

4月の歳時記 雑学・豆知識

花見・・・桜を眺めながらお酒を飲んだり、お弁当を食べたりして楽しむ春の行事です。

・花見団子は秀吉が始めた!?

「花より団子」ということわざがあるように、「花見」に「団子」という風習を始めたのは豊臣秀吉だといわれています。安土桃山時代、1000人以上が集められた「醍醐の花見」で、豊臣秀吉が日本各地の甘味を集めたのをきっかけに、花見をしながらお菓子を楽しむ習慣が広がりました。

・宇宙を旅した桜の種
2008年11月、スペースシャトル「エンデバー号」に乗って、14種類の桜の種が宇宙へ飛び立ちました。国際宇宙ステーション「きぼう」で無重力状態が発育に与える影響などを観察するためです。地球を4,100周して、2009年7月に地球に帰ってきたその種は、日本各地の方たちに大事に育てられています。

・桜の品種は600種以上!
現在、桜の品種はソメイヨシノ・八重桜・しだれ桜など600種以上もあるとされています。

有限会社 聖
TEL 65-6300
FAX 65-6301
宮崎市本郷北方2708
* 広報誌のご意見をお待ちしています。

お洒落なシティ感覚 ケアタウン飛鳥



家庭のぬくもりそのままにケアホームさくら荘

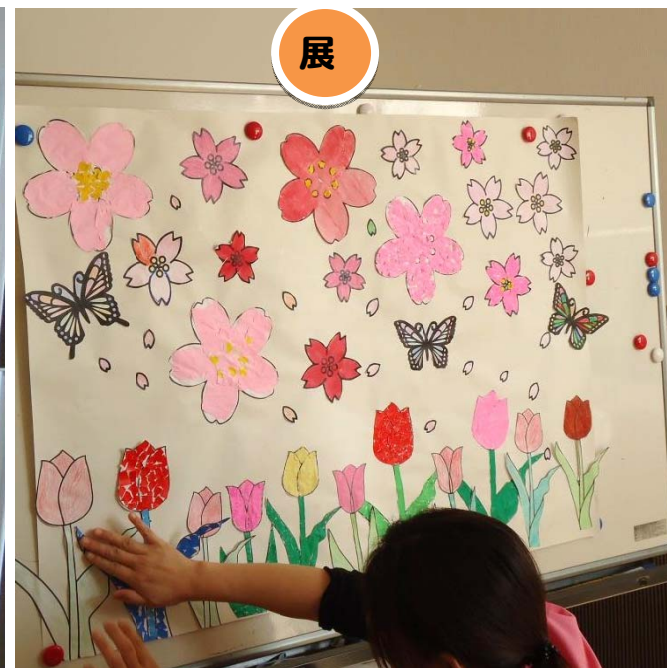
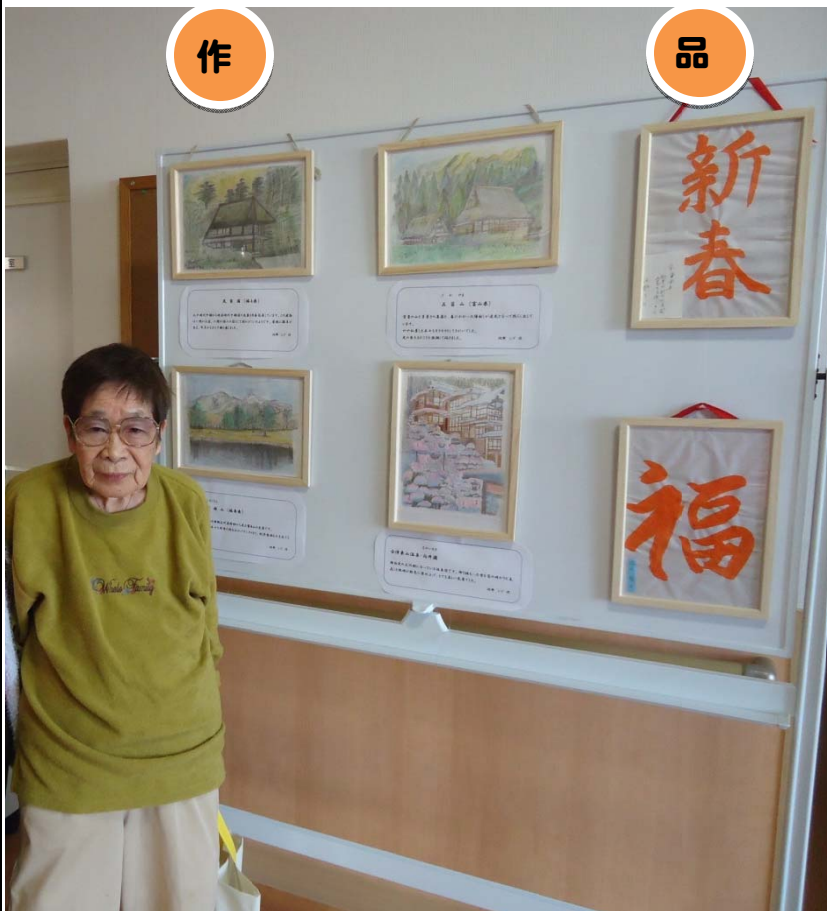


