

順天堂ひまわりカフェだより

孔雀草（くじゃくそう）
花言葉「いつも愉快」「可憐」



秋号

金木犀（きんもくせい）
花言葉「謙虚」「気高い人」








2023年秋号(年4回発行 4月・7月・10月・1月)

みなさんこんにちは、順天堂ひまわりカフェです。

今年は特に暑い時期が長くありましたが、病院最寄り駅前の花壇にはしっかりと彼岸花が咲いていました。みなさんは季節を教えてください。植物で何を思い浮かべますか？

順天堂ひまわりカフェオンライン交流会では、毎回参加者の方たちとミニ交流会を行う時間を設けています。季節ごとのテーマで語り合っ様々な思い出と触れ合っています。

 順天堂ひまわりカフェオンライン交流会
毎月第4水曜日 14:30~16:00 

10/25 (水)	管理栄養士によるミニ講話	
11/22 (水)	地域の専門によるストレッチ	
12/27 (水)	リモート音遊びとミニアート	

申込みは下記のメールまたは電話に名前・お住まいの区・電話番号をご連絡ください。
メール：ninchisyo_shikkan@juntendo.gmc.ac.jp 電話：03-5632-3180

～ひまわりカフェのご紹介～ 2023年8月23日 地域の認知症カフェ紹介

今回は「地域の認知症カフェ」について、それぞれの担当者の方から紹介していただきました。江東区内には認知症カフェが11か所あります。そのうち3か所の認知症カフェから特徴やプログラム内容、アピールポイント等を教えていただきました。

1つ目は亀戸にある「ふくろうカフェ」。Ako caféという喫茶店にて、奇数月の第2火曜日11時から開催しています。中ではウクレレの演奏やフラワーアレンジメントの講習、個別相談ができるスペースがあります。息抜きやゆったりとした時間を過ごすのにぴったりでした。

2つ目は住吉にある「カフェ流れ星」。あそか園1階地域交流スペースにて、毎月第1土曜日10時から開催しています。介護・医療関係者から認知症関連のミニ講話と脳トレ、最後に参加者同士の交流会があります。「認知症について知りたい」「同じ悩みを持つ人と話したい」という方はぜひ参加してみてください。

3つ目は豊洲にある「豊洲かもめカフェ」。豊洲文化センターにて、毎月第1土曜日または日曜日14時から開催しています。カフェの内容はメンバー同士で決めて、勉強会やお花見、アート等といった自由な内容になっています。好きなことをしてみたい方にぴったりなカフェでした。

「認知症カフェ」にも、一つひとつ違う特徴があります。ぜひお気に入りのカフェを見つけてみてください。



2023/8/23の様子
撮影・掲載の同意を頂いた方のみ。

～頭のトレーニングにチャレンジ！～

お鍋やおでんなど温かい食べ物がおいしい季節になってきました。みなさんは季節の変化を感じるものや出来事がありますか？

今回は季節の歌に関する虫食いクイズです。答えはページ下に！

【第1問】『紅葉（もみじ）』

秋の（？）に 照る山紅葉
濃いも薄いも 数ある中に
松をいろどる 楓や蔦は、
山のふもとの 袖模様

1. 夜風
2. 夕日
3. 日の出

【第2問】『たきび』

さざんか さざんか さいたまち
たきびだ たきびだ おちばたき
あたらうか あたらうよ
しもやけおててが もう（？）

1. かゆい
2. いたい
3. つめたい

答え.



～私のおすすめコーナー～ おすすめの本「つるかめつるかめ」

【中脇初枝・文 あずみ虫・絵 あすなろ書房 2020年】

日本には、古くから伝わるおまじないがあります。

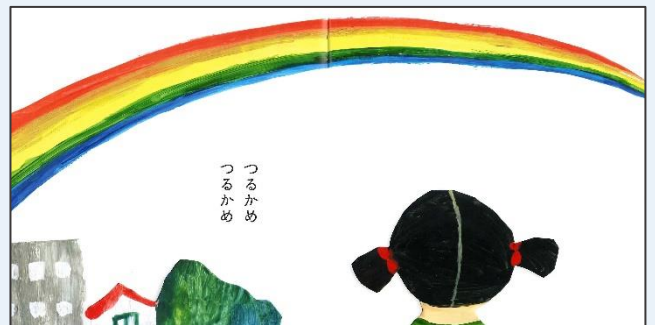
雷が鳴ったときには「くわばら くわばら」、地震がおきたときには「まじやらく まじやらく」、痛いときには「ちちんぷいぷいちちんぷい いたいのいたいのとんでいけ」など、何か不安なことや怖いこと、困ったことがあったときに、私たちはおまじないを唱えることがあります。

この絵本は、新型コロナウイルス感染症が流行し、世界中の人々がその脅威に不安と恐怖を抱えている中で生まれました。ただ、おまじないのことばを紹介しているだけなのですが、温かみのあるイラストとともに、不安な人を支えたいという想いがこめられています。

おまじないを唱えたからと言って、絶対に大丈夫という保証はどこにもありません。「おまじないなんて、気休めでしかない」と言う人もいるでしょう。けれど、コロナ禍にアマビエが流行したように、何かにすぎることによって不安が少しでも和らぐことはあります。どんなに科学や文明が発展しても、災害や病気や死を免れることはできません。だからこそ、おまじないは今でも伝え続けられているのかもしれません。

日本で古くから伝えられているおまじないだけがいいわけではありません。世の中にはオリジナルのおまじないもたくさんあると思います。不安を安心に変えるような、そんなおまじないをもつところを大切にしていきたいですね。

ペンネーム：たま



画像引用元：版元ドットコム

次号は2024年1月刊行予定です。

「私のおすすめコーナー」を募集します。おすすめしたい本や映画、曲などお好きなものについて500字程度で紹介してください！下記のメールアドレスまたは宛先までご応募お待ちしております。

住所：〒136-0075 江東区新砂3-3-20 認知症疾患医療センター 担当：矢村・西野・遠藤・石橋

メールアドレス：ninchisyo_shikkan@juntendo.gmc.ac.jp

投稿する際に記載していただきたいこと：投稿内容、お名前（ペンネーム可）、連絡先

*掲載につきましては当院スタッフにて判断いたします。ご了承下さい。

〆切：2023年12月15日（金）まで