心地よい風に吹かれて歩く 満開の梅を楽しんだ後楽園



伍賀大祐

▲梅林の向こうには岡山城

2023年度 定期総会

1年の活動を振り返り、今後の活動方針 を確認します。今年も、人数を制限しての 開催を予定しています。詳細については次 号でご案内します。

日時:5月13日出午後 場所:林病院ひまわりホール

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: 4月12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

季節を味わえるイベントを

企画していき、メンバー

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

場所:林友の会事務所

3月1日、デイケアのプ

梅を同時に見ることができ 非常に落ち着く場所だなと とてもきれいに整備されて できました。 気候の良さもあって

ら後楽園に到着。事前に申

道中に休憩をはさみなが

し込みしていたこともあり、

感できる日でした。

も良くて暖かく絶好の散歩 散歩に出掛けました。天気 ログラムで後楽園に梅見の

過ごしやすいと実

ズに入園することが 後楽園の中は にここが映えスポットじ メンバーさんからも「まさ

▲見事に咲きほこる満開の梅

と思われる学生さんが花を には、この日に卒業された な」と声がでるほど。 新しい門出の一場面を見さ もって回っている姿もあり

集団的自衛権の行使に反対する中区の会 第90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: 4月13日休) 12時半~ 場所:岡山協立病院前

い合わせください。もあります。事前にお問もあります。事前にお問 方もお気軽にご参加ください。

今後もデイケアでは、

かり講じつつ

せてもらえた気持ちになり

日時: 4月20日休) 14時半~16時半

参加費:100円(お茶菓子代)

沽できる年金になっている 齢になった時に安心して生 質賃金は約30年間上がって うです。しかし、労働者の 保は500兆円を超えたそ のです。▼大企業の内部留 市県民税などが飛んでいく ら、健康保険料、介護保険料 た。そのうえ少ない年金か 気を付けるようになりまし はなるべく行かない、など 消して早寝早起き、買い 厳しい現実を実感する毎日 私自身、年金暮らしに入り て胸が苦しくなります。▼ 情けない、寂しい」読んでい 化的望みはほとんど却下。 年金は毎月の治療費に」「文 食事は1日2回」「新聞やめ はね返ってきます。「月8万 厚生年金の男女格差として 役時代の男女賃金格差は、 たろうかと心配です。▼ む)の年金月額は、女性で です。スーパーではなるべ ここにある窮状―175 ません。 「保障を受ける権利は人権」 一夫する、電気はこまめに 、貯金がつきるか」「夫の 、レビもやめ」「命がつきる **燻のケア労働を担ってき** います。育児や介護など 10万円未満が50%を超え 安い食材を選んで料理を 金受給権者(基礎年金含 非正規雇用も増 現役世代が高

ま

の

友

ば

て暮らせる地域

般社団法人 はるそら

安心できる人や場所に繋げ

けた本人・家族が、誰とも 若年期に認知症の診断を受 代表を務める一般社団法人はるそら。 社団法人はるそらは、 「はるそら」の活動をご紹介します。 新春号の座談会に参加いただいた多田さんが 繋がれず不安な気持ちで過 今回は

したい。仲間づくりをして、 ごす「空白の期間」を短く



▲おでかけイベントで頼久寺を訪れました

▲事務所に手作りの机とイスをいただきました

多田美佳

アサポートを通じて精神的 づくりを進めています。 して暮らし続けられる地域 な不安の軽減を図り、安心 (一般社団法人はるそら 代表理事

きらめきプラザ2階 岡山市北区南方2丁目13番1号 TE 086-230-4834 若年性認知症サポートセンター ゆうあいセンター

るそらでは若年期に診断の 少ないです。そのため、は 事から、高齢の方とは課題 たいとの思いから2019 くり等を行っています。 付いた方を中心に居場所づ にサービスに繋がることが じですが、生活背景が違う なので、なかなかスムーズ も大きく変わってきます。 は年齢に関係なく症状は同 若年期の認知症のご本人

回/月、②お出掛けイベン ら広場」(認知症のご本人 ミナールの開催(認知症の 回/月、介護家族のための ト2回/年、③はるそらゼ 同士の語り場)1回/月、 大学生との多世代交流会1 「はるそらしゃべり場」1 主な活動は、①「はるそ さやごと食べるのがさやえ い、旬は3月から4月です。 んどうです。絹さやともい えんどう豆を若どりして、 今回はさやえんどうにつ 栄養科からおとどけ!

