

支援は御“縁”から“始”まります。私たち5人の支援専門員が“縁”あって支援をさせていただくことから『支援→始縁だより』と名づけました。



# 始縁だより



発行 平成23年11月号

宮/前のコスモスも終わり、横倉おろしが吹いて寒くなる季節…  
この間まで暑い・暑いを連発していたのですが、今度は寒い・寒い  
と体を丸めてコタツやストーブを頼りの生活が始まります。  
夏の節電は、ウチワや扇風機を使ってしのいだのですが、冬の節電は  
と考えている今日この頃です。  
なにかいい案があればぜひ教えてください。



## 《危ない冬場のトイレ》

寒い時期の夜中トイレに行きたくないけど我慢もできない！！  
せっかく温まったフトンからトイレに起きて行く。この急激な温度変化、そして力むことも加  
わって、トイレで倒れる高齢者が後を絶ちません。「たかがトイレ」と甘く見ると命取りになり  
かねないのです。  
特に和式は洋式と比べて姿勢の変化が大きいいため体への負担が大きく、血圧も高くなりがちで  
すから、注意が必要です。それにトイレは家の北側に設けられていることが多いために、どうし  
ても室温が低くなりがちです。万が一のことを考えて、暖房やインターホン、非常ベルを取り付  
けておくのもいいです。

【高知新聞より拝借】

## …ちょっといい話… 手こそ「お宝さん」だよ

みなさんは自分の手をじっくり見たことがありますか？ある地方では、手のことを「お宝さん」といって大切にしています。いい言葉ではありませんか。「お宝さん」  
幸福の創造・実現・全ての働きあってのこと。それに気づけば、五体満足に産み育ててくれた  
両親への感謝が深まるでしょう。なかには重たい物を運んだり、長時間の手作業などで生計を立て、手を酷使してきた人もいます。

木村 重男 氏 倫理研究所参与

そういえば詩人の石川啄木は「働けど働けどわが暮らし楽にならずじっと手を見る」と手のことを書いていた記憶がある。本当に必死で働いても暮らし楽にならないとそう思う心境も理解できる。また、最近は半日病院で仕事をしていると、看護師さんが手の甲に血圧や大事な用件を記録している状況も見ることがある。

そこで一句 『 手の甲に 大事な記録 ナースの手 』

患者様にとってはお宝さん・・・手術をする手は神の手・背中が痒いときには孫の手・安心できる夫の手などなど、この機会に自分の手をじっくり見て長年の労をねぎらってあげてください。