

風船に願いを込めて 戦争反対の声を届ける

心のひろば



▲メッセージと共に飛んでいく風船

9月10日、岡山ひだまりの里病院では、毎年恒例となったピースイベントを開催しました。このイベントは2009年に始まり、今年で第10回を迎えました。

当日は朝からの雨に開催を心配しましたが、お昼にはすっかりあがり、病棟、デイケア、グループホームから、たくさんのお患者さまが参加してくださいました。

イベントでは、参加者が手にした色とりどりの風船と共に、戦争や平和について語り合い、平和を願う気持ちをみんなが共有することが出来ました。

戦時中の体験を、グループホーム入居者、入院患者さまから伺いました。戦争中を振り返り、「今の人は幸せです」「戦争は絶対に繰り返してはいけません」と強く語られます。日

第415号 二〇一八年十月一日
発行 岡山市中区浜四七二
林友の会
電話 〇八六二七二八八二(代)
〇八六二七二九五七(直)
発行責任者 石田正也
紙代一部50円(郵送料15円)

ヘルスチャレンジ

コースを選び別紙ハガキでエントリーしてチャレンジします。目標達成された方には達成賞を差し上げます。

期間：11月1日(木)～11月30日(金)
対象：林友の会会員と会員同居ご家族
エントリー締め切り：10月29日(月)
結果報告締め切り：12月10日(月)

- コース内容
- ウォーキングコース
1回30分以上歩く 週4回以上
 - 心にゆとりを ほめほめコース
周りの人を1日1回ほめる
 - お酒ほどほどコース 週2日以上の休肝日
 - 快眠コース 毎日23時まで寝る
 - 乗るだけダイエットコース
1日1回体重計に乗る
 - 認知症予防 頭の体操コース
クロスワードパズルや計算などを毎日する
 - オリジナルコース

お知らせ

10月20日(土)に開催予定の当事者研究は、都合により中止となります。

戦争を体験された方が少なくなっていく今、私たちはその思いを受け止め、伝えていかねばならないのだと感じました。一斉に飛ばしたたくさんの方の風船が、「戦争反対」のメッセージを少しでも多くの人に届けてくれますように、と願いを込めて、風に吹かれて飛んでいく風船を見送りました。

(岡山ひだまりの里病院
社保平和教育委員
岡本奈津実)



秋の日帰りバス旅行レスパール藤ヶ鳴

日時：11月25日(日)
行先：レスパール藤ヶ鳴(岡山市北区菅野)
参加費：2,000円(会員外4,500円)
スケジュール(予定)
林病院 → レスパール藤ヶ鳴 → 林病院
10:30発 → 11:30-14:00 → 15:00着
募集人数：定員40人(先着順)
申し込み締め切り：10月29日(月)
・お電話かFAXでお申し込みください。
・参加費は事前に林友の会にお持ちください。
申込み・お問い合わせ：林友の会
TEL/FAX086-272-2957

家族交流会 あじさいの会

心の病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。初めての方もお気軽にご参加ください。

日時：10月18日(木) 14時半～16時半
場所：林友の会事務所
参加費：100円(お茶菓子代)

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：10月26日(金) 15時～16時半
場所：林友の会事務所
参加費：100円(お茶菓子代)

▼命と暮らしを大切に
政治を求めたい。

(A・J)

▼自民党の総裁選挙の記者会見では石破候補が「防災省を作ろう」という提案に対し、安倍候補は「各部署をつなぐのは内閣総理大臣の権限だ。指示しないと動かない」と言っていた。どちらにしても、事故が起きる前に権限を生かしてもらえないだろうか。

▼今年もNHKなどで戦争関連番組が報道された。満州とソ連の国境で起きた「ノモンハン責任なき戦い」や小野文恵アナウンサー母子が祖父の死を追う「祖父が見た戦場」ルソン島の戦い20万人の最期」など、新たにアメリカで公開された資料をもとに、ていねいにインタビューを重ねたものだった。「兵士は消耗品であった」これは生存者の発言である。

こだま

▼「災害列島 安全地帯がわからない」・《時事せんりゅうより》(9月9日付山陽新聞) 猛暑と地震、超大型台風、土砂崩れが連続している。人命や住居、仕事場を失うことの大変さ。自然災害がなぜ猛威を振るい出したか、ハザードマップの作成と同時に、リスクを回避する取り組みを行政にお願いしたい。

10~11月 共同組織拡大強化月間

林友の会を大きく広げよう

りを見せ、「安倍9条改憲NO!憲法を生かす全国統一署名」は1500万筆を超える大運動に発展しています。このような情勢だからこそ、「誰もが安心してかかれる医療と福祉」を進めてきた民医連事業所とその共同組織である友の会を発展させることが求められています。

