

元気で長生き応援団

よっせ

第 117号 2013年12月11日 (水)

発行

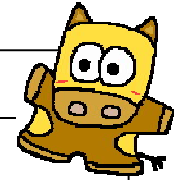
NPOライフケア浜松 ☎ 053-426-0691

浜松市南区恩地町 263

(株)LCウェルネス

デイホーム・ここ倶楽部 ☎ 053-427-3244

浜松市南区恩地町 263



「医者には病いを診て、人を診るな」

これはある医者が弟子に教えた言葉だそうです。人を診る、とは、金持ちか貧乏人か、身分は高いか低い、重役か平か、というような患者をみる、と言う意味でしょう。貧乏人だったら、報酬をもらえそうもないから、手抜きしよう。そういったことでしょうか。

そんなことをしてはいけないよ、ただ病いだけに向きあつて治療に専念しなさい、という教えです。いいですね。全ての医師がこういう心がけを持つて欲しいですね。

寒い冬に風邪が流行ります。東洋医学の先生が新聞に書いていました。カゼを感冒と言いますが、「感は外から刺激されること、冒は目を覆い隠すこと、さらにふさがれてもあえて進む(冒険)意味」と。外からの刺激(寒

さ・暑さ・湿気など)が体内に進んでくる、侵入してくるために起こる病気。寒さ・暑さなどは風によつて運ばれることから、風邪と呼ばれる、と。なるほど、と納得。

西洋医学では、ウイルスの侵入による、と考えます。外部からの何者かの侵入という点では共通しています。

労働や運動で汗をかけたとき、そのままにしていて、体がゾクツとした経験はどなたにもあるでしょう。そんな時、外から邪(ヨコシマ)な寒気が侵入した、という感じは分かりますね。邪なカゼ、というわけです。

「カゼは万病のもと」と言います。特に高齢者

ここ倶楽部 朝市

12月11日(水) 9:30~

- ・採れたて新鮮野菜
 - ・花・野菜の苗
 - ・ぬか漬
 - ・各種のおいしいお総菜もあり
- お誘い合わせて、ぜひお出で下さい

は十分に注意する必要があり
あります。

年寄りの冷や水、という自制を促すピツタリのコトワザもあります。老婆心ながら、若い読者のために、この意味を紹介し
ます。「年寄りが強がつて、冷たい水を浴びたりして、無理をする言動」と辞書にあります。加えて「自分の年齢も考えずに無理をするのは健康に
よくないことをいう。江戸いろは歌留多、のひとつ」と。この冷や水は、江戸時代の隅田川の水だ
そうです。年寄りには抵抗力が弱くなっているから、生水で腹を壊すよ、という
ことだったようです。ついでに「老いの木登り」というのもあります。たしかに、木登りは老人
向きではありません。老人は決して木登りなどしてはいけません。大怪我
するのが関の山です。



うとそうそ 烏兎忽忽

烏が太陽、兎が月を象徴し、忽々はあ
わただしい、という
意味。月日の経つのは
はやいけな

あつという間に一年間
が過ぎ去ろうとしていま
す。師走になると、時の
経つ速さが意識されます。
歳月は人を待たず、と言
いますが、どうしてこん
なにあっけなく時間は経
つのでしょうか。

平均して八〇年前後の
人の一生も儂いものです。
過ぎ行く時にすがり付い
て、もう少しゆっくりせ
よ、と言いたくなります。
しかし時を止めることは
誰にもできません。もし
かして将来科学の進歩で、
それが可能になる、なん
てことがあるのでしょうか。
今はまだSFの世界
ですね。もし時が止まる、とな
ると世の中どんなことが
起こるのでしょうか。小
生のもう硬化した脳みそ
では想像できません。

看板に偽りあり

詐欺まがいの産地偽装
食材偽装が続々と発覚。
ウソをついてないお店を
発表したほうが早いので



は、と言
いがかりをつ
けたくなり
ます。
小生は高級
なホテルや

料亭とは無縁ですので、
腹も立ちません。いささ
か不愉快ではありますが。
料理長とか、シェフと
呼ばれる人たちには、誇
り、矜持というのがない
のか、と思います。矜持、
という語も早や死語です
か。念のため、辞書の意
味を紹介します。

矜持（きょうじ、きん
じとも読む）。自分の能力
を優れたものとして抱く
自負、プライドのこと。
詐欺まがいのことが、
政治の世界にまで蔓延し
てはたいへんです。ウソ
をついてまで、法案を通
過させよう、などという
ことはないでしょうね。
しっかりと監視しなくては

◆11月1日 避難訓練

今日は津波を想定して2階へ避難する訓練をやりました。スタッフに抱えられて階段を上ったり、手をつないで上ったり皆さん無事に2階へ。かかった時間10分弱、皆さんお疲れ様でした。本当に津波が来ると大変だけど心構えはできたかな？



海老天の絵で
ゴメンナサイ

◆11月4日 うどん

今日のお昼は天ぷらうどん、それも特大穴子の天ぷら。おどんぶりからはみでて？はいなかっただけ結構大きな穴子でした。「うどんもいいね」「穴子の天ぷらもなかなかいけるね」。おかわりする方もいらして、皆さんお元気、お元気。

穴子の天ぷら

◆11月11日 すわこへ 行って来ました

11月8、9日、ここ倶楽部の皆さんとスタッフとで介護保険外で1泊旅行へ行って来ました。諏訪湖のほとりのホテルへ泊まって温泉に入って、宴会やったり、カラオケやったり、皆さん大リフレッシュ。船の諏訪湖一周めぐりでは大はしゃぎ、本当に



楽しい旅行ができました。行きのバスに乗る時大変そうだったKさん、帰りのバスに乗る時にはすいすい、旅行がリハビリになったんですね。すばらしい！また来年も皆さんで行きましょう。

◆11月14日 初体験

A先生に来てもらい、午後体操をしました。小さいボールや大きいボールを紙コップの上に乗せるゲームなのですが、スタッフが試しにやったら、できない。のらない。難しい。ご利用者さんにもやってもらいましたが、慣れてくると乗るようになりました。うまい方は始めから成功。また、今度やりましょう！おもしろかったから。

◆11月15日 湖西からようこそ

今日は湖西市から13人もの方が来て下さいました。もう皆さんうれしくて、うれしくて。一緒に歌ったり、レクリエーションをやったり、楽しい一時。お帰りのバスに乗り込まれるのを見送りながら、「見送るのはさびしいね」ってIさんがポツンとおっしゃいました。また来て下さいね。

◆11月27日 職場体験2日目

南陽中の生徒さん、職場体験2日目、看護師希望のMさん、さすがよく気が付くこと。お年寄りの皆さんの中



にすっかり溶け込んで、いっしょに歌ったり、レクリエーションしたり、お話をしたり。皆さんも「MちゃんMちゃん」



とお気に入り、きつとすばらしい看護師さんになるね。

◆11月16日 布袋作り

今日は、はぎれで袋を作っていました。かわいい花柄の布で大きいのやら小さいのやら。体の大きいKさんはおおきな袋を作って下さり、袋の口をあけて「巡礼に御ごほうしゃ♪」って手振りよろしくやってくださいました(大笑い)

◆11月19日 午後の時間



「さあ、体操始めるよ」とご利用者さんの声で午後のスタートです。「今日は寒いで、体操をしっかりとしようね」と利用者さんの掛け声で、み

っちり1時間体を動かしました。スタッフが「半分お尻をあげて」と言えば「音が出たらごめんね」と言ったり、首の体操をすれば「借金で首が回らない～」と突っ込んだり・・・ここのご利用者さんは笑いのセンスがぴかー。