

# 回想法・劇・7月号

平成29年6月30日発行  
発行 龍ヶ崎市回想法センター  
龍ヶ崎市平台5-9-7  
電話・FAX 0297-65-4443  
Email pia-kaiso@etude.ocn.ne.jp  
h p www.piakaiso.sakura.ne.jp

## 大雨が気になりますか・・・

### 出合いっていいな～あ

神戸で一人暮らしをしていた女性は、阪神淡路震地の後、弟さんの住む龍ヶ崎に移住して来ました。呼んでくれた弟さんも亡くなり、友達のいない龍ヶ崎で心細いと、川柳カフェ、らんカフェに来てはおしゃべりを楽しんでいました。らんカフェにうたごえ広場に来る方が遊びに来ました。来るなり「アイちゃんでしょ？」と女性に話しかけました。一瞬キョトンとする女性に「あなたのお母さんと私の父は兄弟よ」と、驚くような言葉が飛びだし、私達もビックリしました。身寄りがないと言っていた女性の顔がほころびました。

この活動が続いていると、同じ町内にいたとか、同じ学校だったり、親兄弟が知り合いだったなどに目に見えないところで繋がっていると思えることに沢山出合ってきましたが、従兄弟同士が出合うことは初めての事です。驚くような出会いに話が盛り上がりました。これからも楽しい出会い、楽しい会話が飛び交う活動をころがけてゆきます。



### 食べる力を鍛えましょう

笑顔屋さんに通ってくる最高齢88歳の男性が誤嚥性肺炎で緊急入院しました。元気に奥様と参加していたので「何でこんなことが起きるの？」と、おしゃべり仲間も驚きました。

喉は、私たちが生きるために欠かせない「食べ物を呑み込む・息を吸う・声を出す」など大事な機能がありますが、普段、無意識に食べたり、息をしたり、話したりしているので「嚥下障害にならないように気を付けよう」と「喉の健康」に気を付ける方は少ないと思います。私達は、あそこが痛い、なんかおかしいと、体の異変や健康診断の数値には気を付けますが、これからは、喉の健康にも気を付けたいものです。

喉の筋肉は幾つになっても鍛えられるそうです。喉の筋肉を鍛えるには「大きな声で話す・大きな声で歌う・大きな声で笑う」が良いようです。私の母は父から「うるさい。口にチャックせい」といわれるほど大きな声でよく喋りよく笑い、寝言でも大きな声で歌っていました。亡くなったその日も、普通どおりに自分でご飯を食べて旅立ちました。

### 開催場所 ショッピングセンターリブラ 1階

認知症家族会・あおぞら	7月 7日 (金)	10時30分～12時
うたごえ広場	7月13日 (木)	2時～4時
川柳カフェ	7月15日 (土)	10時30分～12時
笑顔屋	7月19日 (水)	10時30分～12時
らんカフェ	7月23日 (日)	10時30分～12時
笑顔屋	7月25日 (水)	10時30分～12時
笑顔屋	7月31日 (月)	10時30分～12時

問い合わせ先 龍ヶ崎市回想法センター080-4209-5708