





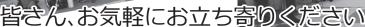
ライフアートTessei 川上 二朗 「年男の初夢/水墨画」





1月12日、NPOきらめき広場が、道の駅鯉が窪 文化伝習館で 第44回目の「認知症カフェきらめき」を開催しました。





開催日時: 2月2日(水)13:30~15:30

場 所:きらめき広場・哲西 文化ホール

内 容:カフェタイム、ミニ講話(専門的情報を受け取る)、

参加者同士の語らい、ミニイベント、情報交換、相談など

参加者:気軽に誰でも参加できる

(認知症の人、介護家族、地域住民、専門職など)

参加費:1人1回、200円

主 催:きらめきカフェ運営委員会

開催予定日▶3月2日水・4月13日水

*日時の変更の可能性もありますのでご了承ください。



NPOきらめき広場 哲西中学校3年生へ

「落ちない葉っぱ」



1月14日、目標に向かって頑張っている3年生の皆さんへ「枯れても落ちない葉っぱ」(ヤマコウバシ)を贈りました。

「福笑い」目、鼻、口などを

期間:令和4年2月26日(生)~3月5日(土) 10:00~16:00

場所:きらめき広場・哲西

*新型コロナウイルス感染症拡大に伴い、予告なく期間や内容の変更をする場合があります。 ご理解ご協力をお願い致します。

1月14日(金)現在の変更予定

開会式、ナイトギャラリー、「むかし話の里こっぷり」の語り、哲西認定こども園の園児の踊りは中止になりました。







哲西町診療所

令和3年10月~11月、初期研修医として来られた新保雅 大医師(自治医科大学附属病院)からのお話を掲載します。 この原稿は、昨年11月5日にいただいたものです。紙面の 都合上、今月の掲載となりました。



初めまして。栃木県の自治医科大学附属病院から来ました、初期研修医2年目の新保雅大です。

10月から11月の2ヶ月間、哲西町診療所に研修しに参りました。今までの先生方と比べて未熟者であるため、何かとご迷惑をおかけしますがよろしくお願い致します。さて、現在一緒に研修している長岡先生が真面目な話をされるので、私も真面目な話をします。皆さんもご存知の方が多い『帯状疱疹』についてお話しします。なので、帯状疱疹のことは知っているという方は次のページへ行きましょう!

帯状疱疹とは

帯状疱疹は、その字の通り『帯のような形をした疱疹』で、通常痛みを伴います。疱疹とは何か。これは、小さな水膨れのようなものが集まった状態を言います。この疾患は年齢に関係なく発症しますが、多くは50歳以上の方に見られます。原因となるのは、水痘・帯状疱疹ウイルスと呼ばれるウイルスです。『水痘』は『水疱瘡』のことです。皆さん気付かれたと思います。そうです、帯状疱疹と水疱瘡は同じウイルスが原因です。初めてウイルスに感染すると水疱瘡になり、その後ウイルスは体内に眠ります。そしてしばらくして、ウイルスが起きると帯状疱疹になります。

帯状疱疹は感染するのか

ある意味そうです。どういうことか。『帯状疱疹がうつる』ことはありません。しかし、『水疱瘡にかかったことがない人』や『水疱瘡のワクチンを接種したことがない人』は、ウイルスが感染して水疱瘡になることがあります。そして、基本的に触ることで感染します。そのため、どちらかに当てはまる人は、帯状疱疹が出ている人との接触は避けましょう。

帯状疱疹の症状は

最初は痒みや痛み、疼きなどが出ます。1~2 日後には、小さな水膨れの集まりが出てきます。 水膨れは胸や背中がメインですが、稀に顔や頭皮 に出ます。水膨れができると痛みが出てきますが、 痛みの程度は軽いものから重いものまで様々です。

帯状疱疹っぽい発疹が出たら

すぐに医師や看護師に連絡して下さい。帯状疱疹は『発疹が出てから3日以内』が勝負です。理由は、3日以内に抗ウイルス薬で対応すれば、帯状疱疹による合併症を減らせるからです。合併症は様々ですが、よく聞くのは『帯状疱疹後神経痛』です。これは、発疹が消えた後も痛みや不快感が続くと言ったもので、10人に1人がなります。その他にも、発疹が顔や頭皮にある時は、目や耳などに障害が残ることもあります。そのため、頭痛などがある時は顔だけでなく、頭皮をみるのも重要です。もしかしたら、発疹があるかもしれません。

予防は?

これはワクチンで予防できます。とは言っても、完全に防ぐものではありません。発症頻度や症状、帯状疱疹後神経痛を減少させるものです。大体どれも50~60%ほど減少させます。ちなみに、このワクチン接種は『50歳以上が対象』です。ただ、もちろんワクチン接種ができない方もいるため、医師と相談して下さい。あと、このワクチンは自己負担であり、調べてみるとかなり高いです…。

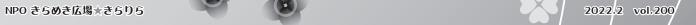
大変つまらない話をしてしまい申し訳ありませんが、以上になります。これを読んで、帯状疱疹に対する理解が得られることを願います。



お知らせ 2月の専門外来は以下のとおりです。

2月	名前	科	専門	2月	名前	科	専門
1日(火)	土持 茂之 先生	外科	腹部外科· 血管外科	15日(火)	高村 和人 先生	内科	内科• 消化器内科
8日(火)	藤原 敬士 先生	内科	消化器(内視鏡)	22日(火)	多田 譲治 先生	皮膚科	アレルギー性皮膚疾患・皮膚細菌性感染症







