

横浜開港記念日にあたる6月2日(火)第139回「ほほえみ交流カフェ」が開催されました。台風が接近し、天候悪化が懸念される中、お馴染みの顔が揃いました。

シニア : 13名
講師(ひまわり) : 2名
フォーククロバー : 3名
葛が谷 CP : 1名
葛が谷薬局 : 3名 (インターンさん2名)
スタッフ : 9名 計 31名



冒頭、小泉代表から開港当時の横浜を描いた絵画が紹介されました。ネタ元の本は「ふれあいの木」に置くとのことですので、ご興味ある方は「ふれあいの木」でご覧になれます。

葛が谷 CP から片桐さんが参加。熱中症に関するチラシなど配布いただきました

本日の講演は、ひまわり治療院代表の大淵さんによる「訪問マッサージ」のお話です。ひまわり治療院さんはデイサービスも営んでおられますが、今日は訪問マッサージに焦点を絞ります。

- 訪問マッサージって何？ 街中でよく見かけるマッサージ店との違いは？
訪問マッサージは国家資格を持つ「あん摩マッサージ指圧師」が自宅や施設に訪問し、医療保険を利用して行う“医療サービス”
- 柔術整体との違いは
柔術整体は漢方医療、ひまわりさんのマッサージは西洋医療に基づきます。
- 訪問リハビリとの違いは
リハビリは介護保険対象で理学療法士や作業療法士、言語聴覚士の指導の下、「しっかり動く」ことを目的とする。疾患の種類は問わず、利用には医師の“指示書”が必要。一方、訪問マッサージは、医療保険を利用し、該当する病状・疾患が規定されている。利用には医師の同意書が必要(月に1通)
- 単に気持ちよくなるマッサージではなく、
 - ・筋力低下や関節拘縮改善
 - ・血流改善
 - ・歩行訓練
 - ・身体機能維持・向上 などを目指します。
- 気になる費用ですが、医療保険1割負担の場合は、施術30分~40分で、



400 円～700 円程度。

利用者は、脳梗塞後遺症、パーキンソン病、大腿骨頸部骨折後、認知症、廃用症候群、終末期などの方が多いため、自宅生活を継続するために「動けなくなる前に」「解除量が増える前に」状態悪化を防ぐ効果が多く認められるそうです。実際のサービス利用者の実例紹介を複数交え分かり易く説明いただきました。参加者からの質問も多く、関心の高さがうかがえた講演でした。大淵様、有難うございました。

さて、6月のHappy Birthdayは参加シニア1名とフォークローバーの松田さんのお二人でした。シニアからは3年前に圧迫骨折を経験したが、リハビリに取り組み状況は改善との紹介がありました。筆者も良くご存じのかたですが、お見掛けするたびに”歩き“が改善しているのが判ります。

そしてお待ちかねのお楽しみコーナー フォークローバさんの登場です。昨年の10月以来のステージです。

まずは「赤い鳥」のデビュー曲

「竹田の子守唄」、日本の子守唄は子供を寝かしつけるというより、子守りをしている子供を詠ったものが多い。貧しい時代の日本を反映

しているのだろうと。森山良子作詞、Begin作曲の「涙そうそう」、北山修作詞、加藤和彦作曲、ベッツィー&クリスでヒットした「白色は恋人の色」、谷村新司作で世界的なヒット曲となった「昴」。その後は西田佐知子「コーヒールンバ」、チェリッシュの「テントウムシのサンバ」、高峰秀子「銀座カンカン娘」笠置シズ子「東京ブギウギ」とダンス曲が立て続け。最後は小椋佳作で空ひばりが歌った「愛燦燦」でした。アンコールの声に応じて森山良子の「今日の日はさようなら」を全員で歌いました。まっちゃん、くらちゃん、そして、みやちゃん、とても楽しいステージでした。



盛沢山の内容で時間が押し、体操コーナーは割愛し、「ふれあい丘の街」の合唱でお開きとなりました。

次回は7月7日「爪のケアで健康寿命を延ばそう」です。お楽しみに。