

オレンジカフェ静岡

毎月第3日曜日

楽しい話し合い
相談
情報交換ができる
認知症カフェ

1 / 17 2 時 ~ 4 時 オンラインで行います

新年のご挨拶

はまうず しんじ
浜渦 辰二

オレンジカフェ静岡岡店長
上智大学特任教授

明けましておめでとうございます、と言うのも躊躇するような、これまで体験したことのない静かな新年をお迎えのことと思います。

昨年は、新型コロナウイルス対策のため三月から八月まで半年間、オレンジカフェ静岡も閉鎖を余儀なくされました。それでも、オンラインで開催することを決断し、とりあえず参加できる方からと九月からテレビ会議システム（Zoom）を使ったオンラインで再開いたしました。その後、十月から十二月まで、カフェの前に二回ずつ対面での講習会を開催し、少しずつ参加者が増え、三十名ほどでお互いの顔が見え声が聞こえ話し合いができ、合唱ができるようになりました。いろいろなともしどかしいところもあり、次善の策とはいえ、

こういう仕方でもコミュニケーションができることが嬉しく、参加者一同すっかり笑顔になりました。

三月くらいからワクチン接種が始まるとも言われていますが、「三密」を避け「ステイホーム」と「ソーシャルディスタンス」を守るという生活がいつまで続くのか、出口が見えてきません。私たちのオレンジカフェ静岡もまだしばらくはオンラインの形が続くと思われます。今後も講習会を続けますので、参加者の輪が一層大きくなることを楽しみにしています。

オンライン講習会のお知らせ

今年も昨年に引き続き、オンライン講習会を次の日程で開きます。参加するには、パソコン（ネット接続済）、タブレット、スマホのいずれでも可能です。当日お使いになる予定の機器をお持ちください。オンラインは難しいと思われる方、講習を受けたけれど、音声でなかったり繋がらなかったりのトラブルでお困りの方、何度でも大歓迎です。十八日は、自宅からアクセスの練習会のみをします。

- ・ 一月十四日（木） 十四時～十五時半
 - ・ 一月十六日（土） 九時半～十一時
- （十六日は会場での講習会はありません。）

お申し込みは、事前にメールか電話をお願いします。



哲学者・近著『ケアの臨床
哲学への道～生老病死ととも
に生きる～』2019年
晃洋書房

健康とは何か 松田 純

当NPO法人理事長
静岡大学名誉教授

「健康」という言葉が一般に広がり始めたのは明治以降だそうです。北澤一利『健康の日本史』によれば、江戸時代には、「健康」ではなく、「丈夫」「健やか」などの言葉が使われていたようです。^{おがたこうあん}「健康」は緒方洪庵がオランダ語の訳語として考えたもので、江戸末期には高度な医学の専門用語でした。福沢諭吉が『学問のすゝめ』の中で「健康」を使った明治七年頃から、「健康」という言葉が広がり始めます。

英語のヘルスは、西洋医学から見て生理学的に正常な状態を表すもので、江戸時代の日本には、そのような考え方がそもそもありませんでした。医学的に見て正常というのではなく、人それぞれが「自分は丈夫だ」とか「息災だ」などと感じていました。

そのため緒方洪庵が「健康」という訳語にたどりつくまでには、紆余曲折があったようです。完全な健康を「全康」、病気とは言えないまでも不完全な健康を「常康」と呼んでいた時期もあったようです。現在の世界保健機構WHOは「身体的、精神的、社会的にも完全に良い状態」

を「健康」としていますが、「全康」はこれに当たります。でも、「完全に良い状態」というのはありえません。緒方洪庵も、十全に健康の者だけを無病とすると、ほとんどの者がみな病人になつてしまう。多少具合の悪いところがあつても、目立った害がなければ、「病人」と呼ばれることを免れる、と言っています。

高齢者にはたいいてい何らかの持病がありま

す。「二病息災」という言葉は、ちよつとした持病があつたほうが、健康に氣をつけて、かえつて長生きできると意味です。病と折り合い、やりくりする工夫に心がけたいものです。