先の国会で安倍政権は、豪雨災害での人命よりカジノ解禁法を優先させ、生活扶助基準切り下げや過労死促進とも言える働き方改革を数の力で成立させました。また、憲法の改憲発議が狙われるなど、国民のいのちと暮らしが脅かされています。一方、安倍政権を倒そうと市民と野党の共同は広が

林友の会は1977年の創立以来、精神障害者の権利向上と国民のこころの健康づくりのために、①林財団事業所の医療活動を利用者の立場から支え、改善する運動、②事業所の医療だけでは応えきれない患者さん・家族、地域の要求を実現する運動、③精神障害への偏見をなくす啓発活動や、制度改善の運動などに取り組んできました。

10月、11月は全日本民医連の共同組織拡大強化月間です。会員を拡大して林友の会を大きくするために、会員みなさんの力をお貸しください。

こんなことにご協力ください

1. 林友の会の活動への参加を通じて入会をお誘いください。
月間中の活動にお知り合いをお誘いください。
・ヘルスチャレンジ、・日帰りバス旅行など
2. 協同基金に協力し、経営面で林財団事業所を支えてください。
事業所の医療活動を支える協同基金(無利子借入)にご協力ください。林友の会事務所・事業所窓口にお持ちいただくか郵便払込用紙をご利用ください。



▲たくさんの展示物が並ぶ記念展示室 (岡山県民社会館内)

お弁当箱、万年筆、裁判の資料、激励の寄せ書きなど沢山の資料が並んでいました。受講者からは「朝日訴訟のような声をあげる勇氣はいつの時代も必要なことだと感じた」「朝日さんがたがたかったことは知っていたが、その意思を受け継ぎ支える人たちがいたからこそ変わっていった」「憲法25条や基本的人権のことを考えると第1審の判決内容は非常に

朝日訴訟に学ぶ健康で文化的な生活

法人3年目制度教育で、「朝日訴訟」について学びました。「朝日訴訟」とは、1957年8月、国立岡山療養所の患者だった朝日茂さんが、結核の病床から「生活保護基準が健康で

文化的な生活の保障(生存権)を定めた憲法25条に違反する」と国を訴えた、人間らしい生活とは何かを問う「人間裁判」です。NP O朝日訴訟の会事務局長の川谷宗夫さんに記念展示室で講義をしていただきました。記念展示室には、朝日さんの



つばさ薬局

笑顔を大切にする薬局です

ど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

人権・社会保障発展で頑張り強要されない社会に

8月26日、「障害者等社会的困難(ニーズ)のある人権を考える学習会」の開催されました。

年金裁判、浅田訴訟、生保裁判の3団体の社会保障切り下げに直面する裁判闘争の原告・弁護団からの報告の後、「社会保障とは何か?守り、発展させるには?」というテーマで金沢大学名誉教授の井上英夫先生の講演がありました。

たる原動力は権利の運動に他ならず、社会保障判は、憲法97条の認める権利の為の闘争として12条の憲法・人権を保持し発展させるための「不断の努力」であると話されました。ところが、自民党改憲草案では、この97条が全面削除されています。支配者や現政府が一番怖くて敵視しているのが、この闘争史観だということを示しています。

人権が保障された社会と

栄養科からおとどけ!

食の豆知識



夏も和らぎ、「食欲の秋」と呼ばれる季節がやってきました。秋の味覚といえば、たくさんありますが、文字でも表している「秋刀魚(さんま)」が代表的な食品ではないでしょうか。今回はそんなさんまの豆知識を紹介します。

さんまは、形も色も刀に似ていることから、秋に獲れる刀のような魚という意味でつけられたといわれています。

さんまなどの青魚には他の食品にはほとんど含まれていないDHA(ドコサヘキサエン酸)やEPA(エイコサペンタエン酸)が豊富に含まれています。脂質が増えるとDHA・EPAも多くなるため、脂ののった秋のさんまにはDHAやEPAがさらに豊富に含まれます。

DHAやEPAにはコレステロールを下げる効果や血液をサラサラにする効果があります。さらにDHAには記憶や学習など脳の機能を向上させる作用があると言われていています。

このようにDHA・EPAを多く含むさんまですが、脂質が多いので食べ過ぎには注意してください。週1回1尾を目安に食べましょう。

(管理栄養士 堀田沙織)



▲熱心に話をきく参加者

は、頑張り強要せず病气や障害が原因で頑張りえない人にも人間の尊厳に値する生活を保障する社会です。97条を守り、頑張らなくて良い社会を創ることが大切だと思いました。

(事務局 真田昌子)

