

NPO・きらめき広場

2022

6 JUN.
VOL.204

きらりら
KI RA RI RA



ライフアートTessei
川上 二郎
「竹と蘭：水墨画」

認知症カフェ
きらめき
第48回 開催



5月11日、NPOきらめき
広場が、きらめき広場・哲西
文化ホールで第48回目の「認
知症カフェきらめき」を開催
しました。

認知症カフェは、誰でも気
軽に参加できます。



皆さん、お気軽にお立ち寄りください

開催日時：6月1日(水) 13:30～15:30

場 所：きらめき広場・哲西 文化ホール

内 容：カフェタイム、ミニ講話(専門的情報を受け取る)、
参加者同士の語らい、ミニイベント、情報交換、相談など

参 加 者：気軽に誰でも参加できる

(認知症の人、介護家族、地域住民、専門職など)

参 加 費：1人1回、200円

主 催：きらめきカフェ運営委員会

開催予定日▶7月6日(水)・8月3日(水)

*日時の変更の可能性もありますの
でご了承ください。



特定外来生物

「オオキンケイギク」の駆除にご協力を!

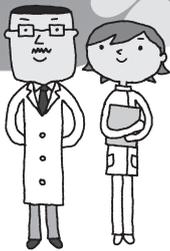
オオキンケイギクは、5月～7月にかけて黄色のコスモスに似た花
を咲かせます。かつては工事の際の法面緑化に使用されたり、苗が販
売されたりしていました。しかし、あまりに強く、いったん定着して
しまうと在来の野草の生育場所を奪い、周囲の環境を一変させてしま
うため、平成18年に特定外来生物に指定され、生きたままの運搬や
栽培、譲渡などが原則として禁止されました。

鯉が窪湿原の保護保全のためにも駆除にご協力をお願いします。



オオキンケイギク





植木千代研修医 お話



初めまして。岡山協立病院から来ました、総合診療専攻医（医師6年目）の植木千代と申します。

4月から9月まで半年間、哲西町診療所で研修させていただきます。2歳の娘と二人で住んでおり大変なこともあります。町の皆さんがいつも温かい言葉をかけてくださり感謝しています。たくさん緑や花、田んぼなどきれいな風景にいつも癒されています。今回は「ACP=人生会議」について書いてみたいと思います。

ACPとは？

Advanced Care Planning(アドバンス・ケア・プランニング)の略です。最近「人生会議」という呼び方もあります。「今後の治療・療養について患者さんを主体に、家族や近い人と医療従事者が、前もって考え、繰り返し話し合い、共有するプロセス」と定義されています。事前指示書を一度作っておけばそれだけで良いという訳ではなく、本人と周囲で繰り返し話し合うその「過程」こそが大事であるという考え方です。

何故必要？

命の危機が迫ったときには約70%の方は意思疎通できない状態と言われています。ACPを行うことでより本人の意向が尊重されたケアが行われ、患者と家族の満足度が上がるとされています。また遺された家族の不安や抑うつも減ると言われています。私も実際に、例えば救急車で運ばれてきた患者さんに人工呼吸器を付けるかどうか、食べられなくなってきた患者さんに胃ろうをやるかどうか、など悩むご家族を多く見ました。

どんなことを話し合う？

本人が大切にしていることや価値観をベースに、病気の今後の経過、治療についての理解や希望を確認し、共有します。また自分で意思決定ができなくなったとき誰に代わりの判断をしてほしいかを決めておくことも含まれます。具体的な医療行為としては、突然心臓や呼吸が止まった時に、人工呼吸器や胸骨圧迫を行うかどうか、口から食べられなくなった時に胃ろうや点滴等を行いたいかどうか、などがあります。また最期はどこで過ごしたいか（自宅・施設・病院）も考えておくとうれしいです。今全て決められなくても、大事にしていることや思いを共有するだけでもとても意味があることです。もちろん意見が変わった時はいつでも変更することもできます。