2022.2 vol.200 NPO きらめき広場★きらりら

おかげさまでNPO情報誌「きらりら」

J刊200号

写真で見る200号までの歩み

地域情報誌「きらりら」は、皆で作る情報誌として身近な情報交換の紙面作りを行っています。 今後ともご愛顧のほど、よろしくお願い致します。





NPO きらめき広場★きらりら 2022.2 vol.200



毎週月、水、金曜日 10:00~15:00 月1回 土曜日 10:00~12:00

☆『作ってみよう』

5日(土)10:00~12:00 7日(月)~随時

- ・切紙で ひなかざり
- ・グラスデコ工作

お知らせ

3月より改装のため、子育て広場 の場所が変わります。

(3月から4月上旬位の予定です) きらめき広場入口に、場所の案内 を掲示していますので、確認の上ご 利用ください。



大茅スマイルサロン

12月6日、大茅集会所で大茅スマ イルサロンが開催されました。

この日は、保健師の安達彩永さん と川上麻悠さんが参加され、安達さ んから「認知症」についての話を聞 いた後、手遊びや脳トレ、iPadの 活用をして有意義な楽しい時間を 過ごしました。





1/15 とんど焼き





図書館だより

新見市立哲西図書館

TEL 94-2110 FAX 94-2100

年中無休

年末年始、蔵書点検日を除く

哲西図書館利用者のための乳幼児一時預かり

毎月第1・第3月曜日 10:00~12:00

きらめき広場・哲西プレイルーム

蔵書点検による休館 1月31日(月)~2月4日(金)まで

返却は、図書館内の返却箱へお願いします。

ご迷惑をおかけしますが、ご理解ご 協力をお願い致します。

時節柄どうぞご自愛くださいませ。

★今月の展示本

展示コーナー

「バレンタイン」

レシピ本を見ながら、可愛く美味しい手作りチョコレートに挑戦しませんか♥ ラッピングに役立つ本も展示しています。

児童コーナー

「お菓子・ケーキ」

ケーキ、クッキー、チョコレート など、甘くて美味しいスイーツ! そんなお菓子が主役の絵本を集め てみました。

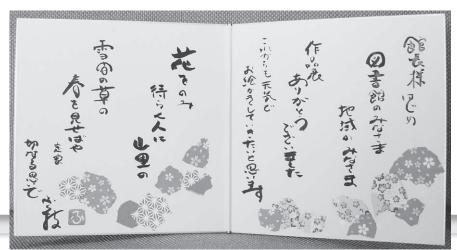


★ふくちゃんの作品展 お礼

令和 3 年12月 1 日~ 令和 4 年 1 月16日

難波ふく枝

開催中は、多くの皆様にご来場いただき誠にありがとうございました。 ご来場くださった皆様、ご支援くださった皆様に感謝の気持ちでいっぱいです。 皆様からの温かい心のこもったメッセージを励みに制作活動を続けていきたいと思って おります。見守っていただければ幸せです。今後とも、どうぞよろしくお願い致します。





NPO きらめき広場★きらりら 2022.2 vol.200

社会福祉法人 哲西福祉会 調理職員・介護職員・看護師 を募集しています







詳細は、特別養護老人ホーム哲西荘 (TEL 0867-94-3533)まで お問い合わせください。

哲西図書館に哲西荘 の皆さんが、掲示し てくださいました。 いつもありがとうご ざいます。





ございました (敬称略)

■香典返し

○谷本 〇内山 老人クラブ三光会へ 静美(亡夫保)・上神代 博 (亡父正巳)・畑木 封

見舞返し 畑木長寿会へ 澄江 (本人)・ 上神代 封

〇谷本 ○伊藤 老人クラブ睦会へ 博(本人)・畑木 金 封

一般寄附

NPOきらめき広場へ

金

封

○老人クラブ協和会からしめ飾 矢神小学校· 矢神駐在所 哲西支局・哲西認定こども園 協和会地区集会所と老人家庭 ŋ

戸川 ■哲西図書館へ本を寄贈してくださった方 NPOきらめき広場 睦徳・矢田

○浅井 幹夫・大竹

哲西荘へ

一香典返し

○竹本 久人 (亡父弘)・畑

:: 金

一封

金

封

○山根林

一般寄付

稔・哲多町老栄計・唐松

○田口石油興業㈱ …白菜63 kg • 大根41. 山陽新聞

kg

○松陽産業㈱ ○妹尾観光バス・妹尾タクシー 備北民報

備北民報 陽新聞

○いくま石油㈱

通信

地域の情報源である行政広報が合併により「哲西だ 報誌 1

記事や情報・写真等をお寄せ下さったお蔭でここまで らりら、が今月で200号を迎えました。 の皆様はもとより地域の団体や事業所の皆さんから が届きにくくなったとの声に応えようと創刊した より」から「市報にいみ」にかわり、 手づくりで発行してきた "きらりら、ですが、 身近な地域情報 市民

げます。 情報誌に至っていないことは十分承知していますが *きらりらだけは読んでるよ*とのお声掛けを力に、 お読みいただいている皆様にとって満足いただける

続けてこられたことに感慨を覚え、

改めて感謝申し上

す。 報を寄せてくださいますようお願いします。 これからも内容の充実に努め発刊し続ける覚悟でいま 皆さん全員が、、きらりら、の記者として記事や情 地域づくりの第一歩は、 まず情報の共有からです。

に無償配布しています。 現在1300部発行し哲西地域全域と一部哲多地域

PO活動資金が枯渇して発行中止の時期が来ることを 危惧しています。 1部当たり直接経費で78円ほどかかっていますがN

少額からでも結構です、ご一考下されば幸いです。 発行に特化したご寄付でもお願いしたいと存じます 何とか続ける努力をしてまいりますが "きらりら"

問い合せ先

NPOきらめき広場 事務所/〒719-3701 岡山県新見市哲西町矢田3604 Tel(0867)94-2143 Fax(0867)94-2100 ジ http://www.npo-kirameki/ Eメール post@npo-kirameki.jp

