

414号 令和2年2月

横浜失語症友の会 会報

第415回 例会報告 港南区福祉活動拠点3階 港南区社協多目的室 午後1時～4時

令和2年2月9日	参加者名(敬称略)	人数
会員	金井、鈴木、吉田、石川、池田、宮川、高橋、押久保、鶴井、平山、川合、小林、上野、桜田、金子	15名
家族会員	高橋、吉田、宮川、上野、押久保	5名
言語聴覚士	斎藤 ST	1名
意思疎通支援者		0名
支援会員・ボランティア	堀内、佐藤、下瀬、野須	4名
見学	東 ST、栃本 ST、実習生 3	5名
合計		29名

司会：吉田さん

◎発声練習（斎藤 ST）

準備運動

- ・息を吸いながら両手を上に挙げて、更に左右に拡げる、
- ・首を下に、上に、右に、そして、左に、向ける、
- ・首を右に、左に倒す。最後に、グルッと廻す（時計回り、反時計廻り）、
- ・肩を回転、上げる、下げる、
- ・アー・・・・・・・・
- ・イー、ウーと言って、ほっぺたを膨らませる。

発声練習

- ・15秒、あ—————
- ・音程を高いところへ。あ—————→
- ・高い音程から、低い音程へ、あ—————↓
- ・お—————い

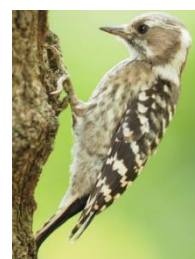
・ヤッホー

◎自己紹介と近況報告

金 井さん 2月、大相撲が終わって、プロ野球球団が、キャンプインする時期になりました。新型肺炎の影響で、中国の武漢の帰国希望の日本人は、4つの便で帰ってきました。横浜港に寄港したクルーズ船では、乗客、乗員は、12.5日間の隔離が行われています。山下さんは、クルーズ好きですので、心配です。【S T：クルーズ船を利用された方おられますか？】【平山さん：1週間の国内のクルーズですが、仙台の七夕等、東北地方の各地を船で巡りました。】

鈴 木さん 家のベランダから富士残、丹沢、箱根が見えます。夏はだめですが、冬は、とてもよく見えます。【S T：バレンタインデイには、奥様から何かもらいますか？】いいえ、何も貰いません。【S T：お孫さんはどうですか？】みんな、何もくれません。(苦笑)

吉 田さん 戸塚の椋尾川に沿って、家族3人で、散歩しました。マックで、食事をしました。桜の木、花の芽がでていました。キツツキの仲間であるコゲラがいました。スズメ位の大きさの小鳥です。【野鳥がお好きですか？】はい、バードウォッチングが、趣味です。



石 川さん 年末、不整脈があり、3か日間の入院検査を受けました。心臓に奇形があることが、エコー検査で分かり、全身麻酔で、アブレーション治療を受けました。昨日、スマフォ購入し、徹夜で設定しました。【金子さん：海外で高い山に登るのは、大丈夫ですか？】5500m以上の山でも、ペースメーカーが入っているから問題ありません。去年、富士山に2回登りました。今年は、ネパールへ行く予定です。



池 田さん 1月26日、大相撲を観戦しました。初めての観戦です。優勝したのは、14勝1負の徳勝龍です。33歳の幕尻力士です。初優勝です。【S T：相撲見に行ったことがある方は、いらっしゃいますか？金井さん、宮川さんの手が上がりました。結構、いらっしゃるのですね！】

宮 川さん ダイニングテーブルの椅子を購入しました。結構、ガタガタしていた為です。リハビリの人に指摘され、MRIの検査を受けた所、小さい脳梗塞が見つかりました。入院しないで済み、良かったです。

高 橋さん 一泊二日で、熱海に行きました。熱海城、来宮神社に行きました。神奈川県近代文学館にて開催中の獅子文六展を観てきました。横浜そごうで、開催中のロベール・ドアノー展で、パリの雑踏の写真を鑑賞しました。【S

T : いらしたところで、一番良かった場所は、どこですか？】熱海城が一番良かったです。【ST : 梅は咲いていましたか？】まだでした。

押久保さん 1月15日クッキーを作りました。よく売れました。今、デイサービスに、月曜日から水曜日に通っています。Eステップには、金曜日に通っていません、大分、慣れてきました。

鶴井さん 大腸がん検査を家内が受けました。エコー検査では、たいしたことがないとのこと。現在、訪問リハビリ、通所リハビリ、通所デイサービスを利用しています。結構、忙しいです。

平山さん 英連邦戦死者墓地が、自宅、近くにあります。英連邦諸国の第二次世界大戦以降の戦没者が永遠の眠りについていて。イギリスだけでなく、カナダ、オーストラリアなどイギリス連邦諸国の方が眠っています。一番端にある最近の墓標は、1986年、管理人だった方で、母国で、95歳で亡くなる方のもので。ロンドンから分骨され、この横浜の英連邦戦死者墓地にも眠っておられます。この方の墓標には、「彼の墓標を探すには、彼の周囲を見渡しなさい。・・」と刻まれています。“英霊の墓を守りし 異国の丘に 白梅香る 墓標と共に”

川合さん 新聞記事に、足がつる人の対策が掲載されていました。足首から膝の裏側までしっかり10回程ほぐします。朝晩のふくらはぎの手入れを毎日続けられることで、2週間ほどで、つりにくい足になるようです。【ST : 実際にやってみられましたか？】まだです。

小林さん 【名前を言えました！】 【一同、拍手】【ST : ご友人と二人で、樹木希林展に行かれたそうです。また、アンデパンダン展にご友人出展されたそうです。】

上野さん 1月中旬、訪問リハビリの折、震えがありました。しかし、問題は、なさそうです。今は、半日のリハビリを週2回、受けています。それ以外は、自宅で、テレビを観ています。

櫻田さん 去年は、週2回、リハビリに通っていましたが、今年から、週1回、通っています。失語症をどう回復したらよいか、考えています。街歩きが好きです。黄金町も変わりました。磯子駅も、雰囲気が良いです。桜木町駅、横浜駅付近も、変わりました。運河、昔の面影があり、とても良い感じがします。散歩は、昔の雰囲気を探して、歩いています。1日2時間、散策するのが目標です。



金子さん 1月19日、横浜中華街で、新年会がありました。2019年に続き、2020年も40人位集まりました。このラポールの新年会は、オーダー式食べ放題で良かったです。1月27日に、4月発表会の練習があり、片道3時間

掛けて参加しました。練習後の食事が楽しみです。

◎連絡事項等（配布資料参照）

堀内さんから、以下の提案と連絡がありました。

①1月のキーボードによる合唱：以下の会員の希望がありました。

・回数は、年2回程度、1回の曲数は、6曲程度/歌唱集掲載の曲以外の曲も歌いたい/
歌の間に少し時間をとって欲しい。

②片付け時の注意事項：初期状態への復帰をお願いします。

③ラポール上大岡、4月、開所

・上大岡駅隣接の「上大岡オフィスタワー」/利用登録が必要。

④ロッカーの件：年度更新し、現状のNo.16継続使用可

◎言語訓練：今回、省略。

◎歌：インターネットのYou-Tube の下記の歌を再生し、みんなで合唱しました。
「北帰行」

◎次回定例会

日時 3月8日（日）午後1時～4時

会場：港南区社会福祉協議会3階 多目的室

司会：前田さん

（以降、藤井さん、宮川さん、山下さん、池田さん、石川さん、上野さんの予定）



発行責任者 平山和博

<http://www.kounan-portal.com/3935/detail.html>

記録 野須潔

編集 野須潔