

さんの工夫がありました。

中野さんの食事の工夫

その時の食事内容は、焼きうどん、ご飯(刻んだもの)、納豆、茶碗蒸し、味噌汁、バナナ。食べるときは、前屈みになり、頭をクッションに乗せます。

スプーンで口に食べ物を入れてもらい、2杯目の食べ物を口に入れるときに、一口目の食べ物が中に押し込まれる、という方法でした。

玄三さんがテレビでラーメンを食べる人の様子を見て、これなら食べやすそうだと、自ら考えついた方法だそうです。噛めないので飲み込みます。匂いはしませんが、味はわかります。食べる喜びを感じられます。

うどんなど麺類は全部乾麺を使い、細かく折ってからゆでます。ゆでてから切ると麺の長さがバラバラになるからだそうです。

食べ物にはすべて擦った山芋をかけます。味を邪魔せず、喉を通りやすいからです。

大桑さんの試食

大桑さんは、中野さんの食事の様子を食い入るように見つめておられました。すると、中野さんの方から、「試食されませんか?」と。そこで、茶碗蒸しと焼きうどんをいただきました。

大桑さんは大きな口をあけて、どんどん食べられました。一度むせて、足が痙攣したときは、私は慌てましたが、大石役員は冷静に大桑さんの身体をなでられ、すぐに痙攣は治まりました。喉の分離手術をしているので、食事がつまっても呼吸には影響はなく、痙攣は反射的なものだそうです。食事をしている時、大桑さんが満面の笑みになられ、この日のベストショットが撮れました。この笑顔が、大桑さんの満足感を表していました。連れてきて本当に良かった、と一番私が感じた瞬間でした。

その他学んだこと

食事の後の丁寧な口腔ケア(4種類の電動歯ブラシを使用)、奥様の丁寧な解説、中野さんのヘルパーさんのスキル(女性2人でベッドから車椅子へ移乗させるテクニック、コミュニケーションサポート)、目にする何もかもが大桑さんや大桑さんのヘルパーさん、そして役員の私たちにとっても貴重な学習体験でした。そして何より印象的だったのが、中野さんと仲間達の笑顔の絶えない明るい雰囲気です。中野さんも冗談を連発され、部屋は何度も笑いに包まれました。

中野さんは、大桑さんのパソコンに興味津々で、のぞき込んだり質問されたりしました。

中野さん宅で学んだことは膨大で、この文章の中に納めることができないほどです。

本当に貴重な体験をさせていただきました。

そして、午後3時頃私たちは大桑さん宅に戻りました。

外出支援後

この外出で自信をつけた大桑さんは、さらに外出に意欲を見せられるようになりました。ヘルパーさん達も大きな経験ができ、先輩ヘルパーの方々の仕事を直接見て学び、自信をつけられたようです。大桑さんは外出用の車椅子車を購入され、次はどこへ行こうかと楽しい計画をたてていらっしゃいます。

一見、外出が厳しそうな人工呼吸器をつけたALS患者さんが、お出かけ支援という機会に生きる力、生きる喜びを得た、本当に貴重な体験でした。

支えて協力してくださったたくさんの皆さんに感謝します。ほんとうにありがとうございました。

(文責 役員 松本三千代)



介護タクシーで出発
中野さんと初の対面
移乗の様子
食事見学、試食



大桑さんのPCに興味津々の中野さん、集合写真
小雨の中お別れ、大桑さん帰宅

～短歌～ その2

但牛 八十六

病院の 待合室にて花を見て
心とませ 呼ぶ声待つ

ウクライナ そして今年の梅雨の降り
何れも人の 成せるコトなり

昼寝かな セミの声せず雨しきり
掛け声のみの 梅雨明けの時

潮騒の 吾体内に波高く
聞こゆる脈の 絶える間もなし

バスを降り 信号待ちにヤキモキし
駆け込んだ先 すでに先客

前号で、血を流している老婆のことを詠んだ短歌がありました。

次のバス停で下車し、役に立たないかもしれないが、傍で少しでもお手伝いしようかと考えていた矢先、救急車がサイレンを鳴らし、少し早めのスピードですれ違いました。

あゝ、これはあの婆さんのところに行くんだな！と察しました。これで安心しました。そして、そのまま帰宅しました。

ところで、歌を詠むことは難しい……と思っている方がいると思います。

歌を自分で詠んでみたい人は、先ず、安物で良いが、小さな手帳（A5サイズ位）を用意して、常に手の届くところにあるようにしておくことが大切です。

日本語はリズム感があり、歌になりやすいと考えています。七五調がそのままの日常の言葉です。しかも、日本語は表意文字です。その上、三種類の文字、漢字、ひらがな、カタカナを使っていますから、表現は非常にし易く、しかも、同じことを様々な言い表し方でできます。言葉を聞いただけで意味が頭に入ります。

