



NO. 70

2014年7月8日(火)

ゆめ 夢 通信

特定非営利
活動法人
ウエーブ



〒321-1263

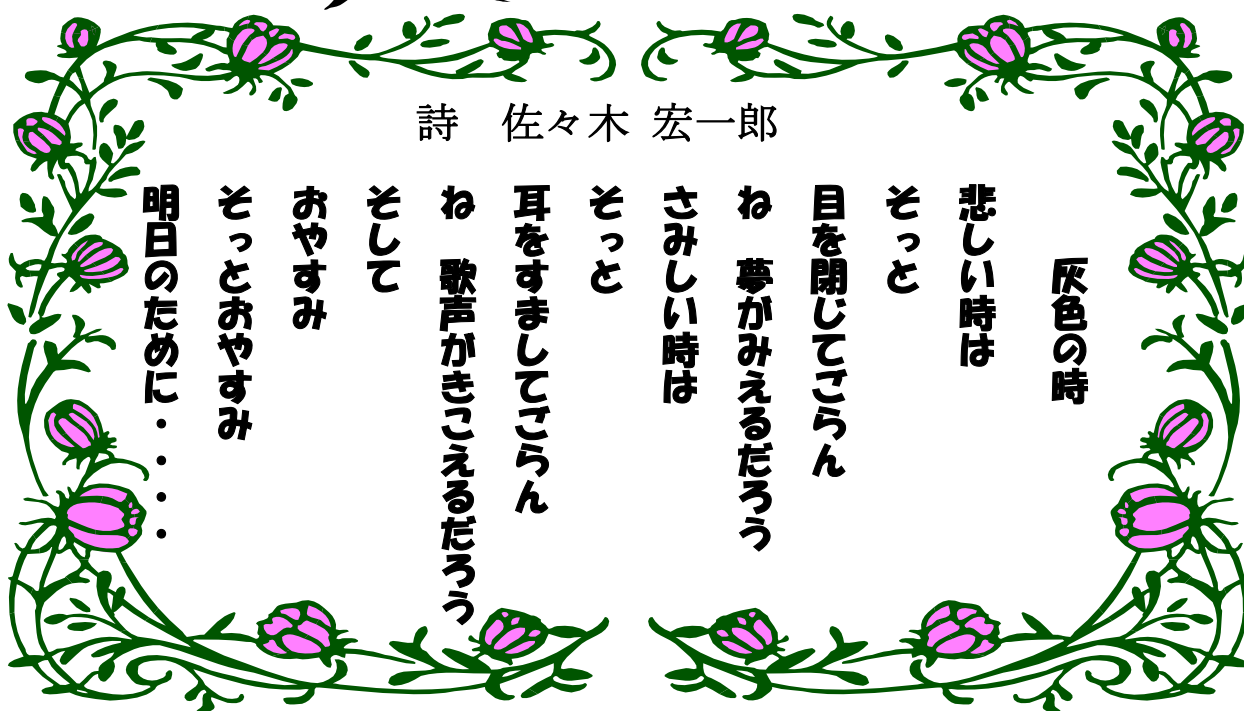
日光市瀬川95番地1 (朝日町)

電話 0288 (21) 5330

FAX 0288 (21) 5388

メールアドレス info@wave-i.org

【事務所営業時間】 平日9時～18時



詩 佐々木 宏一郎

灰色の時

悲しい時は

そっと

目を閉じてごらん

ね 夢がみえるだろう

さみしい時は

そっと

耳をすましてごらん

ね 歌声がきこえるだろう

そして

おやすみ

そっとおやすみ

明日のために……

うっとうしい日々が続いていますが、皆さまお元気にお過ごしでいらっしゃいますか。この時期に咲くあじさいの花は、梅雨に似合うぴったりの花だなあ、と毎年思います。6月18日に国会で成立した、地域医療・介護推進法は、介護保険制度の今までにない大きな見直しとなっています。要支援の訪問介護と通所介護の2つは、市町村の事業に移されます。現在は、全国どこでも同じサービスが受けられているが、改正後は、市町村によって受けられるサービス内容や利用料金に違いが出てきます。サービスの地域格差が大きくなって行くこととなります。また、特別養護老人ホームへの入所は、要介護5～3の人に限られるようになります。細かい面はこれから検討されていくこととなります。これから私たちは、いかに元気に終末を迎えるようにするか、公的サービスには限りがあります。身近な人たちと話し合い、お互いに支えあっている地域社会を築いていかなければなりません。受けたいときに受けられるサービスが、常に用意されているわが町日光市であってほしいです。これからも、皆さまのご指導とご支援をよろしくお願いいたします。

