



Nikoniko Home Care ニコニコ生活勉強会

ニコニコホームケア

2016年9月号

www.nikoniko.ca,
info@nikoniko.ca / 778-960-4735

Volume 1, Issue 2

A Happy Senior Day!

10月1日は National Seniors Day (国際高齢者デー) といわれ、日本で言う「敬老の日」の世界版でした。敬老の日といえば、私たちが子供の頃は9月15日でした。それが2003年からは9月の第3月曜日にかわりました(ウィキメディアジャパンより)。何故9月15日だったかという、兵庫県多可郡野間谷村で1947年9月15日に敬老会を開催したのが始まりとか。「多年にわたり社会につくしてきた老人を敬愛し、長寿を祝う」ことを趣旨としているとのこと。素晴らしい!

1年356日が敬老の日。いつでも高齢者を敬う気持ちを持ちながら、カナダに住む日本人の皆様医療、介護の情報を提供し続けること、これが「ニコニコ生活勉強会」の使命です。

1. 《秋の陣: 認知症》第1弾「これって認知症?」参加者26名が集まり大盛況!

9月17日(土)、朝から季節の変遷を告げる冷たい雨が降る中、26名の参加者およびスタッフを含めると30名の参加者で会場は一杯になりました。また、初めて参加された方も多く、この勉強会の浸透度が伝わりました。今回の講師は、BC州アルツハイマー協会サポートグループ、ファシリテーターに認定されたガーリック康子さん。



2時間の勉強会は、簡単な体操による心身のリフレッシュを挟み、和気あいあいと認知症の定義、種類、症状とその原因、診断と検査方法、治療とリハビリ(予防)と広範囲にわたって認知症の基礎を学ぶ事ができました。その上、認知症と歯の関係、また、認知症と生活習慣病との関係にまで及び、参加者の皆さんからは、いかに健康状態を保つ事が、認知症予防に繋がるか?! また、早期発見の大切さを再確認できたとの意見で、勉強会終了時、会場は盛り上がっていました。

今回は、幸運にもガーリック康子さんが、認知症について公式に話す初めてのセミナーを「ニコニコ生活勉強会」で企画出来たことは、とても光栄なことでした。

康子さんともご懇意で、初回からほぼ皆勤賞的に参加されているバストンチヨさんが、ご自宅ハーブガーデンの朝摘みフレッシュハーブで作ったブーケをご持参下さいました。素晴らしい芳香と共に、参加者一同のお礼の気持ちと、今後益々のご活躍を祈念し、康子さんにプレゼントさせて頂きました。



今回から、より良いセミナーを皆様に提供すべくアンケートにご協力頂くことにしました。アンケート結果として21名中17名が100%、その他4名が80%満足したと回答。学んだ事は、早期発見の大切さ、ライフスタイル(食事、運動、よく噛む事)や他人との関わりの大切さ。認知症の種類や診断法、糖尿病との関わり等。また、「今回のセミナーで知り得た事は今後の生活に役立つか？」の質問には、全員の方が「Yes」とお答え下さいました。主催者側としては、手応えのある勉強会を開催できたと確信した瞬間でした。

末筆になりましたが、今回の講師・ガーリック康子さんから講演後記の投稿がありましたので、この場を借りて掲載します。

今回、縁あって「ニコニコ生活勉強会」で認知症の基礎について講演の機会をいただきました。あいにくの雨の中、予想していたより多くの方がお越し下さいました。認知症について正式に講演させていただくのは、今回が初めて。皆さんの反応がどのようなものか、一抹の不安がありました。しかし、お話を進めていくにつれ、皆さんの健康への意識の高さを感じられ、これなら、今後も認知症についていろいろなお話を聞いていただけると実感しました。残念ながら、現在、認知症を根治させる薬はありません。しかし、早期発見により、診断後の予後が変わると言われています。生活の質をできるだけ保ちながら、認知症と付き合っていけるような世の中が来ることを願ってやみません。

《ガーリック康子氏よりの投稿》



2. 今後の「認知症シリーズは？」

世界各国で深刻な高齢化が進む中、世界の60歳以上の人口は、2050年までに、現在の3倍に増えると予測されています。それに伴い、認知症患者も増加しています。国際アルツハイマー病協会 (Alzheimer's Disease International / ADI) による2015年の報告では、約4,680万人と推定される患者数は、20年毎にほぼ2倍となり、2050年には1億3,200万人に達すると見込まれています。



10月から更にパワーアップし、認知症を色々な角度から検証します。今回は第4土曜日・10月22日、午前10時からです。

ニコニコ生活勉強会 <秋の陣:認知症>

日時:10月22日(土)午前10-12時

場所:メトロタウン

テーマ:第2弾「薬の役割」

今年夏にもお世話になりましたカナダの薬剤師、TerraNova Pharmachoice1にお勤めの千葉あゆみさんから、脳の機能と薬の役割、薬局の役目についてお話頂きます。

\$5/人、ご予約下さい。778-960-4735

そして、来月11月19日(土)「日本人の方への地域保健支援活動(仮)」、12月4日(日)「日本における古民家ディサービスの挑戦(仮)」と続きます。

12月の勉強会はクリスマス&忘年会を兼ねて、日本でデイサービスを運営されているスペシャルゲストをカナダへお呼びします。開始時間がいつもと違い午後6時半、会費\$20(豪華夕食付)、限定20名様になります。どうぞお早めにご予約下さい。日本の現状を学びながらバンクーバーに生きる私たちに何が出来るか真剣に語り合しましょう!



皆様と勉強会でお会いできる事を楽しみにしております。また、介護でお困りの方がいらっしゃいましたらお知らせ下さい!

3、第3回「ヘルスショウ」2017年1月開催決定

恒例となりました「バンクーバーヘルスショウ」が2017年1月21日(土曜日)に開催されます。今年も有意義な時間を皆様と共有できるよう、スタッフ一同奮闘中です。場所はアレンエモットセンター(日系ホーム隣)に決定!

今回も目玉続出! 特別講演のゲストスピーカー、その場でわかるあなたの健康チェック、バンクーバー医療系エキスパートによるパネルディスカッション。もちろん健康に特化した出店でアイデア商品ゲット。その上昼食はあの美味しい幕の内弁当など、楽しい催し物ばかり。

皆様ご存知の通り「ニコニコ生活勉強会」事務局は「有言実行」、面白くなければ意味がない!と日々楽しいことを探索中です。是非3回目となるショウにご期待下さい。募集は昨年参加くださった方から優先的に行います。今すぐ、カレンダーに印をどうぞ!

4. 最後に

「ニコニコ生活勉強会」はカナダで生活する日本人の方々に医療、介護の知識をお伝えする場として土台を作ってきました。加えて、昨年より始まった訪問介護サービスを通して、知識に加え、実践面でも皆様のお手伝いができる準備が整いました。私達はこれからもカナダに住む日本人の方の為に、文化を尊重しながら、「真心、気配り、思いやり」ケアを充実させていくこと、そしてお互いに助け合う各地域でのネットワーク作りの為がんばっていきます。今後共、ご支援の程どうぞ宜しくお願いいたします。