

嘸もシタ一劇・8月号

平成29年7月28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

蒸暑い日が続きます

一番迷惑なのは・・・

南米原産のヒアリが日本の各地で発見され連日報道され大騒ぎになっています。私たちは、虫の話題にこうも敏感になるのかな？

以前、デング熱ウイルスを媒介する蚊が潜んでいると代木公園が一時閉鎖されたこともありましたが、今も代々木公園には蚊が飛んでいます。もう少し前には、セアカゴケグモという毒グモの日本侵入が連日報道されたましたが、セアカゴケグモも確実に日本中に分布を広げています。でも、私達は忘れてしまい話題になることもありません。

ヒアリは蜂の一種でヒアリが刺すことは当たり前のことです。ヒトが攻撃しなければヒアリの方から刺しに来ることあんはありません。ヒアリよりスズメバチの方がより凶暴で恐ろしいです。

ヒトより先、一億年以上前からこの地球上に生きていた虫達にとって、一番迷惑な外来種はヒトであり、ヒアリの移動もヒトのせいです。私たちはもっと謙虚にならないといけないと、生物学者の話より。

相手を思いやる謙虚な気持ち(心)を忘れずに持ち続けたいものです。

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

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	8月 7日(金)	10時30分~12時
うたごえ広場	8月13日(木)	2時~4時
川柳カフェ	8月15日(土)	10時30分~12時
笑顔屋	8月19日(水)	10時30分~12時
らんカフェ	8月23日(日)	10時30分~12時
笑顔屋	8月25日(水)	10時30分~12時
笑顔屋	8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