本の紹介

長谷川和夫医師・猪熊律子（読売新聞編集委員）

『ボクはやつと認知症のことが分かった』

長谷川さんは認知症診断の、通称「長谷川式スケール」というテストを開発した認知症医療の第一人者です。私たちは「認知症になったらその人がその人でなくなってしまう」と見なしてしまいがちです。しかし、物忘れにより生活は不便になるとい

った変化はあるけれど、その人がその人であることに全く変わりはないというメッセージが書かれています。「認知症になったからといって、突然、人が変わるわけではありません。昨日まで生きてきた続きの自分がそこにいます」と長谷川さんは言います。

「おいてきぼりにしないで」と長谷川さんは語ります。認知症の人を特別扱いにして、仲間はずれにし、その人抜きでもの事を決めてしまうと、認知症の人は悲しくて切ない思いをするそうです。会話をする際に一方的に話を進めない、何かを提案したら答えを待つ、認知症の人の役割をすべて奪わない、得意なことを把握して任せること。認知症の人を何もできない人として扱わないで欲しいと語っています。

認知症の人と接する時に忘れないでいてほしい、その人を中心にしたケアの、長谷川さんが大好きな話として、次の話を紹介しています。

「公園を歩いていた小さな子が転んで泣き出しました。すると、四歳くらいの女の子が駆け寄ってきました。小さな子を助け起こすのかと思ってみていたら、女の子は、小さい子の傍らに自分も腹ばいになって横たわり、につこりとその小さい子に笑いかけたのです。泣いていた子もつられてにつこりしました。しばらくして女の子が『起きようね』というと、小さい子は『うん』と言って起き上がり、二人は手をつないで歩いていきました。」



作・絵 たたらなおき

1月のオンライン

ミニ講話

たたらなおきさん

「エンバーソンさんのうち」を描いて



静岡市指定有形文化財

旧エンバーソン住宅

静岡市駿河区池田 2864-52

「エンバーソン邸」は日本平動物園の東側にひっそりとたたずむ洋館です。

二〇一七年、エンバーソン氏の生誕百五十年を記念して絵本を作ることになりました。どんな建物でどんな意義があるか無知な私でしたが、エンバーソン邸に関わるみなさんにいろいろとお聞きしているうちに、この建物のおもしろさやエンバーソン氏のドラマが浮かび上がってきて、ワクワクしながら絵本を制作しました。

今から百年ほど前、カナダから来た宣教師エンバーソン氏が西草深（英和女学院の辺り）に自宅として建てた洋館は、一九八七年には老朽化し取り壊しも検討されましたが、静岡市が譲り受け現在地へ移転されました。

