

## 災害から自分を守ろう!!

梅雨の季節がやってきました。  
みなさま、お変わりありませんか。

令和3年(2021年)4月に、岡山聴覚障害者支援センターは10周年を迎えることができました。もう少しすると「記念誌」が出来上がる予定です。楽しみに待っていてくださいね!

2021年12月には、きらめきプラザで「ろう高齢者の集い」が1年8ヶ月ぶりに再開しました。久しぶりに皆さまにお会いできて、とてもうれしかったです。

これから梅雨・大雨・台風などがやって来ます。「防災・減災」に関心を持ちましょう!

そして「早め早めの行動で自分を守る」ことが大切です。

- 1 テレビのニュースなどをよく見る
- 2 家のまわりをかたづけ
- 3 どこに避難するか決めておく
- 4 非常持ち出しの準備
- 5 警戒レベル3が出たら早めに避難するなど「防災・減災」につとめてください。

これから暑くなってくるので熱中症などにもお気をつけください。



## □ 3月新型コロナからの再開 喜びの声!

令和4年に入り、新たなコロナウィルス「オミクロン株」が全国的に拡大しました。岡山県は「まん延防止等重点措置」が1月27日~3月6日まで出され、「ももハウス」は1月21日~3月8日までお休みをしました。再開して3人の喜びの声です。

### ◇ 内田 一子 さん

緊急事態宣言、そしてまん延防止期間が終わり、「ももハウス」が再開しました。「ももハウス」に行くことをとても心待ちにしていました。

私は3月15日から行きました。待ち遠しくとてもうれしかったです。久しぶりに会うみんなも笑顔で楽しそうでした。

お休み中は、同じ施設にいる98歳の方と一緒に廊下を歩いたり体力作りをしていました。私は耳が聞こえないためお話ができませんが、メモを書いてお話しをしていました。



ビワを収穫しました

### ◇ 小坂 千津子 さん

長く「ももハウス」がお休みになりましたが、私はデイサービスに通っていました。何もせずにいると、体も痛くなり辛くなります。

以前はできていた家事も、思うようにできなくなりました。簡単にできることはやろうと、お風呂の掃除や食器洗いなどをやっています。

「ももハウス」の再開を知り、みなさんと会えることを楽しみに参加しました。

みんなが病気になっていないか、心配していました。みんなの元気な顔を見ながら、手話でおしゃべりができてとてもうれしかったです。

みんなは私に対して「転ばないように注意してくださいね」と気づかせてくれました。みんなの心配りにとてもうれしかったです。



## ◇ 阿部 婦貴子 さん

3月11日、久しぶりに「ももハウス」へ行きました。みんなの顔を見たら涙が出るほどうれしかったです。みんなもとてもうれしそうでした。手話でお話ができるのが一番です。私は月曜日に通所リハビリに通っています。機械を使いながら15種類の運動をしています。体がスムーズに動くようになり家事が楽にできるようになりました。



## □ お花見に行きました！^^)

第1弾は3月29日、浦安本町の高齢者施設、愛光苑前の桜です。この日は肌寒く桜は5分咲きでした。そこで少しの時間を過ごした後、帰路は少し遠回りして築港緑町の用水路沿いに咲く桜並木をドライブしながらお花見しました。車の窓を開けて、春を感じることができました。

第2弾は4月8日、「ももハウス」の近く築港新町第一公園へお花見に行きました。「ももハウス」からみんなで歩いて10分の公園には大きな桜の木があります。ぽかぽか陽気の日でしたが、少し風が吹くと桜吹雪が舞い、とても見事で皆が癒された時間になりました。

(中塚 志保)



## ◇ 「ももハウス」での私の仕事 森政 道子さん

みんなが楽しそうに片付けなどをしている様子を見て、私もしたいと思っていました。

1つは、タオルたたみです。タオルや布きんを洗濯して乾いたものをたたみます。始めた頃は、椅子に座ってたんでいましたが、今は立ってバランスを崩さないように注意しながらやっています。たたんだタオルや布きんは、所定の場所に自分で持って行くことが出来るようになりました。

2つめは、昼食後の「食器拭き」です。食器を自分の前においてもらい丁寧に拭きます。食器棚への収納は他の方をお願いしています。みんなと同じようにできて、とてもやりがいがあります。 2

## □ 5月6日 「あっ晴れ！もも太郎体操」

## oniビジョン取材を受けて 河原 安子 さん

介護予防センター南事務所(南区福田)より職員が来られ「あっ晴れ！もも太郎体操」を一緒にしました。その場面をoniビジョンが撮影しました。私はテレビ取材を初めて受けとても緊張しました。取材の方から「テレビに顔が出てもいいですか？」と聞かれました。マスクを付けて出るため少し安心して「大丈夫です」と答えました。いつもはみんなとDVDを見ながら体操しますが、その日は実際に実技指導をいただきました。いつものDVDのテンポと違い、少し早いように感じました。

最後にテレビ取材を受け、「体操で一番楽しい所はどこですか？」と聞かれ私は「DVDの最後に登場しているスタッフと一緒に(ガッツの)決めポーズをする所です！」と答えました。