林友の会市民公開講座

全てが障害ではない 発達障害とともに生きる

9月15日、林病院ひまわりホールで市民公開講座を開催しました。笹森理絵さんを講師に迎え、「発達障害とともに47年間生きてきたからわかったこと」と題してお話を聞かせていただきました。笹森さんには今年の3月にも来ていただき今回は第2弾でしたが、86人の方が参加をされました。

今回は笹森さん自身の人生についてのお話でした。「幼少時より「変わっている」と言われ、集団生活に入ると「何でみんなと同じように出来ないの」「我慢が足りない」と言われ自己肯定感も達成感も持てず過ぎてこられたそうです。大人になって「発達障害」の診断を受けた時は、これまでの「生活のしづら



▲笑顔で話される講師の笹森さん

さ」の原因がわかったことに対する安堵からある意味ホッとしたような感覚だったと言われていました。ただ一方で、当初は自分の全てが障害と言われた気がしてかなり悩まれたそうです。しかし、発達障害についての勉強をされ講演活動を行われるなかで、現在では「自分の全てが障害ではない。生活する上で不便なことは周囲の理解や工夫によって問題なく過ごせるようになる。障害の部分は目立たなくなる」と思うようになったとのこと。印象的だったのが、笹森さんは「好きなことばかりしているから苦手なことが出来ない」と良く言われたそうです。笹森さん自身は得意なことがあったおかげで色々な資格を取ることができ今に至っているの

で、好きなことばかりすることも良いことだと言われていることです。

私は外来の担当をしています。最近では発達障害を疑い診断を受けるために受診される方が増えています。しかし、診断されても今後どうすればいいのだろうかという不安を抱えている方が多いのも事実です。相談の過程で「出来ないこと」ばかりに目がいってしまうのですがこれは困ってしまうのですがこれからは「得意なこと」に目を向けることができるような働きかけが出来れば良いなと思いました。

(林病院 共同組織委員 松岡恵子)

みんなで応援しよう らんとも RUN伴2018

岡山ひだまりの里病院



▲昨年のひだまりの里病院での様子

2011年より全国で「認知症についてもっと知ってもらおう」をコンセプトに始まった全国横断タスキリレー「RUN伴」が今年も開催されます。今年7月1日にすでに北海道をスタートし、10月には関西エリアにタスキがまわる予定です。岡山エリアは、10月13日に県内各所からエリアごとにタスキリレーをスタートし、全てのタスキが岡山県ゴールに集まります。今年「真備に元気づけてもらいたい」という皆の思いから、岡山県ゴールは真備を予定しています。岡山ひだまりの里病院も、昨年引き続き、RUN伴に患者さんやご家族、スタッフ

オープンキャンパスで 看護技術体験

ソワニエ看護専門学校

ソワニエ看護専門学校では、夏休みを利用して学生が中心となり企画運営するオープンキャンパスが行われ、10月よりはじまる入学試験や来年以降の受験を検討している高校生や社会人の方が参加しました。看護技術の体験や学生との交流コーナーなど、看護学校を身近に感じてもらうことができました。来月からは入学試験が始まります。看護師志望の方をぜひご紹介ください。また、学校見学会を以下の日程で行います。受験の前に見学を希望される方はぜひご参加ください。

学校見学会(9時~11時)
10月20日(土)、11月17日(土)、
12月15日(土)、1月26日(土)、
2月24日(日)

お知らせ

集団的自衛権の行使に
反対する中区行動
第39回ミニ集会&デモ行進
日時 10月17日(水)
12時50分
場所 林病院駐車場集合
主催 集団的自衛権の行使に
反対する中区の会

~頭いきいき、心うきうき~
岡山ひだまりの里病院2018健康まつり
日時：10月21日(日)10時~13時
会場：岡山ひだまりの里病院内

講演：認知症を理解しよう
~病気の理解と対応の仕方~

あじさいコーラス・光南台オカリナクラブコンサート、KNDウインドアンサンブルコンサート、バザー、健康チェック(骨密度検査、物忘れ簡易検査など)、福引き、バルーンアート、豚汁無料サービス、出店(プリン、軽食など)

どなたでも
ご参加ください

お問い合わせ
岡山ひだまりの里病院TEL086-267-2011

ソワニエ看護専門学校 2019年度入学試験のご案内

1. 学科 看護学科 3年課程
2. 募集定員 40名 男女共学
3. 入学試験日程

試験区分	願書受付期間	試験日	合格発表
専願推薦入試 (指定校・一般)	2018年 9月10日(火)~10月1日(月)【消印有効】	10月6日(土)	10月10日(水)
社会人・ 大学卒入試	2018年 9月10日(火)~10月1日(月)【消印有効】	10月6日(土)	10月10日(水)
一般一次入試	2018年 10月29日(月)~11月26日(月)【消印有効】	12月1日(土)	12月4日(火)
一般二次入試	2018年 2019年 12月10日(月)~1月15日(火)【必着】	1月19日(土)	1月22日(火)