エンバーソン氏が静岡にいた頃に日露戦争が勃発して、多くの兵士が亡くなると同時に遺族の生活が困窮する事態

となりました。エンバー

ソン氏は彼らのために奔

走し、「遺家族幼児保管

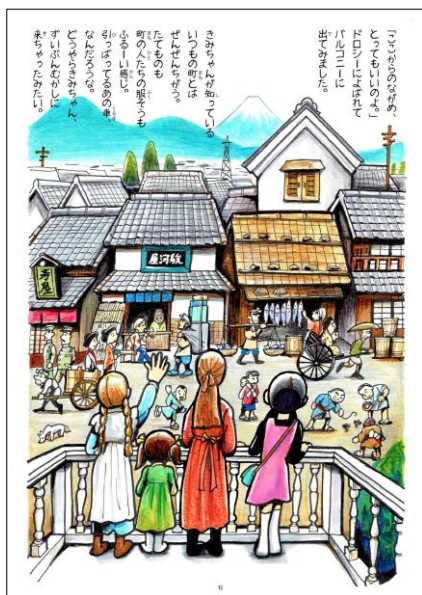
所」つまり遺族の暮らし

を救うための施設を作っ

たのです。それが現在井

宮にある施設「静岡ホー

ム」の前身です。



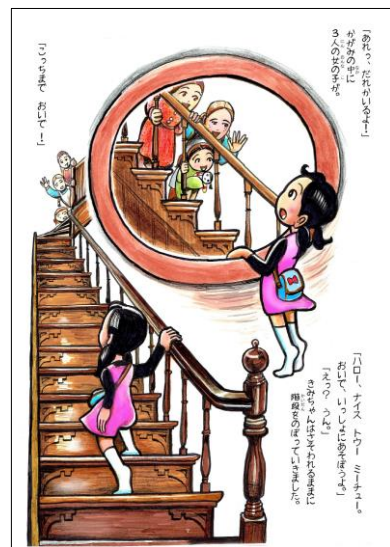
エンバーソン邸には大型版にしたものも展示していますので、機会があったらぜひ訪れてご覧になってみて下さい。

開館日 土曜日、日曜日、祝日
午前9時～午後4時30分
入館料 無料

エンバーソン邸を訪れると有度山の自然の中でタイムスリップするような気分になることができます。と同時に静岡市の歴史の一ページを垣間見るができるのです。それが過去の遺物ではなく今日まで引き継がれている事実を知ると、建物の意義をより深く感じる事ができるのです。

絵本は以上のような内容を含みつつ幼児でも楽しんで読めるように描いています。

（たたらなおきさん 記）





県立こども病院でのボランティア。
病棟に入る前の図書室での選書

絵本は・・・読んであげても

読んでもらっても幸せに！

絵本の朗読講習会へのお誘い

上藤美紀代 絵本専門士・当 NPO 法人副理事

静岡市の生涯学習センター主催の絵本講座は、70代の方のご参加も珍しくありません。孫に読んであげたい、読み聞かせボランティアを目指したい、何か人の役に立つことをしたい！など、高い志を持って、お互いに刺激し合いながら、楽しく励まれる御姿に感動することもしばしばです。

お教室での勉強の際には少しお声が小さく、パワー不足を心配するような方が、いざ子どもたちの前での実践になりますと、実に生き生きと、明るく、“演じる”ことまでできてしまうのですからびっくり!! 子どもたちの素直で可愛い反応があるというだけで、あんなふうに微笑ましく幸せな時間が生まれるなんて、絵本ってほんとうにすごい！と思います。

昨年オンラインカフェの中で、参加者の皆さんから「私も絵本を読みたい！」という御声が上がったことが本当に嬉しくて、“誰かのために読んであげる”あったかい活動が実現できたらよいナと考えています。お孫さんに、お子さんに、お友達に向けて、お好きな絵本を読んでもみませんか？

※オンラインカフェの 参加申し込み

一月十七日（日）の二時から四時にオンラインカフェを行います。参加をご希望の方は、下記のメールに申し込んでください。当日までに、Zoomのご案内とパスワードをお送りします。

☆お知らせ

毎回 看護師、ケアマネ、社会福祉士、介護福祉士、臨床心理士等が参加して一緒に楽しく語り合い、ご希望があれば、皆さまからの質問や相談に応じています。オンラインの中で他の人とは別に、一対二での相談ができます。ご希望の方は申し込んでください。秘密を守ります。

会場 静岡市葵区城東町 34-14

城東コミュニティプラザ
HapiSpo (ハピスポデイ和かな)

会場提供・共催

社会福祉法人 静和会

主催 NPO 法人
ヒューマンケア・支援機構

連絡先 ☎ 090-5620-6070

✉ orange@npo-humancare.jp

一月のオンライン・カフェのプログラム

- 一、たたらなおきさんの絵本の話
 - 二、ご希望により次のグループで
 - ① 認知症についての話し合い
 - ② 認知症のご家族等の話し合い
 - ③ 好きなことなどの話し合い
 - ④ 上藤さんに絵本の朗読を学ぶ
 - ⑤ 相談（1対1でも）
 - ⑥ その他、ご希望があれば・・・
- 参加グループのご希望をオンライン申し込みの時にお知らせいただけますと幸いです。