表音文字の詩では韻を踏むというような厄介なことが求められます。しかし、日本語ではそのようなことは必要ありません。

だから、歌は少しやってみれば、どんどん出来ます。

実際に、どうすればいいのか、やってみましょう。

何か感じたことがあれば。それをメモります。七五調の歌でなくて良いのです。

例えば、蝉が鳴いている、いや、今朝はやけに静かだ、とか蝉の声でもいろいろと感じ方があると思います。その時に、手帳に感じたことを簡単にメモしておくことです。

そこで、「蝉の声」は七五調の五調をなしています。そのまま五七五・七七と繋がった歌が出来れば一首の出来上がりです。

しかし、中々そうはいきません。その時は、そのまま置いておくことです。メモをしないでおくと蒸発して終わりです。

物を新たに作る（開発）時でも、研究を進めている時でも同じような悩み、苦しみを味わうことがあります。

要するに、生む苦しみです。

でも、夜中や、特に目覚めの時などにふと、アイデアが生まれることがあります。これで、歌ができます。

ただし、そのアイデアはすぐに書き留めておかないと、ものの数分で忘れてしまいます。アレ、何だったかな……と、思い出そうとしても、もう出てきません。

それから、もう一つ大事なことは、メモ帳を失くさないことです。今号では五首しか載せていません。先週土曜日にビッグイベントがあり、そこで持参したメモ帳を紛失してしまい、多くの歌が行方も知ら

ずとなってしまったからです。このように、手帳は歌をつくる人にとって大変大事なものです。

歌を作ってみようと思う人が少しでも増え、楽しんでもらいたいものです。そして、ここに投稿してください。

ここに記したことは、全て八十六個人の経験と発想によるものです。いや、俺は、私は違う。このようにしているという人が居られれば、それはそれで結構なことです。発想の違いがあっこそ、多様性があり、多くの歌が生まれるものですから。

もう一つ言いたいことは、パソコンのソフトのWORDは歌作りには向いていません。パソコンで文章作りをしていると、時には二重線のアンダーラインや赤線のアンダーラインが引かれたり、色々と変な言葉に変換されてしまうことがあります。これは、WORDが現代の言葉使いを基本にしているためです。