理事長 芳賀 マサ子

ちぎり絵と中学生ボランティア体験・・・デイサービスだより



♪むかし むかし
うらしまは～♪
みんなで作った見事な
浦島太郎のちぎり絵が
完成し、全員で記念撮影
です！！



～ 光輝く 天の川 ～
願いごとを書いた七夕か
ざりを手に、ハイチーズ☆

パステル画

今年も日光東中学校の
学生がボランティアに
来てくれました。
中学生が用意してくれ
たパステルという画材
を使ってあっというま
に素敵な風景画がで
きました！！！！



中学生から体験学習の感想をいただきました

- ・今年が2年目なので、昨年よりも多く利用者さんとコミュニケーションをとり、積極的にすばやく動けたので良かったです。
- ・話しかけた時に、笑顔で話し返してくれたので、とても嬉しかったです。



- ・食器拭きなども昨年もやりましたが、利用者さんの分やスタッフの分も食器を拭いたので、とても大変でした。
- ・2年目でも、できないことがたくさんあったので、来年はもっとしっかり仕事ができるようにしたいです。
- ・今年が去年より利用者の方と話をする事ができたと思います。
- ・利用者さんの髪の毛をドライヤーで乾かすことや、お茶出しなどの経験はとてもよかったです。

- ・来年は今年よりもよく活動し、積極的に話しかけていきたいです。
- ・食事の用意も素早くできるようにがんばってきたいです。



寄付ハイク

5月10日(土)に栃木市で行われた「寄付ハイク」は、青空が広がる素晴らしい天気にも恵まれ、昨年が続いて、気持ちよい汗をたくさんかきました。

ウェーブは、蔵の街とちぎ散策コースに2名、太平山頂往復ラン・コースに参加した吉成さんはトップでゴール、優勝が寄付の獲得に大きな貢献をしました。参加者から19名、不参加者から32名、合計61名の方々から97,000円もの寄付をいただくことができました。



ラン・コースの上位入賞者で記念撮影

皆さん、本当にご支援ありがとうございました。参加されました方大変お疲れ様でした。いただいた寄付金は、温泉入浴介助、観光車椅子介助ボランティア、居場所「ほっとウェーブ」の事業に使用させていただきます。

医療川柳・四字熟語・・・ 家族会員 高賀茂 敏男

- ・ ベッド上 食べては悩むは 排泄時
- ・ 昼下り 今朝のおかずも 忘れてたり

・ 介護勝妻（かいごしょうさい）

病気で身動きが出来ない時、妻の献身的介護に勝るものは無い。感謝の心を忘れずに。

な～んか変・・・ 飲酒運転とひき逃げ

別々の問題^のだけど。呑^{おおよそ}でる人は大凡逃げるので一緒にしました。

福岡の事故から道路交通法改正で、自動車危険運転致死傷罪ができ、最長25年の懲役が課される事となった。でも、逃げて酔いが醒めてから出頭すれば自動車運転致死傷罪が業務上過失死傷罪。

遊びに使っていても業務上過失とはこれまたおかしな話だが、格段に罪は軽くなる。つまり逃げ得。

普通に考えれば轢いてしまった瞬間までは過失、逃げた瞬間からは傷害、殺人だよ。最高刑は極刑でなくてはおかしい。加えて無免許運転がほぼ無罪とは信じられないね。まるで運転免許が必要無いような判決だもんね。代議士先生は事故のみ消し工作はしても、極刑もありうる法改正には消極的なのだろう。

な～んか変だけど何ともならないのかな～？

家族会員 福田 裕姿

“毎日を元気で笑顔に過ごしたい”

梅雨は、じめじめとした日が続くという思いでしたが、今年は大雨が多く、あちこちで被害のニュースも聞かれ、大変と思います。しかし梅雨が明ければ、太陽キラキラとたまらない暑さが続くかと思うと今の季節も好きに感じられます。



でもこんな時期、体の調子が悪くなるのが困ります。関節のあちこちが痛く、治癒が遅く、生活に支障をきたしています。ウエーブデイサービスに行っては、人生の先輩でもあるご利用者様に元気をいただいている今の私です。同じ人生であるなら皆様と一緒に、笑って明るく、仕事も趣味もずっと楽しく過ごしていきたいと願っています。

歳を重ねていくと、自分の都合の良いように甘え甘えて行ってしまうので病気も寄って来るのでしょうか。いつまでも元気で過ごそうと思ったら、自分に少々きびしくという気持ちでおります。

皆様とはいつまでも元気でウエーブでお逢いしたいですネ。

デイサービス看護師 福田 静江

生ギターの伴奏で♪

私は、ウエーブのふれあいの活動会員の渡辺です。いつもウエーブの総会には参加しているのですが、今回の総会後のふれあいコンサートは、石川修一さんのギター生演奏でした。



私は音楽が好きなので、楽しみにしていました。クラシックの曲やジャズ、童謡と演奏内容も幅広く、私が好きな演歌の演奏までしていただき、「新妻鏡」の曲は生ギターの伴奏もしていただけて、気持ち良く歌わせていただきました。ありがとうございました。

