームより

お盆も終わり、皆さんお変わりなく元気にセンターに来てくださいました。誰一人体調を悪くされることもなく過ごされたことをうれしく思います。

今回のデイの作品は“うちわ”です。夜空に上がる大きな花火を飾ってみました。

花火大会があちこちで開催されましたが、それが終わると夏の終わりも感じてきます。早く涼しくなるといいですね。



特集 一人ひとりの意識が重要 ～災害への備え～

9月1日は防災の日というのは誰もが知っていること。由来となった1923年に起きた関東大震災から93年が経ちます。関東地方でM7級の地震が30年以内に発生する確率は70%と政府の地震調査研究推進本部は予測しています。起こるものは仕方がないとは言え、あらかじめ何もせずに被害を大きくするよりも、今までの震災から学び、いかに被害を少なくするかを一人ひとりが考え実行することが大切です。

地震被害で死亡者の多くは家屋の倒壊による圧死です。揺れの激しい時は歩いて避難することができません。特に耐震基準の強化が行われた昭和56年以前に建築された木造住宅は要注意です。倒壊を防ぐには耐震改修工事が必要ですが、100～150万円の工事が多く、市の助成制度を利用すれば自己負担はもっと少なく済む場合があります。耐震工事と一緒にガスコンロからIHにして火災を防ぐのも一案です。

そして関東大震災や阪神・淡路大震災で多くの被害をもたらした地震火災。火災が広域になると火災旋風が起これ、猛烈な輻射熱と火の粉によりさらに火災は広まります。そうなってしまった場合、いったいどこに避難するのでしょうか？近くの小学校のグラウンドなどを連想しますが、東京理科大学の関澤愛教授は、それはかえって危険、猛火の熱風には耐えられないと言います。

編集後記

防災については、どこか他人事で、あまり真剣に考えていませんでしたが、自然という大きな相手だからこそ、地域のみんなで協力し、助け合うことで、被害を最小にとどめ、大切な命を守らなければならないのだと考えさせられました。(相談員 O)

9月の予定

1日(水) 誕生会
14時30分～ 5階にて
ナツメロ会の皆様にお越しいただきます。



地震火災の場合は、十分な広さがあり、熱風や輻射熱の危険が少ない「広域避難場所」に直接逃げる必要があると言います。広域避難所は10ha(東京ドーム約2個分)以上の広さがあり、市原市の広域避難所は千葉市緑区にある本千葉カントリークラブで、姉ヶ崎ケアセンターからは16km…。現実的ではないですね。

ですから、火災を出さないことがどれほど重要かわかります。総務省消防庁の調べでは、阪神淡路大震災において判明した発火源の61%が電気ストーブや水槽ヒーターなど電気による発熱器具だったそうです。地震火災を防ぐ有効手段としては、感震ブレーカーや感震コンセントです。センサーが地震を感知したら自動的に電気を遮断します。ガスは地震で緊急遮断する装置が完備されていますが、電気においては対策が追いついておらず、個々で取り組む必要があります。

防災グッズをそろえたり、家具を固定したり、防災に関してはまだまだやる事がたくさんありますが、一人ひとりが高いレベルで意識を持ち、防災に取り組むことが、自分や大切な人を守るために必要なのです。

参考サイト: NEVERまとめ【首都直下地震】地震火災・火災旋風に襲われた時逃げ伸びる方法ってあるの?
防震防災コンセントのキャピタル・アート
東京都耐震ポータルサイト

新就任の職員紹介



U T (看護師)

六月より、ケアセンターに入職しました。これからよろしくお願ひします。



S T (介護士)

まだ、解らないことも多く、ご迷惑をおかけしますが、よろしくお願ひします。