いつ話し合う？

日本では死に関する話題はタブーとされる風

潮が強いと言われています。一方海外では高校生くらいから、または結婚したら話し合うという国もあります。早いほど良いという訳ではありませんが、ご自身の意見が言えるうちに一度は話し合っておくのが良いと思います。入院などの機会にこのような話をしたことのある方もいるかもしれませんが、なかなかきっかけがなかった方も多いと思います。これを読んで是非少し考えてみてもらえたらと思います。

持病によっても経過が違います

例えば、がんの終末期は元気だと思っていたとしても比較的急に食べられなくなって最期が近づくこともあります。心不全は、調子が悪くなり（急性増悪）、入院治療して退院する、を繰り返し、次第にその間隔が短くなっていくことが多いです。認知症では経過が長いのでいつから「終末期」というのが難しいですが、やがては言葉も少なくなり気持ちを上手く伝えられなくなります。もちろん予想外のことが起こる可能性もありますが、上記のようにある程度経過を予想して心の準備ができる病気もあります。

何でも主治医にご相談ください

日本全体でもACPの流れができています。最近哲西町診療所でも用紙を作りACPについて患者さんと話す機会を設け始めています。まだ考えたくない、余計に不安になると思われる方もいるかもしれませんが、それはそれで「今の自分の気持ち」として大事にして良いと思います。いつか話したいと思っていただけきっかけがなかった、よく分からなかったという方はこの機会に大切な人たちと話してみたり、素朴な疑問などを診療所スタッフに聞いてみてください。

お知らせ

6月の専門外来は以下のとおりです。

6月	名前	科	専門
7日(火)	土持 茂之先生	外科	腹部外科・血管外科
14日(火)	藤原 敬士先生	内科	消化器(内視鏡)
21日(火)	高村 和人先生	内科	内科・消化器内科
28日(火)	多田 譲治先生	皮膚科	アレルギー性皮膚疾患・皮膚細菌性感染症



新見市指定の天然記念物 「御衣黄桜」を守るため 矢神駅の奉仕活動

4月23日、矢神駅で御衣黄桜を守る会（会長 浅井 幹夫）の会員と地区住民有志が奉仕作業を行いました。

この日は、矢神駅周辺の樹木の剪定や草刈り草取り、御衣黄桜への肥料やりを行いました。

綺麗に整備された矢神駅に咲く御衣黄桜は、一段と魅力的にゆれていました。

この桜が毎年、綺麗な花を咲かせるのは「御衣黄桜を守る会」が組織される以前から今まで、老人クラブ白菊会の会員や地域の方々にご尽力いただいたからです。今後も人手不足が予想されるため、地域の貴重な宝である御衣黄桜が咲く矢神駅の環境整備にご協力ください。



ふれあい いきいきサロン



山菜採り& 天ぷら作り

4月25日、八鳥町集会所で地区住民の加藤さん、松田さんを世話役に、春の山菜採りと天ぷらにして食する催しが行われました。

この日は、タラの芽、こしあぶら、たんぼぼ、よもぎ、花筏（はないかだ）が収穫されました。参加者は季節の恵みを味わいながら楽しい時間を過ごしました。





大茅ふれあいサロン

5月18日、大茅の安田さん宅で「大茅スマイルサロン」が行われました。この日は、新見市社会福祉協議会の安達陽子さんの指導で「筆ペンで遊ぼう！絵手紙教室」が行われ、フクロウの絵を描きました。

最初に線や丸など基本の筆使いを練習した後、自分の好みのフクロウを仕上げました。参加者は始終、和やかな雰囲気の中で取り組み楽しい時間を過ごしました。



哲西の芽吹き





哲西子育て広場

市の委託を受けNPOきらめき広場が運営

毎週月、水、金曜日
10:00~15:00
月1回 土曜日
10:00~12:00

6月の
予定

☆今月の作ってみよう!

- 牛乳パックで
『くまの小物入れ』ほか
- おりがみあそび

☆今月の土曜の開催日

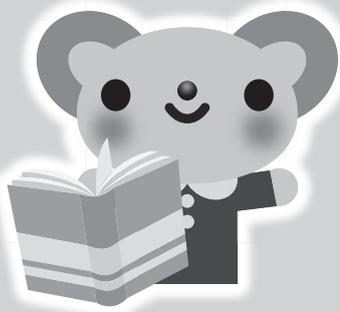
25日 10:00~12:00

哲西分署に行ったよ!