◆ このひと..... ◆

紹介

山下長市さんは昭和11年7月12日、自然豊かな照葉樹林や大吊橋、ガラス工芸で有名な東諸県郡綾町生まれの78歳である。小・中学までは綾で過ごし、高校は宮崎市にある宮崎県立大淀高等学校(現宮崎工業高等学校)にて建築基礎や測量、土木設計、製図などを学び自宅から1時間近くかけてバス通学をしていた。高校生活では野球部に所属しており、ポジションは内・外野を守るユーティリティープレイヤーだったそうだ。放課後、甲子園目指し厳しい練習に耐えて精進していた。当時練習中は水を飲むな!と決まりがあり、特に夏場の練習中はきつかったなあと話される。高校最後の夏、大淀高校が県予選を勝ち上がりベスト8をかけて強豪高鍋高校と対戦、山下さんは3打席立つもののノーヒットに終わりチームも敗退したそうだ。高鍋高校はその後県大会を制し東九州大会も制し、宮崎県勢として甲子園初出場を果たしている。山下さんが卒業してから4年後に大淀高校は甲子園に初出場している。高校卒業後、高校近くの建設会社に就職し戸建て住宅やアパート住宅などの建設に携わっていた。一番大変だった建築工事はありますかと聞くと当時はまだ珍しかった30階建ての高層マンションの建築だったと言う。足場を組んで上にと建てていたから恐怖心と闘いながら作業をしていたと話す。それでも最上部から日向灘を一望できるから怖かったけど景色は素晴らしかったなあと話された。高層マンションが完成した時は仲間と一緒に喜び、嬉し涙がこみ上げたことが今でも心に残っているという。20代の時に現場監督を指揮することになり、年上から年下の部下もいたからまとめるのが大変だったよと話す。年上の部下から「気を使うな言いたいことがあるならどんどん指示をだしてもいいから」と心温かいなと感じたそうだ。部下からは長さんと呼ばれ、建築業界の司令塔と言われる程だったという。今思うと自分が厳しい言葉をいってたけど、よく部下たちが付いてくれたなと一つひとつのシーンを思い出しながら話されていた。プライベートでは22歳の時に結婚。中学の時から付き合っていたそうで当時は珍しい恋愛結婚だったそうだ。その後3人の女の子を儲ける。仕事には厳しい山下さんだが家に帰ると子供をあやしてくれる優しいパパになるそうだ。家族の為に一生懸命に汗を流しながら働き、休日になると子供たちと遊んであげたり、社会人になってからも野球を続け職場の野球チームを作り高校時代と変わらないポジションを守り続け、3、4番を打つ中心バッターだった。そして宮崎の社会人大会で優勝を経験し、チームを牽引してからは強さを増し強豪チームになっていたそうだ。定年後も建築関係に携わったり職場で培った経験を活かし日曜大工で家具を作ったり、将棋で近所の方たちと対局したり時代劇の映画を見に行ったりとしてたそうだ。さくら荘に入所になってからはスタッフや他の利用者の支えがあり、とても過ごしやすいと話す。特にさくら荘の旧館の縁側にある椅子がお気に入り景色を見ながら鳥のさえずりやそよ風の音を聴くと心が落ち着くよと笑顔で話された。またドライブがある時に自分が作った建造物が今でも残っているのを見つけたときはとても嬉しい気持ちになるそうだ。今後挑戦したいことを聞く

ようこそ陽だまりへ!



