

# 仲間との繋がりと居場所 断酒例会発足45周年記念集会



▲久しぶりに対面での開催となった記念集会



▲長年活躍された役員の方に感謝状が贈されました



眞柄弘美  
（林病院  
北2病棟  
師長）  
員の皆様、林  
皆様、病院関  
係者の皆様の  
ご協力心より  
感謝申し上げ  
ます。

記念講演は、岡山県断酒  
雄副院长が「今後の断酒会  
に期待すること」をテーマ  
にお話しされました。講演  
の中で、先生の担当する患  
者さんが断酒を継続し、こ  
の記念集会の司会進行を立  
派にされている姿を見て、  
嬉しい気持ちと同時に元気  
をもらえたと話されました。  
また、体験発表では、

今回、参加者は職員も含  
めて総勢約70名と大盛況で  
した。断酒会  
（林病院  
OB会の  
皆様、病院関  
係者の皆様の  
ご協力心より  
感謝申し上げ  
ます。）

窓を開けて常  
時換気を行う  
など、感染対  
策を行いなが  
らの開催とな  
りました。入  
院患者さんは  
会場への参加  
はできません  
でしたが、北  
病棟3階のア  
ルコール学習  
室からオンライン  
インで参加し  
ていただきました。



▲北山幸雄副院长の記念講演

## 当事者交流会 ゆとりの会

病気、人間関係、将来のことなど、当事者  
同士で交流しています。事前の申込等は必  
要ありません。お気軽にご参加ください。

日時：12月14日(水) 15時～16時半  
場所：林友の会事務所  
参加費：100円（お茶菓子代）

## 家族交流会 あじさいの会

心の病気をもつ方のご家族であれば、ど  
なたでも参加していただけます。初めての  
方もお気軽にご参加ください。

日時：12月8日(木) 14時半～16時半  
場所：林友の会事務所  
参加費：100円（お茶菓子代）

## 集団的自衛権の行使に反対する中区の会 第85回行動 スタンディング

スタンディングでのアピール行動です。  
どなたでもお気軽にご参加ください。

日時：12月15日(木) 12時半～  
場所：岡山協立病院前

▼最近、学習して興味深か  
った事を書こう。育成のボ  
インについての学習でし  
た。人に語り掛けたり、人を  
教育していこうと思うとそ  
の人に関心を持つてもらう  
必要がある。つまり語り掛  
けられた話しやその時の教  
材「自分にとつて重要」で  
あると思えるかどうか、重  
要なものとして認識できる  
かが大切であるという事で  
その働きをしているのがR  
AS（レティキュラー・ア  
クティベイティング・シス  
テム）という機能だそうです。  
逆に自分にとつて重要と認  
識しないものを意識の中で  
除外する機能をストコーマ  
と言うそうです。▼RAS  
が極端に偏ると自分の興味  
関心が偏ります。偏るほどそ  
の考え方の中で自分自身がし  
んどくなることがあります。  
ストコーマの作用をうまく  
外していく事でRASの機  
能が極端に働く事を防ぐこ  
とが出来ます。▼ストコーマ  
を外す方法としては①自分  
と違う意見の人との話を聞く  
事が出来ます。▼ストコーマ  
と普段読まないような本を  
読んでみる。③ドラマや映  
画、いつもは観ないものを  
見てみる。などがあるそ  
うです。▼いろいろな事の中  
から自分が生活しやすい知  
識や考え方を見つける事が  
できるといいと思います。  
自分がかかる人が、自分  
と話して少しでも楽になれ  
るよう、その人が関心を持  
つて聴ける話し方を心掛け  
たいと思います。（黒ひげ）

予定が変更になる場合  
もあ  
ります。事前にお問  
い合わせください。

こ  
だ  
ま

第465号  
発行  
二〇二二年十二月一日  
〒703-8520 岡山市中区浜四丁目  
電話（06-6227-1157）  
発行責任者 石田正也  
紙代一部50円（郵送料15円）

林友の会

心のひろば





▲獅子舞登場



▲狙い撃ち

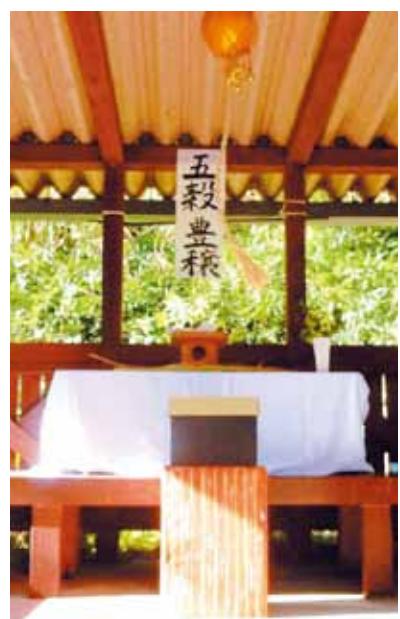
昨年同様 今年も夏祭りを！と意気込んでいましたが、コロナ第6波の余波を受け、中止せざるを得なかつたのは7月の事。それで