この日はいつもの体操が取材を受けたことで楽しい時間になりました。



## □ 5月2日(月) 第1回「ももハウス将棋大会」

## ◇ 内藤 敦 さん

「ももハウス」が創立されて初めての将棋大会が開かれました。私もみんなも、ボケ防止のために参加しました。参加者は、男性だけ8名でした。

成績は第3位でしたが、皆さんと談話したり将棋をしたことがとても楽しかったです。

次回は1位の優勝を取りたいと思います！！年に2~3回は、将棋大会をやりたいですね！

みなさんも一緒に将棋をやましよう！！

これからもよろしくお願ひいたします。(写真・右)



◇ 佐藤 勝政 さん

初めての将棋大会、とても楽しかったです。優勝できて良かったです！これからもみんなで集まって将棋をやりたいです。（写真・左）



◇ 梶川 不二男 さん

とても楽しかったです。また来たいです。お昼ご飯も美味しかったです。散髪の人たちも、もっと来てほしいです！

（写真・左）



◇ 松本 茂 さん

第1位が取れず悔しいです。この将棋大会が、夢にまで出ました！参加してとても良かったです。次回は、優勝をめざしたいです！（写真・左前）



□ ランチに出かけました ^^)！

内藤 澄枝 さん

5月17日。「ももハウス」の向かいにある喫茶店へランチに出かけました。メニューの中から「ハンバーグ定食」をお願いしました。ハンバーグの他にご飯、みそ汁、サラダ、お漬物、そして小鉢がついていました。家で作るハンバーグよりも柔らかくておいしかったです。ハンバーグにかかったソースも私の好みの味でした。お味噌汁もおいしく頂きました。私はコーヒーが好きなので、食後にコーヒーをお願いしました。「ももハウス」で外出する機会があれば参加したいと思います。（写真・左の前から2番目）

◇ 川向 寛治 さん （写真・右の前）

とても楽しかったです。将棋をこれから覚えて強くなりたいです。次回もぜひ参加したいです。

◇ 坂井 康彦 さん

だんだんと歳をとってきて家から出ることが少なくなりました。ここに来させていただきとても良かったです。みなさんとお話できて将棋もできて良かったです。次回も参加してみたいです。

（写真・前列左から2番目）



5月31日にランチに出かけた人たち

## □ 手作り品 売れ行き好評！！

数年前より「エムエム薬局大元店」(北区大元)のご厚意により、手作り品の販売をお願いしています。窓口の方にお話を伺いました。

「いつも素敵なバッグに小物など、ありがとうございます。年齢に関係なく女性の患者様は来局されると一緒にお品物を手に取り、お目当てのものがあれば購入していただいております。」

「私たちスタッフも一針一針ていねいに縫われているお品物で、患者様とのコミュニケーションの時間を大切にしています。これからもどんなお品物が届くのか楽しみにしています。これからもよろしく願いいたします。」



## □ 記念誌「ももハウスのあゆみ」7月発行！

編集委員長 中村 俊作 さん

昨年から編集会議を開いてきました。7月の完成を予定にしています。作成には費用が掛かります。みなさまからのご寄付をお願いいたします。



## □ 3月11日 高校生と交流会をしました

羽原 裕子 さん

授業で「手話」を学ぶKTCおおぞら高等学院の生徒たちが来訪し「ももハウス」のメンバーと交流をしました。絵などを使ってのゲームをしたり、色々と工夫されており、伝わる喜びを感じることができました。これからも恥ずかしがらず、自信を持って分かるようにする心と、伝えたい気持ちで頑張っしてほしいと願っています。



## □ 自己紹介コーナー

小林 要(かなめ) さん

私は聴覚障害者であり、難聴者でもあります。30歳の頃、突発性難聴とめまいがともないました。聴力は左右 80 dBで身体障害者4級です。要約筆記を使っていました。補聴器を使用しています。音声言葉は聞き違いが多いです。「ももハウス」は社会とのつながりが少ない方たちにとって、とても楽しめる場所となっています。私は手話が入門の力しかありませんが、手話を学んでみなさんとコミュニケーションをとっていききたいと思います。よろしく願いいたします。



## □ 新しいスタッフの紹介

① 井関 加代子 さん

主人の転勤で引っ越しを5回経験し岡山で生活を始めて21年になります。販売の仕事をして40年、昨年60歳の定年を迎え今は生鮮食品売場でレジ担当をして新たな出発をしています。趣味は日帰りバスツアー旅行。Instagramの投稿。のんびりゆっくり楽しむことです。「ももハウス」で感じたことは、皆さんの笑顔がイキイキとキラキラしている事です。皆さんの優しさやパワーに触れながら参加することに学びを感じています。よろしく願いいたします。

② 横山 恵子 さん

手話学校で勉強していましたが、どうしてもろう者の方と交流したいと思い「ももハウス」に入会しました。手話の読み取りや自分の気持ちを手話で伝える難しさを痛感しています。気長に皆さんとふれあい、手話を学びたいと思っています。「ももハウス」の昼食時間は楽しみです(笑)。今後よろしく願いいたします。

③ 三宅 妙子さん

北区庭瀬に住んでいます。手話学校第2講座在籍中に知り、皆さんと一緒にひと時を共有したいと思いました。「ももハウス」の感想は、月1回の参加ですが、いつも温かく受け入れてくださる事です。これからもよろしく願いいたします。