

グループ桂台通信

第182号 2012年11月
発行 グループ桂台
責任者 中村涼子
電話・FAX 894-2735

[グループ桂台は生活支援の非営利団体です]

事務所: 〒247-0034 横浜市栄区桂台中 15-3

湘南桂台自治会事務所内

URL <http://www.katuradai.com/katsuradai.html>

目次

- 1面：神奈川県社会福祉協議会 会長表彰を受けました他
- 2面：栄区内の新しい高齢者施設の見学報告
- 3面：健康アドバイス わがまちの名医から 糖尿病（その1）
- 4面：10月度活動実績、ひとりごと他

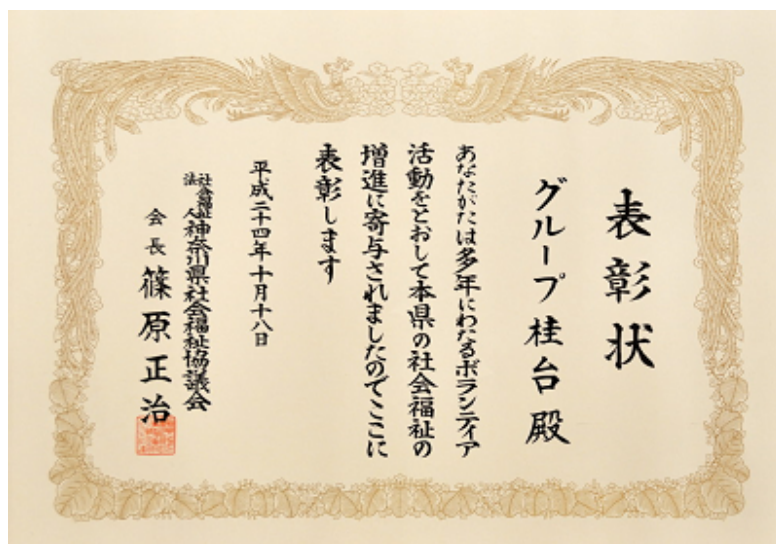
神奈川県社会福祉協議会 会長表彰を受けました

代表 中村涼子

神奈川県社会福祉協議会は、神奈川県内で、地域の社会福祉に貢献のあった個人及びグループを表彰しています。個人表彰は、長年にわたり奉仕活動をされた民生委員・児童委員の方が多いのですが、グループ表彰は、主として10年以上のボランティア活動を継続し地域の福祉の向上に尽くしたグループが表彰されます。

グループ桂台は協力会員、賛助会員の皆様のボランティア精神に支えられながら15年間にわたり活動してまいりました。このたびの表彰は、ひとえに皆様のご支援ご協力のおかげだと感謝申し上げます。

これからも微々たる力ではありますが、地域の皆様からご支援ご協力をいただきながら、地域の福祉の向上に努めたいと身を引き締めているところです。よろしく願いいたします。



現在グループ桂台では協力会員を募集しています。関心のある方、是非ご一緒に活動してください。お待ちしております。

◆新自治会事務所のポストの使用について◆

新事務所では事務所入り口の横に1個だけポストがあります。名前は自治会となっています（小さくグループ桂台、桂山クラブの名前もあります）。

建物を所有する管理者が、ポストの設置について1個のみと指定しているための処置です。そこで、使用についてはこれまでのように、おおらかな使用は禁止となります。三者合同での利用ですから、利用する場合は、きちんと「封筒」に入れ、「グループ桂台」と明記のうえ、投函してください。混乱防止のための処置にご協力くださいますようお願いいたします。

参考

栄区内に新しい高齢者の施設が開所しました。編集委員による見学の報告です。

名称：ショートステイとデイサービスの セントケア上郷

11月1日にショートステイとデイサービスを主体とした介護施設、セントケア上郷が開設しました。場所は、環状4号線・六浦街道沿いのバス停“稲荷森”から20メートルばかり北側に入ったところです。3階建コンクリート造り、新築の瀟洒な外観です。



稲荷森バス停近くに建つ セントケア上郷

ショートステイサービスとしては、個室タイプが20室あります（建物の2階と3階に各10室）。デイサービスは1階でサービスを受けることができます。毎日33名までデイサービスの利用が可能です。

経営母体はセントケア神奈川株式会社です。①ショートステイ、デイサービス、訪問看護、居宅介護、などの各サービスの提供や、②グループホームの運営、③福祉用具のレンタルなどの各事業について、神奈川県下を中心に展開している会社です。そして、上記各サービスを担うケアマネージャーや介護ヘルパーのスタッフが常駐する営業所が県下に30か所ほどあり、ここでは、介護問題一般（訪問介護や居宅介護支援、各施設利用などの問題について）の相談にのっていただけるとのことです。この地域では、公田交差点にある横浜栄営業所があります。

ショートステイサービス利用者のための個室は、洋室タイプ、7畳～8畳くらいの広さで、室内には洗面用のシンクが備わっています。但し、トイレは各個室にはありません。使用するベッドは、一般的な介護タイプのベッドですが、希望すれば、床に直に置くタイプの介護用ベッドを選択することもできます。和布団に慣れた方への配慮である、と同時にベッドからの転落事故防止にも有益です。また、テレビの視聴は、原則同じフロアのロビーで可能ですが、希望すれば室内に受像機を設置してくれるそうです。

ショートステイ、デイサービスそれぞれに、きめの細かい介護プログラム（その時の利用者に合わせて、週毎に作成される介護サービス予定表）が用意されておりますので、利用料金と合わせて、詳細は セントケア上郷 に問い合わせてください。