# 伝統的な遊びと神事 自然の中での秋祭り

岡山ひだまりの里病院

たという思いを胸に、また実現できることを考えています。

(岡山ひだまりの里病院)  
作業療法士



▲五穀豐穰



#### ▲焼き芋型のカードで寄せられた感想



▲メンバーさんが書いてくれた素敵なお絵手紙

ノロの炭火でこんがり焼きあげていきます。焼き上がりを待つ時間にみんながリクエストした曲を流して秋ムードの気分に浸つて、次第にサツマイモの皮の焦げた香ばしい

作りです。会場準備や炭起こしなど、みんなで力を合わせて行います。

香りがあたりいっぱい立ち込めてきて、そろそろ食べごろです。

「笑顔に包まれ身体もほかほか、幸せでした」などの声が寄せられ大好評で、来年もやりたいと言う希望も聞かれました。食後も座つて談笑したり思い思いにリラックスして過ごすなか、心地よい風が頬を撫で、ぬくもりのある日差しがあふれる気持ちのいい一日になりました。

(林病院 デイケア)  
看護師 山口美幸

秋晴れの下で焼き芋  
心も体もほかほかに

林病院



### ▲みんなで作った看板



▲青空の下で食べる焼き芋は格別

声



●新しいユニフォームも落ち着いた色で素敵ですが、モデルも素敵ですね。

(高嶺の花子さん)

●「いつでも元気」の「阿津ひだまりの里」紹介読みましたよ。岡山市阿津の皆さんに根ざした施設ですね。私も一度お訪ねしたいと思っています。(住寄善志)

(住寄善志)

●グループホームの方のぶどう狩り、お天気も良さそくうで外に出かけることも多い気分転換になりますね。(児島健晴)

(児島健晴)

●誠意のこもった敬老会には感動しています。皆さん楽しいひと時をすごされました。(新谷民子)

(新谷民子)

●11月号を読み、成年後見の講義は70代の方など難しかった。活用してほしい世代の方に活用しにくい状況は矛盾を感じます。(山中祐依)

(山中祐依)

●11月のおべんとうを楽しんでいます。早くコロナが収束してほしいと思います。(築澤佳陽子)

(築澤佳陽子)

(寺岡恒実)

●いつも元気です。毎月「心のひろば」を楽しみにしています。これからも、がんばって下さい。

●両親はすでに他界しており、困った事があると2人の兄に相談してのり超えてきました。毎年、クリスマスは3人でケーキとチキンを楽しみます。今年はすでにプレゼントも用意しているので

●五月に植えたはやどうり、やっと収穫が始まりました。昨年は1本から250個の収穫。今年はそれを上まわりそう。それにしても肥料の高騰には驚くばかり。農家さんの大変さが分ります。

●心のひろばを楽しんでいます。早くコロナが収束してほしいと思います。(高河せいら)

(原田恵子)

●家にこもる日が多く外出では出歩くのも危ないから寂しいです。友達が欲しいけど、人見知りが強くて無理かな?と半ば諦めています。

(由井佳代子)

●運動とダイエット、共通の課題ですね。食べて運動するのですが、どうも食べて満々と咲き、辺りによい香りを漂わせていました。11月はそれにつながつてホットギスが小さな蕾をつけています。きっと咲いてくれるでしょう。今からワクワクしています。

(光本百合子)

●10月は金木犀の花が初めて満々と咲き、辺りによい香りを漂わせていました。11月はそれにつながつてホットギスが小さな蕾をつけています。きっと咲いてくれるでしょう。今からワクワクしています。

(中山芳樹)

●先日、近日の方から「アロマティクス」の鉢植えをいただきました。肉厚の葉っぱが可愛らしいです。大切に育てようと思います。

(アロマティクス)

●81才になつてようやく、この世はもちつもたれつだと分りました。兄妹姉妹でもそうですね。自分にはものを持っています。

(石原行子)

●新型コロナウイルスに感染し、自宅療養をしました。症状は風邪かと思う程軽く、持っていたのに入院にはならずビックリでした。症状は風邪かと思う程軽く、外に出なくて仕方ありませんでした。完全に回復し自由だー」と叫びました。健康つて大事ですね。(Y.O)