活動会員 渡辺 康成

「ロコモ」ってな～に？

ヘルパーの仕事をやらせていただくようになってから、いろいろな講習会に参加し、勉強させていただきました。今回は「健康寿命を延ばすために、ロコモを予防しよう」という事を学習してきました。“ロコモ”とは、骨や関節、筋肉が衰え介護が必要になったり、そうなる危険が高くなった状態の事だそうです。私達は出来るだけ自分の力で食べたり、歩いたりしたいものです。運動機能は齢を取るに従って低下しますが、ちゃんとした動きで実際の年齢より機能を若く保つことができるそうです。

「開眼片脚立ち」・・・これは両脚で立つよりも倍以上の負荷を片脚にかけるため、脚を丈夫にする効果があるそうです。左右1分間ずつを1日3回！

ロコトレをやる時は無理せず、自分のペースでやりましょう。痛みを感じたらすぐに中止し、医師に相談しましょう。転倒しないように必ず、つかまるものがある場所で行いましょう。特に、膝や腰に過度に負担をかけないことが大切だそうです。

ロコモ予防で健康で自立した生活が送れる「健康寿命」を延ばして、楽しい毎日を送って下さい。でも、それができなくなり、無理という方は、私達ヘルパーがいつも側にいるという事を忘れないで下さい。私達はこれからも講習会に参加し、皆さまのより良い支えとしてお手伝い出来るように頑張りたいと思います。

ヘルパー 沼尾 芳江

「幸せの黄色いレシートキャンペーン」のお願い

イオン今市店では毎月11日が「幸せの黄色いレシート」キャンペーン開催日です。

黄色いレシートの総額の1%がウエーブに還元されます。

是非「黄色いレシート」キャンペーンの時にはウエーブのボックスに黄色いレシートを！これからも引き続きご協力の程、宜しく願い致します。

通常総会の報告と創立20周年記念事業実行委員の募集について

平成26年度通常総会が、5月18日（日）午後1時より、市中央公民館の会議室において開催されました。会員数177名中 出席130名（本人出席者34名、委任状出席有効数96名）の参加をいただき、平成25年度事業報告活動決算報告、26年度事業計画活動予算等の審議がなされ、満場一致で各議案が承認されました。

その他の項にて、理事長より来年は、創立20周年を迎えるにあたり記念事業の開催について、実行委員会形式で開催に向け事業内容、開催月日等を決めていくことの提案が出されました。この案件も満場一致で承認されました。

つきましては、20周年記念事業実行委員を募集しますので、ぜひ、皆さんお申し出ください。どなたでも応募できます。楽しい記念事業にするために皆さんのお知恵と行動力をお待ちしています。

活 動 報 告

（平成26年4月1日～平成26年6月30日）

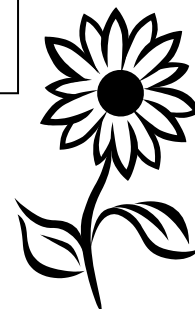


4/4	（金）	とちコミ寄付ハイク 出場団体会議（栃木）	1名
4/13	（日）	イオン幸せの黄色いレシートキャンペーン贈呈式	1名
4/14	（月）	日光小規模福祉会	1名
4/16	（水）	日光市介護サービス事業者連絡協議会総会	3名
4/21	（月）	日光認知症・若年性認知症の会総会	1名
4/23	（水）	5/21（水）6/18（水）	
		日光ボランティア市民活動フェスタ2014実行委員会	延3名
4/23	（水）	5/21（水）6/26（木）	
		とちぎ地域福祉ネット定例会（宇都宮）	延3名
4/28	（月）	ヘルパー研修会[太極拳入門]	24名
5/10	（土）	寄付ハイク（栃木）	2名
5/13	（火）	第1回 理事会	11名
5/18	（日）	平成26年度通常総会	34名
		ウエーブふれあいコンサート	47名
5/22	（木）	主任介護支援専門員連絡会	1名
5/27	（火）	デイサービス日帰り旅行（那珂川水遊園）	23名
		全活動会員研修会[救命入門コース]	34名
6/7	（土）	市民福祉団体全国協議会総会（東京）	2名
6/24	（火）	とちコミ寄付ハイクの振り返り（宇都宮）	1名
6/27	（金）	老人福祉施設機能訓練指導員研修会第1回（宇都宮）	1名

ご協力誠にありがとうございました

(順不同・敬称略)

会員・寄付者ご芳名（平成26年4月1日～平成26年6月30日）



正会員（活動・利用会員） 160名

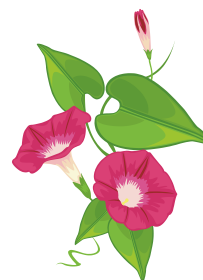
家族会員 17家族

賛助会員

法人 4法人 合計 4口

個人 80名 合計 86口

寄付者 93名 寄付金 計 219,426円



たくさんの方からお菓子、野菜、お茶その他日用品などのお心遣いをいただきました。
お名前は省略させていただきます。