

## 診療所にご意見ご要望ありましたら お聞かせください

何でも、どんな事でも構いません。

診療所に設置しましたご意見箱に入れてください。

どんな事でも無記名で構いません。診療に役立てたいと思いますので、宜しくお願いします。

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



医療生協かながわ生活協同組合

## 中田診療所だより

2023年9月1日発行

発行 医療生協かながわ生活協同組合中田診療所

2023年

〒245-0013 横浜市泉区中田東3丁目3番27号

電話 045-802-2840 FAX 045-803-0716

9月号

## 子ども食堂の運営に携わって

前中田診療所事務長 川本修三

こんにちは、4月、5月とお世話になりました川本です。現在は2階のデイサービスで毎週月曜日の午前にボランティアとして伺わせていただいています。今回は私の関わっている子ども(地域)食堂のお話です。

私たちの食堂は医療生協の班活動として2019年から六会日大前駅近くの居酒屋を借り手探りの中ではじめました。開始後、すぐにコロナ禍で会場での飲食は中止し、弁当と食材の配達とテイクアウトへの活動へと変更しています。

利用者の方の年齢は5歳から85歳までと大きな幅があるのが私たちの食堂の特徴で、現在は20世帯、お弁当50食の利用をいただいております。会場も手狭となり飲食の再開や今後の活動で企画の開催も考え8月から広い市民の家を借りることにしました。

子ども100円、大人300円の値段設定をしていますが経済的な理由もあり半数の方からは費用をいただいていないのが現状です。



子ども(地域)食堂で配達しているお弁当



インスタ等から自分で探してくる方をはじめ藤沢市社会福祉協議会から経済的理由の方、高齢者の方、精神的な問題を抱えている方などの依頼も受け入れています。様々な団体からいただく助成金を主な財源として運営している中で、個人の方からの野菜、かまくらベーカリーさんからパンを頂くなど支援をうけており非常に助かっています。

「いつもありがとう」「おいしかった」とお弁当や食材の感謝の声が私たちの力ですが、一方的な支援ではなく、利用する方もご協力いただく方もそして私たちも育ちあう場であると考えています。

今後、今の活動に加え、誰でも集えるたまり場、学習支援の場、何か楽しい企画開催の場等々の夢が広がっているところです。

診療体制表 2023年9月						
	月	火	水	木	金	土
9:00 ～ 12:00	森 一般内科/血液	森 一般内科/血液	森 一般内科/血液	森 一般内科/血液	石橋 一般内科/呼吸器	第1・3・5週 河合 一般内科/呼吸器
			石橋 予約/呼吸器	富田 一般内科/循環器	近藤 予約/糖尿外来	第2・4・5週 森 一般内科/血液
13:30 ～ 16:30	森 一般内科/血液	富田 一般内科/循環器	第1・3週 往診	森 一般内科/血液	河合 一般内科/呼吸器	休診
			森	14:00～整形外科		
			外来休診	石橋		



## デイサービスより

今年は、気温40度を超えた地域も多くニュースでは「地球沸騰の時代」が到来したと言われるほど異常な暑さでした。体調はお変わりありませんか？

暑さが続くと外出も億劫になりますね!!動かなくなると筋力も減り、脳への血流も減ってしまうそうです。そして人と関わらなくなることで、会話も減ってしまいます。会話が減ると「認知機能」の低下につながるそうです。

中田診療所デイサービスでは、健康を維持するためにも毎日色々な体操で体を動かしています。

①輪になって皆さん一緒に行うリハビリ体操 ②ホワイトボードやカードを使って、クイズは脳トレ体操 ③個人に合わせたリズムで行う個別体操 個別体操の間ではスタッフも一緒におしゃべりに参加!!若い頃のご主人、ステキな奥様の出逢いの話し、子どもの頃のあそび、ペットや旅行、普通だった飲み屋さんの失敗談など、ご家族には内緒の話しを聞けたりします ④口腔体操 食事の前には、首や口の周りをマッサージして大きな声で歌を歌います。男性人の歌声にうっとりしながら皆さんと一緒に歌ってるうちに気がつく普段ワタシが口ずさんでいるのは今流行の歌ではなくデイで覚えた歌なんです(ビックリ)ワイワイ!!ガヤガヤ!!楽しいデイサービスで一緒に脳の働きを活性化して、幸せホルモン増やしませんか?今がチャンスです!!新しい挑戦はじめてください スタッフ一同 お待ちしています

K.K

## 中田地域で見つけた「誰もが居心地よくくらすためのゆるやかな“つながり”」

先日診療所の外来を受診されたAさん。毎月の通院のために坂道を登ることが息苦しいため中田診療所の“訪問診療”開始についてご相談を受けました。翌月より毎月一回、お宅へお伺いすることとなりました。

その帰り道、床屋へ寄っていくとのこと。しばらくすると近所の床屋さんが車で迎えに来てくださいました。お話を聞くと、最近歩くと息苦しくなることの多くなったAさんを見るにみかねて、床屋の店員さんが特別に散髪のあとご自宅へお送りするようになったとのことでした。

「誰もが健康で居心地よくくらすためのまちづくりのまちづくりへ」。中田地域ではすでに、そのとりくみは静かすすめられていました。

T.T