【栄養】

ご本人・家族や地域の方と

ジンは体の成長や修復に寄 ジンが含まれています。リ ルシウム吸収の促進の効果 与し、集中力の向上や、カ 分にはビタミンB1やたん 食物繊維が豊富です。豆部 もあります ぱく質、必須アミノ酸のリ カロテン、ビタミンC、

業を受託し活動しています。 山市認知症ピアサポート事 施しています。他には、岡 行う勉強会)3回/年を実

退 職のご挨拶

林友の会事務局

この度3月末で公益財団

って特別な存在です。患者 団では約39年間、 法人林精神医学研究所を退 中でも、林友の会は私にと などの職場で勤めました。 職する事になりました。財 、庶務課、 林友の会 総務課、

せん。

「障害者医療費の公

費負担制度の適用を精神障

害者にも」の取り組みに賛

うございました。 るかと思います。 の任についていますので、 幹事会、総会でお会いでき なりました。感謝していま 遣っていただき、お世話に 皆さんには様々な場面で気 総会までは事務局次長



鮮やかな緑色をしている 【さやえんどうの選び方】

- ・豆が小さいもの
- ヒゲが白っぽいもの

心身障害者医療費公費負担制度

健

康を増進

全体にハリがあるもの

[調理法]

制度の実現に期待

ンCを効率的に摂取できま ごと一緒に食べればビタミ 噌汁やスープに入れて煮汁 も良いでしょう。また、味 ッと茹でてごま和えにして です。炒め物にしたり、 間で加熱するのがポイント 損失してしまうので、短時 感が悪くなりビタミンCも 火を通しすぎると色や食

> 科や倉敷市内の精神科病院 あります。私は林病院の歯 の負担に苦しんでいる」と 人々がより大きい口腔疾患

への歯科往診などを経験し

(管理栄養士 岡部舞)

的な理由等で受診や健康の

回復が妨げられてはいけま

とを実感しています。まさ

のトラブルを抱えているこ 多くの患者さんが歯やお口

に弱い立場の方々が、経済

断されたことで、今後の見 年齢に関係なく認知症と診 このピアサポート事業は、

る認知症の人に対して、ピ 通しなどに不安を抱えてい

お聞きして大変勉強になり さんご家族の声をたくさん

また、会員さんや役員の

成です。

滝本博

ありがと が苦痛になり、 を要します。 なれば治療には時間と回数 しまいます。そして重症に い我慢するうちに進行して な症状があっても、ついつ なることもよくあります。 虫歯や歯周病などは不快

治療そのもの

ばさ薬 笑顔を大切にする薬局です どこの病院の処方箋も受付致します

【営業時間】

月水木金 9:00~17:30 9:00~17:00 土曜 9:00~13:00 休み

日・祝日 電話】

086-272-2710

【処方箋受付FAX】 086-272-2713

〒703-8256 岡山市中区浜621-1

検索

つばさ薬局

苦痛を減らすことになりま 的なメインテナンスをして うちに治療を済ませ、予防 ことになりますが、嚙み合 その結果多くの歯を失って なります。できれば軽症の めの指導などには、患者さ わせの調整や使い続けるた いく事が患者さんの負担と んに合わせた配慮も必要に

ものです。 す。いかなる障害があって な配慮に期待します。 も受療権は保障されるべき 身の健康増進にも寄与しま (水島歯科診療所 歯科口腔保健の充実は全 自治体の政策的





