

人生を前向きに 生きていくことの大切さ

2026年夏 林友の会総会記念講演

心のひろば

2026年5月23日、林友の会定期総会に先立ち、保健師の小椋芳子さんを迎えて「いきいき健康—生ききる人生—」と題した記念講演をおこないました。講演では、長らく保健師として活躍されてきた小椋さんが、ご自身の生い立ちから現在までの人生の経験についてお話しいただきました。

女性が勉強することが良しとされなかった時代に研鑽を積まれたことや、ご家族の看取りをきっかけに看護師をめざしたこと、地域の保健予防活動を担う保健師を天職と感じたことなど、次々と迎える人生の転換期のお話に、息つく間もないほど引き込まれました。

他にも、職場の労働環境改善を求めて始めた労働組合活動や、夫婦円満の秘訣など、様々な経験についてお話されました。

子育てについては、息子



・人生山あり谷ありの記念講演は心に沁みました。ありがとうございました。

・様々な大変なことを乗り越えながら、前向きに生きてこられたお話に元気をもらいました。「貯筋」を意識していきたいと思えます。

参加者の感想

(幹事 頭師裕貴)

時となりました。



▲記念講演の小椋氏

在宅介護支援センター 家族介護教室 第2回講座

「薬について」

高齢者の薬との付き合い方、
薬の飲み方・使い方

「嚥下について」

事前の申込は不要です、お気軽にご参加ください。

日時：7月16日(木) 10時～12時

場所：林病院ひまわりホール2階

講師：茅本道子薬剤師(林病院)

廣田智亜紀栄養士(林病院)

介護家族交流会 しゃべり場

認知症のご家族を介護されている方の集まりです。ご家族のことやご自分のことなど自由に話をしています。お気軽にご参加ください。

日時：8月8日(土) 10時～11時半

場所：岡山ひだまりの里病院

参加費：無料

家族交流会 あじさいの会

心の病気をもつ方のご家族の集まりです。病気や生活、将来のことなど話をしています。どなたでもお気軽にご参加ください。

日時：7月9日(木) 14時半～16時半

場所：林友の会事務所

参加費：無料

当事者交流会 ゆとりの会

病気や人間関係、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：7月15日(水) 15時～16時半

場所：林友の会事務所

参加費：無料

カフェこおり銀座

参加者が「ほっとできる」ことを大切にしたいカフェです。事前にご連絡いただければ詳しい場所をお知らせします。

日時：7月27日(月) 14時～

場所：岡山市南区郡

参加費：100円(コーヒー代)



こだま

▼今年3月、沖縄県名護市辺野古沖で平和学習中の高校生らが犠牲となった転覆事故は、安全な教育を提供すべき大人たちに大きな課題を残した。一方で、文科省は5月、辺野古移設工事をめぐる学習内容が教育基本法の定める「政治的中立性」に反するとし是正指導に踏み切った。多くの新聞各紙が「教育への行き過ぎた介入」と論じたように、安全管理の徹底と教育内容への介入は明確に切り離して考えなければならぬ。

▼時の政府の方針に否定的な問題に触れることすら「偏向」と見なされれば、教育現場は委縮し多様な視点から学ぶ機会が失われてしまう。現に文科省は課外活動の安全確保や教育活動の内容について調査を行う考えを示している。これは戦前戦中の学校教育が国策に利用されたことの反省から生まれた「教育権の独立」を脅かしかねない。▼

教育基本法第一条は教育の目的に「平和で民主的な国家及び社会の形成者の育成」を掲げている。平和で民主的な社会を担っていくべき子どもたちには様々な角度から歴史や出来事を学び、自ら考え、意見を言い、違う他者の意見にも耳を傾け対話できる人間に育ってほしい。そのための実践的な教育を今こそ後押ししていくべきだ。

(S)

会費納入のお願い

林友の会2026年度会費1,000円の納入をお願いします。
お支払いは、同封の郵便振替払込用紙をご利用ください。
林友の会事務局、各事業所窓口でお支払いいただくことも可能です。なお、事業所窓口でお支払いの場合は、お手元の郵便振替払込用紙をお持ちいただきますようお願いいたします。また、ゆうちょ銀行以外の銀行口座からお振込される場合の口座は、「ゆうちょ銀行 一二九店 当座 16512 ハヤシトモノカイ」になります。送付作業の都合上、作業期間中にお支払いいただいた方に払込用紙が送付となる場合があります。その際は、お手数ですが払込用紙を破棄していただきますようお願いいたします。ご不明な点がありましたら事務局までお問い合わせください。

