

ミニデイサービス便り

楽しんで

おいしいお昼ご飯のあと、日当たりのいい南側にそれぞれに輪ができていて、おしゃべりに花が咲いている。

笑い顔、真剣な顔、話す人に聞き役の人。内容は定かではないが、みな楽しそうだととてもいい風景だ。お昼休みの1時間があっという間に過ぎて行く。話が一向に尽きない様子、誰かがシンバルでバババターンと合図。

午前中、例の忠臣蔵、かつらをつけ、着物をきての本格的な稽古があり、ガラス戸には黒幕、松の背景ができていて畳の部屋が舞台のよう。

午後は、一力茶屋の幕。という格好がいいが、歌と楽器演奏なら何でもOKなのだ。

イムジチ楽団の「荒城の月」の演奏に合わせて、シンバル、竹、トライアングル、ピアノ、シロホンの楽器が鳴る。ピアノとハンドベルで「ばらが咲いた」。青い山脈のフォークダンスに太鼓が似合う東京音頭。極め付けは、ジャズのリズムに合わせて、武士のかつらを付けた男性と、島田をつけた女性の見事なダンス。これにみんなが加わっての一力茶屋のフィナーレ。楽しさ満開だった。

おなかのすいた所で、手作りのおはぎのおやつ。古い民家でのデイサービスは、少し狭くても和やかさがどこか違う。またの出会いが楽しみである。

☆12月のミニデイサービス
宮地公民館(保福工軒のA)12/2、16 事務所12/9、23

10月会員登録状況
協力会員 49人
利用会員 82人
賛助会員 152人
計 283人



10月活動状況
在宅 活動件数 42件
" 活動人数 31人
" 活動時間 642.5時間
ミニデイサービス利用者数 24人
移送サービス利用件数 31件



12月の予定

- 1日(水) 会報「まごころ」発行 運営委員会
- 2日(木) ミニデイサービス(駒・公鑑) 一宮寮ボランティア
- 5日(日) NPO法人代表者会議
- 6日(月) 野外定例会 犬山 寂光院
- 8日(水) 運営委員会 一宮寮ボランティア
- 9日(木) ミニデイサービス(駒・駒所) 一宮寮ボランティア
- 13日(月) 一宮寮ボランティア
- 15日(水) 運営委員会
- 16日(木) ミニデイサービス(駒・公鑑) 一宮寮ボランティア
- 20日(月) 一宮寮ボランティア
- 22日(水) 運営委員会
- 23日(木) ミニデイサービス(駒・駒所)
- 27日(月) 一宮寮ボランティア
- 29日(水) 運営委員会
- 30日(木)~1月3日(月)まで休み

診療室日記

柑皮症

岩田 忠俊

みかんが美味しい季節です。その味は季節感もあって日本人の好みにもよく合っています。これから正月にかけてどこの家庭にもみかんが沢山テーブルに並ぶことでしょう。

ところで、みかんを多く食すと後で肌が黄色味を帯びてくることはよく知られています。これを「柑皮症」aurantiasis と呼ぶのですが、みかん以外の食物でもこれが生じることはあまり知られていません。柑皮症はβカロチン(ビタミンAの1種)を多く含む食物を摂取すると生じるのですが、みかん以外に、にんじん、パセリ、ほうれん草、トマト、レタス、さつまいも、タマネギ、などがあります。従って、みかん以外でもこれらを多くとれば当然、柑皮症になる訳です。

さて、このβカロチンは皮膚炎症に大きく関与すると云われる活性酸素を取り除く物質として知られ、アトピー性皮膚炎の患者さんの中にもこれを好んで摂取している方がいます。

先日も或る成人型アトピー性皮膚炎の若い女性が、最近になって妙に肌が黄色味を帯びて来ているので、黄疸ではないし変に感じておりました。季節柄みかんでもたくさん食べて柑皮症になっているのかと疑い、尋ねて見ますと「活性酸素を抑えるためにβカロチンを沢山摂取してますが、みかんだと肌が黄色になると思ってニンジンやレタスにしています。βカロチン入りのドリンク剤も飲んでますが・・・」との返事でした。「ん?」と思って再度確認してみたのですが、御本人はみかんのβカロチンだけが柑皮症を誘発し、それ以外のものは大丈夫と勘違いされていたようです。柑橘類さえ避けて他のβカロチン含有野菜を摂取していれば、肌も黄色にならず炎症を抑えることが出来ると思っておられたようです。

まあ、βカロチンは癌の予防や紫外線による皮膚老化にも効力があるとされてますので摂取されるのは良いのですが、肌が黄色になるまで取る必要はないかも知れません。女性の一途な思いを垣間みた気がします(男性ではここまで熱心に食物栄養治療を行うことは出来ないようです)。

それにしても、肌の黄色味は自身では気が付かないものかしらん? (岩田皮膚科院長)



◆◆ 1月の定例会は ◆◆

1月10日(月) 9時45分~15時00分
◆ケア活動事務手続き 9時45分~10時15分 事務
◆全体定例会 10時15分~12時00分
◆ケア検討会 13時00分~15時00分
この日はケアはお休みです。お陰様さうぞうお騒がせします。



一宮市民病院今伊勢分院の精神科関係文化祭へ訪問

去る十一月一七日(水)、今伊勢分院で精神科関係の文化祭が開かれ、当会からも訪問させていただけました。

初めての出会いです。和やかな雰囲気の中、患者さん、看護婦さん、職員さん、先生などみなで役割を分担、文化祭を盛り上げておられました。抜群の味の模擬店、患者さんが作られた作品展、患者さんが作られた作品展、即売、そして体験コーナー。この文化祭には地域の人も参加を呼びかけられ、ゲートボール指導など交流がはかられていました。

この文化祭を機に、開かれた病院として、精神を病む方への支援や理解を深めてほしいという思いから、作品を買って私達も何点か、作品を買って手仕事でした。

今、あちこちの保健所では精神科ボランティアの養成講座が開催されています。

しかし、参加者は精神を病む方を具体的に支えることが出来ず、在宅へ戻らないから支障にも不安があるようです。

明るい会場を見ながら、精神科ボランティアを希望される方々が、このような文化祭に参加の機会を得られることが、病む方への第一の接点になるのではと感じました。