思えます。

次は花見。

今回の活動

の勢いをそ

桜の開花が待ち遠しく

ます。季節も春を迎え、 てきているように感じ の陰りも少しずつ晴れ

▲大きくて真っ赤なイチゴ

利用者さんが楽しめ のままに、 活動ができたらと思 (グループホーム 今年こそ、

「どれくらい負担が増 金暮らしで苦し

精神保健福祉士

小松原航

病気があるから受診は

仕方が、 2022年10月から75歳以 一の医療費窓口負担2割化 な います。この声 など切実な声

が苦しい中で負担を強 した。コロナ禍、 大きさが浮き彫りとなりま そして物価高など生活 年金の削

ど生活への影響の ようになった」

「受診をためらう

結果だといえます。

が守れているといえるでし 障した健康で文化的な生活 を社会に発信し2割化を中 この実情は憲法25条が保 皆様から頂いた声

> 思います。 止させる運動を進めたい (岡山ひだまりの里病院 精神保健福祉士

日髙衛

並み中止となり、

と満足そうな表情を浮かべ エネルギー充電ができた」 近疲労が溜まっていたけど

全員そろって笑顔で記

ていました。最後には

念撮影をしました。

新型コロ

ナウィルス

開催を最後に、新型コロナ ていました。他の行事も ィルスの影響で中止とな 2020年春の イチゴ狩りは3 「山フルーツ

チゴを存分に食べていまし キラキラとした真っ赤なイ

ある参加者の方は「最

チゴ狩り行きまし のレクリエーシ ョンでイ

ます。

参加者の皆さんは、

と4種類もあ 皆足姫と、なん

おなかいっぱい堪能 笑顔で楽しんだイチゴ狩り

グループホーム

ため、 るイチゴは、紅 無制限の食べ放 しました。時間 にはバスで移動 方が参加。現地 っても特別な想 なく世話人にと チゴ狩りは、利 きました。その 我慢の日々が続 たくてもできな らつぺ、か 当日は5名の がありました 者さんだけで ゆめの モヤモヤと 堪能でき 今回のイ れわり か、

▲参加者全員が大満足でした

常生活に大きな影響

岡山ひだまりの里病院

〈75歳以上医療費窓口(2割化実施後)アンケート〉

- あなたの年齢で当てはまる方に

 ジチェックして下さい。 □75歳以上 □74歳以下
- 2. あなたの医療費の負担割合で、当てはまるものに▽チェック □2割 □3割
- 3. 2022年10月以前の医療費の負担感について、当てはまるものに▽チ
- □とても重い □重い □善通 □軽い □とても軽い あなたは、2022年10月から窓口負担が1割から2割に増えましたか? □いいえ→※9を記載して終了です。
- 5. 医療費が2割になってからの負担感について、当てはまるものに☑チェッ クして下さい。

□とても重い □重い

□犇浬

□軽い

□とても軽い

▲アンケート用紙の一部

費を節約する らに重くなって 負担感が、2割化 象にアンケートを ることです。その になって以降はさ じていた医療費 して見えてきたこ 実施した結果です になられた方を対 アンケートを通 以前より感 「預金を切 「水光熱

令和5年3月1日から「オンライン資格確認」を 導入しています。これに伴い、マイナンバーカード が保険証として利用できるようになりました。 険証として利用するには事前の手続きが必要です) 受付にカードリーダーを設置していますので、こ

オンライン認証システムの利用のご案内

面の間使用できます。 「オンライン資格確認」によって、医療保険の加 入状況が確認できない場合はお声かけさせていただ く場合があります。今後も正確な情報の取得・活用 に努めていきますので、ご協力のほどよろしくお願 いいたします。

利用ください。これまで使用されていた保険証も当

林精神科神経科病院

▲約50人の参加がありました

り添い、 てチー

ムで支えてい

き

も利用者さんの気持ちに寄

じる機会となりました。

教育委員会

岡田真弓

医療の大切さを改めて感

の感想があり、

チー

発表者からは、 感想が出され

「これから

また、

前回はコロナ禍で延期に 今回はオンラインを併用 ての開催でした。 もがんばろうと思った」 署の取り組みを聞けて有 活発に交わされました。 発表があり、 元気がもらえた」 返ることで気付きがあ 「発表を聞き業務を振り 参加者からは、 機会が持てて良かった。 義な時間だった。自 々の実践に活かし 質疑応答も 10 他