林友の会事務局 TEL086-272-2957

平和を守る活動に
引き続き取り組んで

2026年度定期総会

5月23日に、林病院ひまわりホールにて約40名の会員、役員が参加し、2026年度林友の会定期総会を行いました。

はじめに石田会長より、「ウクライナ侵攻や中東情勢の緊迫化など、世界で戦争や紛争が続く中、日本も武力を重視する政権になっ



▲石田会長のあいさつ

ている、戦争になれば被害者への弾圧も起こる。昨年逝去された平井昭夫副会長が、長年にわたり平和運動に尽力された遺志を受け継ぎ、戦争させない、平和を守る運動に引き続き取り組んでいこう」と挨拶をされました。

総会では事務局から、まず2025年度の活動報告と会計報告がありました。続いて2026年度の活動方針や予算、新役員体制、

林友の会
公式LINE



※今回改正した会則はこちらよりご確認ください。

および死亡退会に関する会則の改定について提案がありました。一部修正の上すべて承認されました。会場からは、会員の高齢化や退会者の増加が進む中で、組織をどのように維持・発展させていくかについて活発な意見が出されました。(会則の改正部分については次号掲載します)

2026年度役員

- 会 長 石田 正也
副 会 長 荒木 潤子
高橋 陽子(新)
事務局 長 中川 俊彦(新)
事務局 次 長 中本 満理子
常任幹事

- 田邊 昭夫(新)
柚木 康子 岩崎 ゆう子
黒瀬 健弘 河本 悟
幹 事

- 赤澤 清子 井原 誠司
大石 廣 木口 盛雄
國府 睦子 重森 しおり
多田 美佳 中島 純男
南雲 千代子 林 潤
早瀬 文香 星 昌子
松本 ちどり 山内 弘子
吉村 洋 加嶋 夏代
佐藤 修 杉山 はるか
頭 師 裕貴(新)

- 監 査
顧問 今岡 清廣 榎 崇行
宇野 武夫 武田 英夫

最後のカモメ朝市

4月29日、第10回カモメ朝市を訪れました。このカモメ朝市は、2021年より岡山市南区阿津地域において開催されているイベントで、岡山ひだまりの里病院も、第1回目から認知症のVR体験ができるブースを出しています。

朝市はとても盛況で、子供から大人までみんなが笑顔で楽しむ姿で溢れていました。私もVR体験をした方や、隣のブースで骨密度測定や健康指導をされてい



▲カモメ朝市の様子

た地域みなさんたちとお話する中で、残念ながら今回がファイナルとなる朝市へのみなさんの想いを感じました。また、ひだまりの里病院の黒瀬事務長から会場におられた朝市実行委員の町内会みなさんを、紹介していただき、高齢化がどんどん進む地域の状況や継続していける活動を希望されているなど、地域の様子をお聴きする機会もありました。

今回カモメ朝市に参加したことで、地域みなさんと交流したり、直接お話をしたりすることの大切さを改めて感じています。これ



▲ひだまりの里病院のブース

退任あいさつ

この度、2026年度定期総会をもち、林友の会事務局長を退任となりました。また、6月からは異動により友の会事務局からも離れることとなりました。在任中は、会員の皆様には大変お世話になりました。この間、活動を通じ、多くの会員の皆様との出会いや繋が

新任あいさつ

この度、2026年度定期総会を経て、林友の会事務局長をさせて頂くことになりました。
友の会活動には、病院職員として関わってきましたが、これからは主体者として、会員の皆さまの要望な



▲VR体験の様子

からも、ひだまりの里病院と力を合わせながら、友の会としてどんなことができるかを考え活動を広げたいと思います。
(事務局 中本満理子)

集団的自衛権の行使に反対する中区の会
第126回行動 スタンディング

スタンディングでのアピールです。どなたでもお気軽にご参加ください。

日時：7月23日(木) 12時半～13時

場所：東京靴流通センター (岡山市中区倉田)

どをしつかりとお聞きし、会員および市民の方にとってより必要とされる友の会づくりをしていけたらと思います。
不慣れなことも多々あり、ご迷惑をおかけすることもあるかと思いますが宜しくお願いします。
(林友の会 中川 俊彦)

りに恵まれました。コロナ禍などもあり、事務局長として十分に役割を果たせなかった心残りはありますが、林友の会での経験は大きな財産となっています。事務局からは離れましたが、今後も一幹事として、微力ではありますが活動に関わっていききたいと思います。会員の皆様、9年間本当にありがとうございました。
(林病院 頭師 裕貴)



▲参加者の皆さん

6月6日～7日に、東京国際フォーラムにて開催された第27回認知症ケア学会大会に、ソーシャルワーカーの加嶋・藤原とともに参加しました。私は若年認知症者・初期認知症者への支援や生活機能の維持に関し