カプラで
遊んだよ!





図書館 だより

新見市立哲西図書館

TEL 94-2110 FAX 94-2100

年中無休

年末年始、蔵書点検日を除く

哲西図書館利用者のための 乳幼児一時預かり

毎月第1・第3月曜日
10:00~12:00

きらめき広場・哲西プレイルーム



鯉が窪湿原の写真 を展示しています。

浅井幹夫さん撮影



★今月の展示本

展示コーナー

「ピーターラビット」

誰からも愛されるピーターラビットのお話が出版120周年をむかえました。

その舞台となったイギリス湖水地方の美しい自然や、庭とガーデンングをテーマに選びました。



児童コーナー

「雨」

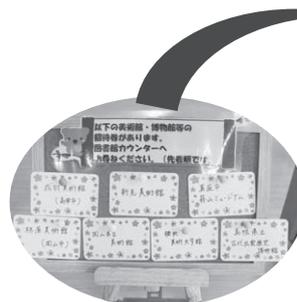
雨の日をテーマにして、カミナリ、てるてるぼうず、傘、長靴など、雨を楽しむ絵本を集めてみました。



★お知らせ

～招待券を先着順に差し上げます～

図書館へは、美術館などからポスター掲示の依頼と一緒に「ご招待券」が届く場合があります。雑誌コーナーの下へ引き換え券を準備しましたので、図書館受付に持ってきて交換してください。



社会福祉法人 哲西福祉会
看護師を
募集しています



詳細は、特別養護老人ホーム哲西荘
(TEL 0867-94-3533)までお問い合わせください。



ご寄付

ありがとうございます
ございました
(敬称略)

■香典返し

○妹尾 生男(亡妻杉枝)・畑木
畑木長寿会へ ……金一封

■見舞返し

○逸見 良雄(本人)・大竹
岸本上集会所へ ……金一封

哲西荘へ

■香典返し

○妹尾 生男(亡妻杉枝)・畑木
……金一封

○羽場 義浩(亡母絹子)・岡山市
……金一封

■一般寄付

○田口石油興業株 ……山陽新聞
○松陽産業株 ……備北民報
○妹尾観光バス・妹尾タクシー
……備北民報
○いくま石油株 ……山陽新聞

NPO通信

3年ぶりの
福祉健康まつり

新型コロナウイルス感染者の発生も一進一退で収束には程遠い模様だが、社会活動における移動制限やイベント等の人数制限などがある程度緩和されてきた。

「三密回避・ソーシャルディスタンスの確保・マスク着用」などの基本的対応策を守ったうえではあるが、恒例の行事やイベントが復活するなど各地域とも徐々に活気を取り戻し始めた。

哲西地域においても各イベントが連続中止に追いこまれ、市民が集い合い繋がり合う機会が失われてコミュニケーションが弱体化しつつあることが指摘されてきた。

今年は「哲西地域包括ケア推進会議(地域15の市民団体・組織で構成)」が主催する7月恒例の「福祉健康まつり」を3年ぶりに復活開催しようと準備が進められている。

「人々の健康は地域全体の財産」ととらえ、自分でも、みんなで支えるみんなの健康を合言葉に、健康について改めて考える機会にしようと開催されるイベントだ。

期日は未定(候補日7月9日(土))で内容もまだ確定はしていない模様だが、新型コロナ対策も含め健康づくりに関して様々な情報を共有できる久々の機会なので期待したい。

皆さんも今から予定しておいて、できるだけ大勢参加して大いに盛り上がる福祉健康まつりにしたいものです。

NPOきらめき広場 事務所 / 〒719-3701 岡山県新見市哲西町矢田3604

Tel(0867)94-2143 Fax(0867)94-2100

ホームページ <http://www.npo-kirameki/> Eメール post@npo-kirameki.jp

問い合わせ先