2015

4月号

● 有限会社 聖 ●
住宅型有料老人ホーム ケアタウン飛鳥
住宅型有料老人ホーム ケアホームさくら荘
デイサービス 陽だまり ケアセンターさくら (訪問介護)
ケアサポートセンター ひじり (居宅介護事業所)
訪問看護ステーション 翔

と、さくら荘を改築して自分が現場監督になってみんなが過ごしやすいつてと言われるように建てるよと冗談を交えながら話された。建築現場で鍛えた物作りの精神は今なお顕在といえよう。

『そのコリどこから？』

今回はいわゆるコリについて。一般的に言われているコリとは、『筋スパズム』というものです。これは、圧迫したり引っ張ると痛みがあります。軽く揉まれると気持ちよく感じることもあると思います。

このコリの原因はなんでしょうか。これは、多くは『関節機能障害』といい、関節の動きが円滑でない状態、わかりやすく言えば、関節の引っ掛かりのような状態がある場合に生じます。例えば、いわゆる肩こりは腰仙関節、12 肋骨関節、2、3 肋骨横突関節からきているようです。「肩こりが腰からですか？」と思われませんか？実際、大部分は腰からなんです。多くは、原因は離れた所にあります。

いつも利用者様をベッドに横にして触れておりますが、マッサージをしていると思われているようです。実は、マッサージではないのです。先に述べたような関節の動きの調節をしているわけです。(マッサージは循環の改善に用いられるもので筋肉をほぐす作用はありません)。

ちなみに脚のコリは腰仙関節、腰椎椎間関節、12 肋骨関節などから、ふくらはぎは踵あたりの関節である、距踵関節、距舟関節などからきているようです。

関節の調整が上手くいきますと、コリが瞬時にパッと消えてなくなります。治療をして反応ができればそれが原因であったと初めて言えるわけです(治療的検査法)。関節の調整とは、例えるなら、外れた網戸をレールに戻す作業です。

コリが取れますと力が入りやすくなります。握力で言えば 20 kg 以上上がることもあります。

先日、ふらつきの強い利用者様の腰仙関節を調整したところ、太もものコリ(筋スパズム)が著明に抜け、その直後からふらつきはなくなり、安定して歩けるようになりました。大腿や下腿部のコリが取れたことでそこが上手く使えるようになり、結果、バランスが改善したということです。

作業療法士 田上義人

飛鳥のある日曜日のひと時



今月の勉強会 「移乗・移動講習会」



作業療法士 田上さんによる講習

3月度誕生日会



フラダンス発表会

■三月といえば卒業シーズンをイメージする方も多だろう。何よりも話題といえば鉄道関係が多かったのではなからうか。三月十二日大阪―札幌間を二二時間かけて走る寝台特急トワイライトエクスプレスが二六年の歴史に幕を閉じた。それぞれの終着駅である札幌駅、大阪駅では鉄道ファンが押し掛け、「今まで有難う。」と涙を流すファンもいた。利用者のKさんは京都―東京間を走る寝台列車に乗ったことがあるらしく思い出を聞くと、列車の窓から見る早朝の朝日が綺麗だったよと話されていた。そして、鉄道ファンに惜しまれつつ引退した寝台特急は再来年二〇一七年春にトワイライトエクスプレス瑞風(みずかぜ)に生まれ変わる予定になっている。また新たな出発を迎えた所もある。三月十四日東京―石川、金沢間を結ぶ北陸新幹線が開業になった。利用者のKさんは石川県を観光で訪れたことがある。思い出を聞くと兼六園や海の幸を堪能したことや輪島塗りを体験したことが思い出に残っているそう。私もいつか北陸新幹線に乗って旅をしたいなと

りんともみじの 観察日誌



りんともみじは飛鳥のマスコット犬です。

感じた。

■あの日を忘れない・三月十一日二時四十六分東北地方を地震や津波が襲い多数の死傷者を襲った東日本大震災から丸四年経つ。震災当時感動するエピソードがある。二十代前半の男性がお年寄りを背負い非難した。交通整備をした。車いすばいに支援物資を積み避難所に届けにきた。自衛隊員は背中に二人、両腕に一人ずつ計四人の抱え避難する。しかし被災地の炊き出しがたとえ余っても自衛隊員は食はず、缶詰めの冷たいご飯を食べていた。また被災地の方達様にお風呂を用意しても自衛隊員は入らない。そして、出来る事すべてやり遂げたらひっそりと帰る。そんな自衛隊がいた。そんな三月の寒さを感じさせない日本人の暖かい行動は世界に広がり、日本人が韓国のタクシ―に乗った時、お金を払おうとしたら運転手さんに「日本人でしよう？日本に帰ってこのタクシ―代を寄付してください。」と言われ、多くの国から支援物資が届いたそう。復興に向けてまだまだ道は長いが東北に向けて希望の種を植えて数十年後は復興の花が咲くだろう。