て、講演やシンポジウム、口頭発表、ポスター発表で最新の情報や当院で取り組める活動などへ知見を深めることができました。認知症の人の就労や新しい認知症観、まちづくりなどについて、当院で活かしたいと思うことが盛りだくさんな大会でした。参加し、新

たな学びを得たと同時に当院で取り組んでいるケアや活動は引けを取らない実践ができていたことを感じました。私は、若年認知症者・初期認知症者の当事者発信活動についてのポスター発表を行いました。自分たちの実践をまとめ発表すること、目

認知症ケア学会で発表

岡山ひだまりの里病院



▲発表の様子

新任医師紹介

大塩 健文 医師



4月より林病院に入職した精神科医師7年目の大塩

の前の患者様ひとりひとりの関わりに自信と確信を持つことができました。感じています。みなでおいしい食事をしたり夜の銀座を「銀ぶら」したりと楽しみも持ちつつの2日間でした。ともに仕事をする先輩・後輩ともたくさん話をして有意義な時間になりました。

(岡山ひだまりの里病院
ソーシャルワーカー
山川ちづる)

と申します。以前までは総合病院で働いており、外来や入院中のせん妄などに対応していました。趣味と呼べるものはあまりないですが、仕事が半分趣味みたいになっています。人の意識、脳、睡眠、向精神薬などは勉強していて面白く、いくら勉強しても人生が足りません。医者として治療に真摯に取り組んでまいります。よろしくお願ひします。

5月に林病院デイケアにてバスレクリエーションを実施しました。21日は里山センターに出かけました。



▲ホッとした表情でパチリ

を登りました。「たくさん歩いて気分転換になった」「近場でも知らない所がある、連れて行ってもらえる

バスレクで散策

林病院デイケア

小雨も途中でやみ、操山の散策に行くことが出来ました。地図で道を確認したり、相談し合ったりしながら山

つばさ薬局

笑顔を大切にする薬局です

【どこ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
火曜 9:00～17:00
土曜 9:00～13:00
日・祝日 休み

【電話】086-272-2710

【処方箋受付FAX】

086-272-2713

〒703-8256 岡山市中区浜621-1

つばさ薬局

検索

のが嬉しい」と感想が聞かれました。26日の西大寺緑花公園では、あいにくの雨も昼過ぎには一日止んで、園内の散歩道の新緑や季節の花々を鑑賞して回ることが出来ました。また、館内の図書館で本を読んだり休憩室でボードゲームをしたりと、それぞれが思い思いの時間を過ごす姿が見られました。いつもと違うメンバー同士の交流や、活き活きとした表情が新鮮でした。参加者からは「皆で行けた



▲素敵な笑顔のスリーショット

者の皆様がより充実した社会生活が送れるよう新たな企画をしていきたいと思ひます。(林病院デイケア
作業療法士 野村麻子)



▲頑張って登っています

のが良かった」「お弁当が美味しかった」「また参加したい」等の感想が聞かれ、笑顔あふれる一日となりました。デイケアでは今後も日々のプログラムに加え、季節の行事やレクリエーションを通して、利用

●病気が原因で体重が急に増えてしまいました。病気でやせたり太ったりすることがあるのだから体型を批判

(住吉善志)

●家でサボテンを育てています。今年も、とてもかわいい花を咲かせてくれました。特にお世話をしているのではないのですが、5月末頃には、花を見せてくれます。ご近所の皆さんにも見ていただき、ライン「友達」にも紹介し、喜んでいただきます。その写真を送ります。

(阪田素子)

●若い頃買っため今は棚の飾りになっているレコードと部屋のオブジェ化していた。休みの日に、コーヒを飲みながらレコードを聞き、新聞や本を読みパズルを解く…。最高の癒しです。認知症予防にもなります。

(春女)

●高市首相の「作り笑い」を見るのがイヤでテレビのスイッチを切ることが多いです。でも声をあげ続けることが今一番重要だと思っています。

(松本治実)

●私が結婚したのはもう45年前のこと。昨年主人が亡くなり津山から岡山へ来ました。これからもデイケアで楽しく過ごしていけたらと思っています。

声



●現在、作業所を週3回いっています。欠勤なく通えて、お金をいただく大変さを感じます。心の広場にて、日々皆様の描写を、拝読しています。暑くなりますので、体調にはお気を付け下さいませ。

(村田光)

●血液検査で「貧血」の関連数値が少し悪くなっていました。少し疲労が溜まっていたのと「ダイエット」が原因かも？ほうれん草を湯がいたりカボチャやニンジン茹でたりして食べています。調味料はあまり使わず素材の味を楽しんでいます。

(井原誠司)

●田植えが終わり、梅雨入宣言がありました。息子二人が植えてくれました。72歳。父は一本も植えていません。うれしい限りです。

(やつちゃん)

