



### 清盛像から相樂園まで、ゆっくりおしゃべりして散策

「第3回平野から歩くこう会」へ4名の方にご参加頂きました。「歩く会」はセンターが地域住民さんと一緒にお出かけする企画で、介護予防の一環として実施しています。

快晴の中、平清盛像前に集合し、事前に参加者様からご提案頂いた神戸関帝廟まで歩き参拝や見物をし、相樂園まで歩きました。重要文化財の船屋形、庭園を見ながら1周散策し、重要文化財の旧ハッサム住宅や急小寺家厩舎を見物し約1時間ですがゆっくりお話をしながら散策できました。月1回企画開催しています。

兵庫平野あんしんすこやかセンター  
管理者 山口美子

平野事業所ホームページ【QRコード】⇒

<http://www.kourei-h.org/office/hirano>



この度、8月から兵庫平野あんしんすこやかセンターに入職しました須脇江理奈です。

社会福祉士としてお一人お一人に寄り添った支援と繋がりを大切にしていきたいです。

入職した平野事業所は、明るく楽しく優しく気軽に話せる職場で、自然豊かな環境だと感じました。

人前でのピアノ演奏が好きで、入職後に地域住民集まりの場で演奏させて頂きました。Xmas会でも演奏予定です。地域の皆さま、これからよろしくお祈りします。

### 所長の家族(父)が認知症に…②

- 父(80歳):要介護2、中等度認知症
- 妻(介護者):30年前認知症介護経験あり
- 長男(私・ケアマネ)、長男妻(訪問看護師)



父は認知症があっても頑固。自分意思に反することには行動を示さない。

先日、通っているデイサービスで職員さんがお風呂に誘ってくれたが頑として席を立とうとしない。しかし、職員さんの方が一枚上手。「じゃあご近所さん連れてくる」と言って別の職員さんを連れてきた。実はその職員さんは本当に我が家の向かいに住むご近所さん。父はその方が声をかけるとスッと立ちあがりお風呂に向かったそうです。家族はまた爆笑でした。

#### 【所長:寺尾のつぶやき】

専門職としてはどの職員さんが声をかけてくださっても行動してほしかった。でも、息子としては、ご近所職員さんを知り合いと認識したのだと嬉しくもありました。

### ★あるなしクイズ★

「ある」にあって、「なし」にないものはな～に。(※答えはうら面に掲載しています)

兵庫県高齢者生活協同組合 神戸中部支部  
(兵庫区、中央区、北区)

ある	なし	ある	なし
あくま	てんし	アシスタント	漫画家
しかいしゃ	かんきやく	テニス	サッカー
ぼうさい	ひがい	菊池	山田
ぞうきん	ほうき	ほほえみ	ふきげん
カバン	バッグ	花見	ハロウィン



## ストレス過多な世の中だから、励まし合い、笑い飛ばす

神戸中部支部支部長 武市靖雄

おしゃべりカフェ「ちゃっぷりん」は、2018年6月2日に第1回をスタートし、この9月10日で109回目を迎えました。

月2回第1・3土曜日の14時～16時に珈琲とお菓子で2時間参加した皆でおしゃべりをします。

前半は自由に好きな事を、後半は医師の松本光正さんの「笑い与健康」を私が読み、話します。世の中不条理な事にかこまれ、ストレス過多になっています。これを笑って吹き飛ばし元気に百歳まで生きるため、お互いに励まし合うのがおしゃべりカフェのよいところです。

**笑いは百薬の長、最高の呼吸法です。**糖尿病や認知症も笑い飛ばしましょう。楽しい事だけを思い続けて、今この刹那を大事に生きていきましょう！

### 嬉しい、美味しい ご厚意に感謝♡

前号で寄付をお願いした、「IH卓上コンロ」が、〈ほのぼのひらの〉にやってきました～！（パチパチ）

熱々のお味噌汁を「ふう～ふう～」しながら「みんなと一緒に食べるご飯は美味しいね！」（写真右上）と自然と笑みがこぼれます。ありがとうございました。

### ■猛暑に増して、運動会に向けた練習に熱！！

いきいきサロン中エリア（5サロン）の「運動会」が10月11日に、みなとがわホールで行われます。本番へ向けて利用者の皆さんは大張り切りです。

輪になったロープの中にある風船やビーチボールを新聞紙で作ったボールで当てて輪の外へ出す、題して「脱出せろ！」ゲームです。（写真右下）

よい結果を出すにはコミュニケーションが重要なので「〇〇さん、投げて～」「そこチャンス！」などの声が飛び交います。どのサロンも練習を重ねて本番に挑みます。

**連絡先:090-4644-3742(いきいきサロン・Iケアネージャー 岩瀬奈美)**



### 地域拠点型一般介護予防事業 (神戸市委託事業)

#### 「高齢者生協 いきいきサロン」

- ほのぼの御旅(兵庫区大開通 6-4-14 「御旅集会所 2F」)
- ほのぼのひらの(兵庫区五宮町 4-8 「平野集会所 2F」)
- ほのぼの荒田(兵庫区東山町 1-9-20 「新湊川ふれあい会館」)
- ほのぼのみなと(兵庫区本町 1-2「本町集会所」)
- ほのぼの君影(北区君影町 1-1 「鈴蘭台第五団地13号棟集会所」)

### 【神戸中部支部委員会の予定】

※原則、第4木曜日 16:00～17:30

◆開催日時：10月26日／11月23日／12月28日

◆場所：珈琲の店ちゃっぷりん(兵庫区下三条町7-1)

### ★あるなしクイズの答え★

- ◆右の答え：動物の名前が隠れている
- ◆左の答え：人間の体の一部が隠れている

平野事業所

兵庫区下三条町 8-20

所長:寺尾

●ケアステーションひらの 訪問介護(574-4886/和田)、居宅介護支援(574-4820/寺尾)

●高齢者生協こうべ 福祉用具・生活支援(078-512-3737/齊藤)

●兵庫平野あんしんすこやかセンター(078-574-4812/山口)