林病院

2月25日に開催しました。 表する院内活動交流集会を

各職場での取り組みを発

・支援者の"ゆらぎ"は援助の原点 依存症支援における入院治療と外来治療

院内活動交流集会 演題-

デイケア

相談室

・人生の伴奏者としてGHにできること

-プホーム

生活保護基準引下げ違憲訴訟への

ソーシャルワーカーの取り組み 相談室

・向精神薬の使用状況について ・障害児医療/福祉の所得制限による

受療行動制限

急性期病棟におけるチームアプローチと

ソーシャルワーカーの関わり 相談室

・専門職が担う地域連携室の取り組みについて

地域連携室

課題の分離

心理科 ・臨床象の変化が心理検査でどのように現れるか

岡山ひだまりの里病院

た時、

こういうレクリエ

以

前

介護士の仕事をして

でした。

ちょっと疲れ気味

た。

コロ

ナ禍で3年ぶり

「イチゴ狩り」に参加しま

楽しそうですね。

ば

こもつ

た取り組みが素敵で

私も賛同します。

(れもん)

(クローバー)

気分があがりますね。

心の

とが議論されていました。

五夜のデコレーショ

ンで

お給料 国会で、

(工賃)

を上げるこ

も寿司屋ののれんや など気持が和みます 容器に種が描かれたすいか

んマークがかわいいプリン

事が楽しくなるにこちゃ ひだまりの里病院栄養科

Y ショッ

プや洗濯など林病

わくわく!

の皆さんには

院を支えていただいていま

ゼリー

り す。

付けが楽しみな職員です

作業所で働く方の

Yショップの季節の飾

てほしいです。

(崎本敏子)

社会に関心をもって行動し くサインしてくれました。

励

別まされ、

ます。

北に移動するの

であと少

てくれます。

暖かくなると

でお別れです。

(原康子)

クロスワードを解き、二重枠に入った文

で5名の方に図書カードを差し上げます。

hamawww@po.harenet.ne.jp

宛先: 〒703-8520 岡山市中区浜472 林友の会「心のひろば」編集部

が芽を出し春を待つ姿

力を求めました。

気持ちよ

なりました。 調がついてい

庭

のチューリ ない年齢に

が水面を泳ぎ目を楽しませ

か

あり、

ろいろな種類の鴨

なりまし

た。

あちこちで聞

●寒暖差の激しい日々に体

娘夫婦や息子に署名の協

楽しい思い出でい

・っぱ

いで

日米両国政府は何の補償も され放射能被曝しましたが

トラクターで耕うんしたら

天気でうとうしてしま

を五反四

畝

(ごたんよせ)

社会復帰の

第

歩です

ークハウスわくわく!

戦で米兵が福島

へ災害派遣

演歌を聞きながら田んぼ

東

日本大震災のお友達作

がたいです。

(西本良広)

償すべきです。

(佐藤吉臣)

ι, ()

ました。

(やっちゃん)

していません。

ただちに補

自分に適した作業はあ

に残りました。 く考えられたと思います。 に見立てて投げるなど、良 しそうな様子がとても印象 ●ひだまりの家の節分の (いつも元気なずんこ) 新聞紙を豆 楽



ず笑顔で暮らしたいです。

たですね。コロナに負け

節分レク楽しそうでよか

た とこちらも笑顔になりまし わ ●ひだまりプリンすごくか いかったです。 (くるみパン)

(ちりめんじゃこ) 見ている 出すのに。 イナン そえない

らもお 最近の ライとめ 院の給食がお は、 ●9年間入院中です。 キー お気に入りメニュ しい給食お願い ん類です。これ マカレーとエビフ いしいです 林病

ます。 (ミカエル・ハイリ)