●先日の台風6号で、大切に育てていた枇杷が傷ついてしまいました。せっかく順調に大きくなっていたのに残念です。でも、いくつか助かっているようなので楽しみにしています。

(山崎晶弘)

判する発言は控えてほしいなどと思います。箸の持ち方が違うと怒ったり、苦手な食べ物を無理やり食べさせ学校の先生も、配慮がたりません。何らかの事情でうまくいかない子もいるはずです。

(笑顔の少年)

●かかりつけ薬剤師というものがあるのを知りました。家にまで来てくださるとは、びっくりです。自分のことをよく知った人だと安心します。つばさ薬局にはお世話になっているので、かかりつけ薬剤師の相談をしてみようかなと思います。

(藤坂優子)

※あじさいの会は友の会主催の家族交流会です。今月の日程は1面に掲載しています。

●「僕の髪が肩までのびて、君と同じになったら、約束通り町の教会で結婚しようよ」そして50年。ずっと平和な日本でした。この先が心配です。

(ヒロコ)

●林病院にお世話になって12年目です。定期総会「生き生き健康で長生き」人生山あり谷ありの記念講演は心に沁みました。多くの方々の支えで家族の介護をしています。病状変化で3年前、こころが折れそうになった時、あじさいの会に参加させていただきました。暗くて長いトンネルから、少しの光が見えた気持ちになりました。ご家族の心配で辛い日々を過ごされている方がおられましたら、勇気を出して「あじさいの会」へ

●林病院にお世話になって12年目です。定期総会「生き生き健康で長生き」人生山あり谷ありの記念講演は心に沁みました。多くの方々の支えで家族の介護をしています。病状変化で3年前、こころが折れそうになった時、あじさいの会に参加させていただきました。暗くて長いトンネルから、少しの光が見えた気持ちになりました。ご家族の心配で辛い日々を過ごされている方がおられましたら、勇気を出して「あじさいの会」へ

●林病院にお世話になって12年目です。定期総会「生き生き健康で長生き」人生山あり谷ありの記念講演は心に沁みました。多くの方々の支えで家族の介護をしています。病状変化で3年前、こころが折れそうになった時、あじさいの会に参加させていただきました。暗くて長いトンネルから、少しの光が見えた気持ちになりました。ご家族の心配で辛い日々を過ごされている方がおられましたら、勇気を出して「あじさいの会」へ

●林病院にお世話になって12年目です。定期総会「生き生き健康で長生き」人生山あり谷ありの記念講演は心に沁みました。多くの方々の支えで家族の介護をしています。病状変化で3年前、こころが折れそうになった時、あじさいの会に参加させていただきました。暗くて長いトンネルから、少しの光が見えた気持ちになりました。ご家族の心配で辛い日々を過ごされている方がおられましたら、勇気を出して「あじさいの会」へ

●「僕の髪が肩までのびて、君と同じになったら、約束通り町の教会で結婚しようよ」そして50年。ずっと平和な日本でした。この先が心配です。

(ヒロコ)

※二重リクに入った文字を並べることができる言葉は何でしょうか？

タデのカギ

ヨコのカギ

- ②牛乳などを発酵させて固めた食べ物。
- ③時間的・空間的にすぐ後に続くこと。順序・地位がすぐそれに次ぐこと。すぐ後。
- ④家財・商品などをしまっておくための建物。
- ⑥費用が安く済むこと。
- ⑦下駄やぞうりの緒の、足の指ではさむ部分。
- ⑧外から見た様子。外見。
- ⑨アフリカの草原にすむ、首がとても長い動物。
- ⑫地球上で、海や湖などの水でおおわれている部分。
- ⑬猫の仲間の猛獣。
- ⑭ある物・人事がらが、しめている場所。地点。

クロスワードパズル

※二重リクに入った文字を並べることができる言葉は何でしょうか？

A

B

C

D

E

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14

15

16

パズル当選おめでとう

- ▼K・M ▼モモコママ
- ▼林 信子 ▼山本 拓史
- ▼松本 治実 (敬称略)

第507号の答

林病院 けやき外来診療表 (2026.7.1~)

月	火	水	木	金	土	※1
午前	北山	吉井	吉井	原	吉井	村中前
	吉井	岡本	大塩	林	清光	林
	尾原	前田	前田	大塩	林	林
午後	藤本	三村	藤本	藤本	吉井	林
	原	休診	尾原	中村	北山	休診
	廣中	廣中	国吉	林	林	休診

※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/

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	岡	本

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)
森脇ひさき (県 議)
林 潤 (市 議)
石田 正也 (弁護士)
則武 透 (弁護士)
家族会 役員