連絡先：セントケア上郷・栄区上郷町 160-1 TEL 045-890-1030

セントケア横浜栄営業所・栄区公田町 1638-54 TEL 045-897-1416

株セントケア神奈川（本社）・中区太田町 4-55 横浜馬車道ビル 7F

TEL 045-227-8871

糖尿病（その1）

進藤医院院長 進藤捷介氏

糖尿病は、高血圧、心筋梗塞、脳梗塞、半身不随、ボケ、下肢の壊疽（くさる）、水虫などの原因になる病気です。

糖尿病とは

- 1) すい臓から出る「インスリン」というホルモンの出が少ない。
- 2) インスリンが出ていても、「インスリン」の働きが悪い。

インスリンの働きとは

食べた食物のブドウ糖を、腸から吸収して、血液の中に運び込みます。

血液中に増えたブドウ糖は、インスリンにより、筋肉や脳に運び込まれます。

筋肉や脳に入ったブドウ糖は、筋肉や脳が働くためのエネルギーとなります。

このインスリンの働きが悪いと、血液中のブドウ糖だけが増え、筋肉や脳に、ブドウ糖が行かなくなります。

ブドウ糖が来ないと、筋肉や脳はエネルギー不足になり、十分に働きません。

インスリンの働きが悪くなると

- ◎ すぐ疲れる
- ◎ 物覚えが悪くなり
- ◎ 動きも遅くなり
- ◎ 歩くのも大変になる
- ◎ 階段も登りにくく、途中で休まなければならない
- ◎ 水虫が出来る
- ◎ 両下肢の感じが鈍くなり、裸足でも靴下や、スリッパを履いている感じになるなどの症状が出てきます。

歳のためだからとか、疲れているからなのだと自己判断しないで、一度検査を受けて下さい。

この時、食事をして行き、採血をしてもらい、食後での検査をしてください。

食後30分前後での採血が、糖尿病の早期発見になります。

高血糖、高インスリン血症の症状

血液中に増えたブドウ糖やインスリンは、血管、特に細い血管を壊してしまいます。

目の網膜の血管が壊れると

- ◎ 糖尿病性網膜症になり、物が見にくくなる
- ◎ 視野が欠けて、新聞やテレビの一部が見えないなどの症状が出ます。

次号に続きます。



会員のみな様へ



《 活動会員のチケット精算日 》
11月30日（金）午後1時～4時まで

《年忘れの会 参加者募集》
日 時：12月8日（土）午後5時30分～
場 所：ヌーベルバレーヌ 港南台3-22-6
（港南台駅より清水橋方面徒歩7分）
会 費：2000円
申込締切：11月30日（金）
申込・問合せ：グループ桂台 Tel894-2735

《インフルエンザ予防接種のお願い》
協力会員でケア活動に従事している方は、
インフルエンザ予防接種を受けてください。
予防接種を受けた方は補助（1000円）をいた
しますので事務局までお知らせください。



10月度会員数・活動実績
（平成24年10月31日現在）

会員数		
協力会員	利用会員	賛助会員
89名	104名	99名
活動実績	利用者数	27名
	活動員数	26名
家事支援（掃除・料理）	127件	198.5時間
介助（通院等）・介護	13件	37.5時間
その他	7件	14.5時間
合計	147件	250.5時間
事務局電話当番	18日	54時間

地域のみな様へ

《 ミセコン（店コンサート） 》
日 時：11月17日（土）午後2時から
場 所：イトーヨーカ堂桂台店2F
出 演：栄少年少女合唱団
美女と野獣 他
虹のコーラス（女声合唱団）
野に咲く花のように 他

《冬休み期間》
平成24年12月27日（木）～
平成25年1月5日（土）
この期間事務局はお休みします。

活動報告

- 10/02 神奈川県共同募金会 街頭募金に協力
- 10/03 区社協ボランティア連絡会研修会打ち合せ
- 10/04 サロン「ぷらっとオアシス」
- 10/05 グループ桂台通信10月号発行
- 10/06 犬山プラチナ会生活支援グループへ講演
- 10/07 湘南桂台自治会福祉部主催
「敬老の集い」反省会
- 10/09 湘南桂台自治会室移転のための立会い
- 10/10 市社協ボランティア部会
- 10/13 湘南桂台自治会
三世代交流会第2回実行委員会
- /13 ミセコン実行委員会
- 10/19 湘南桂台自治会事務局・会議室使用説明会
- 10/20 ミセコン（店コンサート）
- /20 桂山クラブ文化祭
- 10/26 湘南桂台自治会室開所式
- 10/27 グループ桂台役員会
- /27 サロン運営委員会

ひとりごと

母（89歳）と完全同居になってから3か月がたちました。
母は、坐骨神経痛で左太腿が痛み、現在歩くのも大変になっています。
痛いからとベッドにいる時間が以前より増えました。入れ歯も合わなくなり現在新たに作り直しています。出来上がるまでの間は以前の入れ歯を使用していますので、ふがふが状態です。入れ歯に糊状のものを付けて上あごに押し付けるとしばらくは落ちなくていいようです。でも面倒くさがって入れ歯を外してしまうと本当におばあさんの顔になってしまいます。
最近では食事も少量になりました。何とか食べてもらえるようにとあれやこれやと工夫をしていますが、「寝てばかりだからお腹がすかないんだ」と言ってなかなか食べてもらえないのが寂しいです。



R・N

編集委員：中村（涼）・佐藤（恵）・天明（清）・奥山・鈴木（靖）