(お問い合わせ)(公財)林精神医学研究所 ソワニエ看護専門学校 電話086-274-6455



映画 ケアニン 特別上映会

日時: 11月4日(日) ①10時~②14時~
13時~14時 愛知の介護をよくするとりくみを学ぼう
場所: 岡山医療生協会館コムコム3階
入場チケット: 500円
*林友の会会員の方はチケットを無料で差し上げます。
*チケットが必要な方は林友の会までご連絡ください。
主催: 岡山県医療労働組合連合会

●笹森理絵さんの講演あり
がとうございました。48年
間の生き様を包み隠さず他
者に話すのはとても勇気の
いる事と思います。苦しみ
もがきながらでも前に進ん
で行かれた過程をお聞きし、
大変勇気をもらいました。
孫が発達障害で不登校です
が、明日を信じて今の自分
にできる事を積み重ねたい
な一と思っています。
(アーティの主人)

●北海道の地震は痛ましい
事でした。生きている者は
生に感謝して毎日すごさ
ねばいけないと思いました。
(石原行子)

●障害者雇用の水増し問題、
模範を示し指導すべき立場
の中央省庁、市町村、あげ
くの果てには裁判所まで甘
しい規定で水増しをしてい
たとは!民間には罰則規定
で縛っておきながらこれ
は障がい者が浮かばれませ
ん。真剣に雇用を考えてほ
しいです。
(原田恵子)

●クレープ屋さん
君に誘われ
いつも行ってた
小さなクレープ屋さん
いろんなことを
喋りながら
笑いながら
いっしょに食べたよね
僕はストロベリー味
君が好きだった味は
なんだっけ
僕の頭の中は
君のことだけで
まだいっぱい
でも今君は
海の向こう
(K.S)

●国は、人生100年時代
に病気になる社会を作
ろうとしているようですが、
病気になる人をつらかり
サポートできる制度を充実
させ、福祉に力を入れるべ
きだと、私は思います。介
護保険を実際に利用するこ
となれば、とても難しいよう
ですね。
(動物好き女)

●お知らせ
岡山けんせいれん秋の講演会
退院・グループホーム・就労
障がいのある方の当たり
前の暮らしを目指して
日時: 10月14日(日)
13時~15時
場所: きらめきプラザ705号室
講師: 大谷俊之(トピア所長他)
参加費: 無料

クロスワードを解き、二重枠に入った文字を並べてできる言葉をハガキカ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。お名前掲載できない方はペンネームか匿名希望とご記入ください。抽選で5名の方に図書カードを差し上げます。応募締切: 10月18日

宛先: 〒703-8520 岡山市中区浜472
林友の会「心のひろば」編集部
hamawww@po.harenet.ne.jp

第414号の答 テンキヨホウ

パズル当選おめでとう
◆赤嶺 千春 ◆原田 恵子
◆磯野 誠也
◆原田 貴進 (敬称略)
◆園芸ボランティアT

タテのカギ

- ①乾燥させた保存のきく食品
②「四股」と書く相撲の動作の一つ
③一つ目小僧、ろくろ首など
④炭をパタパタあおぎます
⑤道端や辻に祀られる○○○神
⑦⇄和菓子
⑨あとになるほど状況がよくなること
⑫「ヒ首」と書く短刀
⑭蚊などを防ぐために吊るネット
⑮これは大敵
⑯○○大笑
⑰シャープペンシルのは別売り

ヨコのカギ

- ①コイや金魚は○○○○○魚
⑥学校の責任者
⑧士農工商の士って?
⑩イタチに似た、泳ぎが得意な動物
⑪バランス
⑬ラブ
⑭歌を歌うのが仕事
⑯サイエンティスト
⑰レンタル料
⑱この下には力持ちがいます

クロスワードパズル
*二重枠に入った文字を並べてできる言葉は何でしょうか?
Grid with letters A-F and numbers 1-19.

林病院 けやき外来診療表 (2018.10.1~)
Table with columns for days (月, 火, 水, 木, 金, 土) and rows for clinics (1診, 2診, 3診, 4診).
Includes contact info: TEL086-272-8570, TEL086-272-8811, 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
歯科(予約制)(月)~(金) AM9:00~12:00 PM13:00~17:00

認知症専門病院 岡山ひだまりの里病院 外来診療表
Table with columns for days (月, 火, 水, 木, 金) and rows for doctors (本田, 藤田).
Includes contact info: 電話で予約してご来院下さい (086) 267-2011

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、林友の会事務局員が事前にお話を伺い、相談者へお取次ぎします。
相談者: 森脇ひさき(県議) 石田正也(弁護士) 氏平みほ子(県議) 則武透(弁護士) 林潤(市議) 家族会役員