(Y.O)

●新しい事にチャレンジができる秋があつという間に過ぎて、寒くなつてきました。免疫を高めて、仕事にプライベートに励みたいです。(年中ダイエッター)

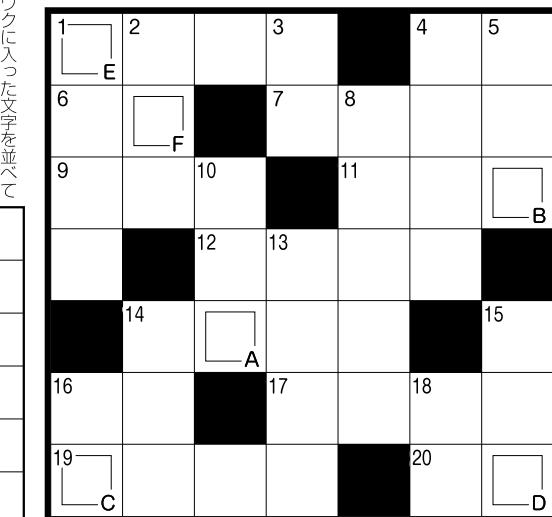
(年中ダイエッター)

●新しい事にチャレンジができる秋があつという間に過ぎて、寒くなつてきました。免疫を高めて、仕事にプライベートに励みたいです。(年中ダイエッター)

(年中ダイエッター)

※「重ワク」に入った文字を並べてできる言葉は何でしょう?

## クロスワードパズル



## ◎ヨコのカギ

- ①商品が一覧できる販売用の冊子
- ④芭蕉の句、岩にしみ入るのは何の声?
- ⑥○○像、実○○、認○○
- ⑦切符
- ⑨サザエさんの夫
- ⑪聖画像
- ⑫自然界の鳥
- ⑭100%がジュース
- ⑯尺の10分の1
- ⑰彦星の仕事
- ⑲宇都宮が有名な中華料理
- ⑳既婚者はミセス、未婚者は?

## ◎タテのカギ

- ①シーズン最初の試合は○○○
- 戦
- ②貯金しておく家具
- ③こぼす不満
- ④敵の情勢を密かに探る兵
- ⑤指が分かれていらない手袋
- ⑧様子を表す品詞のひとつ
- ⑩地震、雷、火事、○○○
- ⑬途中で失礼します
- ⑯関係すること
- ⑯首都はベルン
- ⑯花粉症の原因となる木
- ⑯トイレになると困るね

## パズル当選おめでとう

▼村田 光 ▼矢野 広行  
▼中山 芳樹 ▼寺岡 恒実  
▼相田 知子 (敬称略)

## 林病院 けやき外来診療表 (2022.12.1~)

月	火	水	木	金	土 <small>*1</small>
午前	北山	吉井	吉井	原	吉井
午後	吉井	藤本	田中	松下	清光
	尾原	前田	前田	林	林
		岡本			
	岡崎	吉井	北山	吉井	
	藤本	尾原	中村	岡崎	
	原	廣中		北山	
	廣中			西川	

\*1 土曜日の医師体制は、隔週毎になります。 \*2 月曜日の廣中医師は、第1・第3・第5週になります。

午前診療時間 9:00~12:30 (受付時間 8:30~12:00)  
午後診療時間 14:00~17:00 (受付時間 14:00~16:30)

初診の方は、あらかじめ電話でご予約ください。

TEL086-272-8570 (けやき外来直通)  
TEL086-272-8811 (林病院代表)

林財団ホームページ  
<http://www.hayashi-dorin.or.jp/>

●入院のご相談は  
代表(086)272-8811

へお電話ください。  
入院担当看護師へ  
おつなぎします。

夜間・休日も  
対応しております。

デイケア  
(月)~(土)  
9:00~15:00

ナイトケア  
(月)~(土)  
16:00~20:00

重度認知症患者  
デイケア  
(月)~(土)  
9:30~15:30

認知症専門病院  
岡山ひだまりの里病院  
外来診療表

月	本田
火	本田
水	藤田
木	藤田
金	藤田

9:00~12:30  
電話で予約して  
ご来院下さい  
☎ (086)267-2011  
認知症デイケア  
(月)~(土)  
9:30~15:30

## 電話相談

電話: 086-272-2957 (林友の会)  
平日 8:30~17:00

生活相談・法律相談・家族相談

各相談は、林友の会事務局員が  
事前にお話を伺い、  
相談員へお取次ぎします。

## 相談員

氏平みほ子 (県議)  
林 潤 (市議)  
石田 正也 (弁護士)  
則武 透 (弁護士)  
家族会役員