● 政

できる言葉は何でしょう? |重ワクに入った文字を並べて

B

С

D

れそうです。 スの施行、放送局への圧力、 軍拡予算の通過、インボイ ニセ野党の暴走。 公治がメチャクチャです 日本が壊 (宮岡豊)

対です。 や百間 願います。 療が守られる社会の実現 物にして食べていました。 ためにも戦争がなくなり医 今の若い人は?自然を守る つくし Ш の季節。 の土手でとり、 軍事費増加に反 (ひろにゃ 昔は旭

生活護基準を下げるなんて 政府は困窮者の気持に寄り 信じられません。どうして ●生活保護引下げ違憲訴訟 のでしょうか。 には沢山お金を (バラ子)

●次第に春めき桜の便り 散歩道に池 かれるように が **ひ**タテのカギ ①ご飯のことをこう呼ぶ男性は

事を楽しんでいる様子が感

は

11

いですね。

(住寄善志)

丸となって四季の 利用者さんとスタッ

てしまいました。 の栄養もとり、

「春の味

だき、

まきなどを拝見させていた

で今年も作りました。味噌

塩分もとっ

手指を使う創作活動や豆

をします。

あの

味

が大好き

春にフ

キノトウで蕗味噌

しくなりました。

 $\widehat{\mathbf{Y}}$

0

ションしたなぁとなつか

になりまし だったので、

た。

(井原誠司) い気分転換

ί,

じ取れました。(なんきん)

字を並べてできる言葉をハガキかメールで お送りください。住所、氏名、紙面や友の 会活動に対するご意見・ご感想をお書きく ださい。お名前の掲載ができない方はペン ネームか匿名希望とご記入ください。抽選

②よその国

多い

③面白いと芸人がトークに使う

⑤ピッタリあてはまった!!

⑥クランク○○で撮影開始

⑧このタイプの電話が普及した ので公衆電話は減少傾向

⑪ここを通ってホームへ

⑫タバコの煙。観客席で漂うこ とはなくなった

(4)期日前にチケットを販売

16 昔風のやり方や考え方

18パスタに使うのはこれの墨

20人類が歩いた星

●ヨコのカギ

①3 D映画鑑賞時の必需品

④全席○○○だと自由に座れない ⑦干したのがダシのもとになるキ

ノコ

⑨延べ棒といえば、このメタル

⑪この赤いフルーツが入っている 大福もある

⑪自分よりランク下。「○○○○ 相手に負けられない」

⑬西部劇になくてはならない動物

(15()()()()()()盛衰

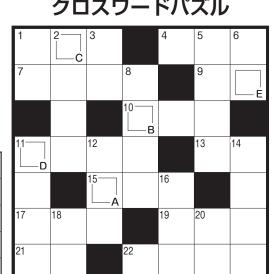
①スターに頼んで書いてもらう

(19)诵信できないこと

②刀のグリップ

②新作の初上映

クロスワードパズル



パズル当選おめでとう

▼相田みつを

応募締切: 4月15日

第468号

▼れもん

ケンバイキ

▼赤嶺 勝 ▼ひろにゃん

▼ちりめんじゃこ (敬称略)

けやき外来診療表 (2023.4.1~)

	月	火	水	木	金	土 ※1
午前	北山	吉井	吉井	原	吉井	岡崎中村
	吉井	前田	田中	松下	清光	前田/
	尾原	岡本	前田	林	林	清光北林
午後	岡崎	休診	吉井	北山	吉井	
	藤本		尾原	中村	岡崎	休診
	原		廣中		北山	
	廣中					

※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) 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 里病 外来診療表

月	本	\blacksquare
火	本	\blacksquare
水	藤	\blacksquare
木	藤	\blacksquare
金	藤	\Box

9:00~12:30

電話で予約して ご来院下さい **25** (086) 267-2011

認知症デイケア (月)~(土) 9:30~15:30

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。

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