★掲載内容の問い合わせ及び会活動支援について

日本ALS協会 長崎県支部

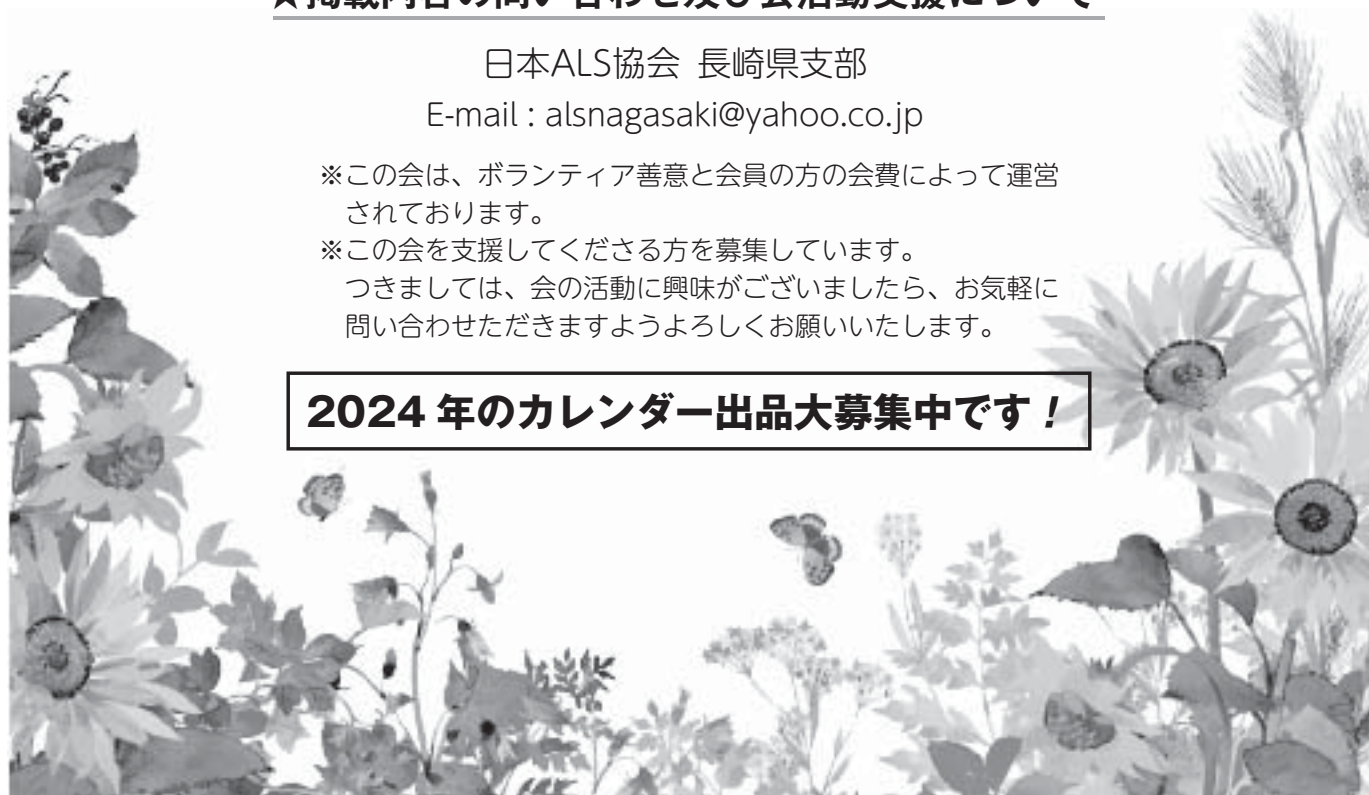
E-mail : alsnagasaki@yahoo.co.jp

※この会は、ボランティア善意と会員の方の会費によって運営されております。

※この会を支援してくださる方を募集しています。

つきましては、会の活動に興味がありましたら、お気軽に問い合わせたきますようよろしくお願いいたします。

2024年のカレンダー出品大募集中です！



SINCE 1926
SHINKOHSHA PRINTING

シンコウシャ インサツ

合資会社 **真光社印刷**

〒859-0312 長崎県諫早市西里町267-1
E-mail: info@shinkohsha-p.co.jp

TEL.0957-22-0470 FAX.23-6660



独立行政法人
国立病院機構

長崎病院

院長 山川 正規

〒850-8523 長崎市桜木町6番41号

TEL 095-823-2261

FAX 095-828-2616

<https://nagasaki-hp.hosp.go.jp/>

歯科 小児矯正歯科

つのもち医院

長崎市出来大工町 62-4

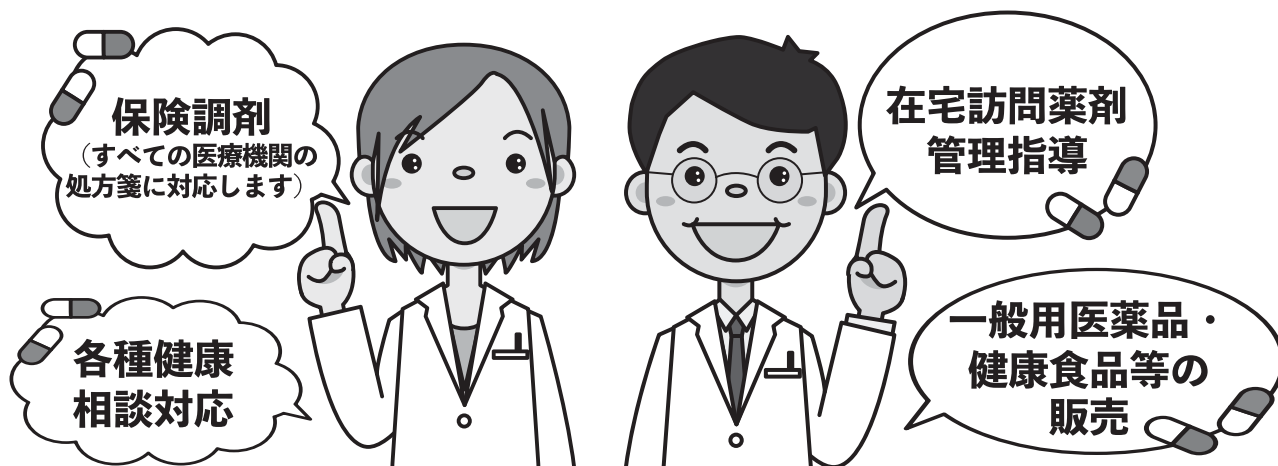
[予約制] 095-827-4418

[診療時間]

月火水金土 9:00~18:00

木 9:00~13:00

日祝祭日 休診



アイビー薬局職員一同は地域包括ケアの推進に取り組み、地域住民の療養生活の質向上に貢献します！



アイビー薬局

〒852-8133 長崎県長崎市本原町12-11

電話番号 095-865-8825

FAX番号 095-865-8826

営業時間 月～金 9:00～18:00
土 9:00～13:00

定休日 日曜・祝祭日

・服薬等に関する相談
・介護に関する相談
・禁煙に対する相談
など、各種相談に対応します。

【駐車場】 有り（無料 2台）（最寄りに有料駐車場有り）

【最寄りの駅・停留所】 県営バス本原1丁目

【徒歩（分）】 1分