

# アスモ・たんぽぽ新聞

アスモ新聞はアスモのホームページ <http://www.asumo-kaigo.jp/> からもお覧になれます。

上記のアドレスか【在宅介護センター・アスモ】で検索してください。

「人に喜ばれる仕事を！！」のアスモは、みなさまとの新たな出会いをお待ちしております。

平成24年3月発行

第78号



〒165-0026  
中野区新井1-26-4 オスカマンション2F

☎ 03-5318-4007

一 晴れた空 そよぐ風  
港出船の ドラの音たのし  
別れテープを 笑顔で切れば  
のぞみはてない 遙かな潮路  
ああ憧れの ハワイ航路

二 波の背を バラ色に  
染めて真赤な 夕陽が沈む  
一人デッキで ウクレレ弾けば  
歌もなつかし あのアロハオエ  
ああ憧れの ハワイ航路

三 常夏の 黄金月  
夜のキャビンの 小窓を照らす  
夢も通うよ あのホノルルの  
椰子の並木路 ホワイトホテル  
ああ憧れの ハワイ航路

人々にとつて、それはそれは異国だったはずで、その距離や、まだ見たことのない光景が「憧れ」という言葉に重ね合っています。みんなこの歌を聴いて、ハワイを想像し、いつか死ぬまでに行ってみたい。これは大袈裟ではなく、そんな夢をこの歌に被（かぶ）せたはずで、実際、この後日本は海外旅行の時代を迎えることになりましたが、それにしてもまだ数十年先の話なのです。歌がハワイのすべてであり、歌そのものがハワイだったのです。・・・（昭和アンソロジーより）

東日本大震災から一年がたち、最近テレビなどでは、当時の映像が繰返し流されております。過去を反省したり見つめ直すことも確かに必要なこととは思いますが、同時にどこかで人々の心を癒したり、元気づけたりすることが大切なのではないでしょうか？そしてその答えが実は当時の歌にはあったのではないかと考えています。終戦直後の過酷な時代を生き抜いてこられた、ご利用者の皆様への感謝はもちろんだこと、まだまだ教えていただかなければならないことが沢山あることに気づかされま



代表取締役 花堂浩一

「憧れのハワイ航路」  
昭和40年代に差し掛かったころ、私がまだ4歳か5歳位だったと記憶しています。狭い我が家に初めて文化的といえるステレオが町の電器店から運ばれてきました。まだ娯楽といえるものがほとんどない時代に、ステレオでレコードを聴くということは、当時の人にとって数少ない楽しみの一つだったようです。私が子どもの頃の懐メロですから、まだ戦後まもない曲を父はよく聴いていたような気がします。「青い山脈」、「銀座カンカン娘」や「りんごの歌」、「憧れのハワイ航路」、「東京ブギウギ」など今でもカラオケなどで歌われる曲が流れておりました。以前、この紙面で昭和を元気にした歌、昭和アンソロジー（ふりきのおもちや博物館館長、北原照久著）で「青い山脈」をご紹介しましたが、今回も昭和アンソロジーから「憧れのハワイ航路」をご紹介致します。

なんと行ってハワイです。あのパールハーバーのハワイなのです。暗い過去を断ち切つてと言えは聞こえはいいが、なんとも大胆な発想です。戦後まもない時期に憧れと言いつつしまうのはいいも悪くも水に流せる日本人のなせる業かもしれません。過去を精算や評価する前に歌で豪快に謳歌しているのが興味見事に思えます。ちょうど私（北原氏）が生まれた年にこの曲はリリースされています。もちろん記憶にはありませんが、それでも物心ついたとき、近所には戦禍の名残りがまだまだたくさん目につきました。しかし日本人の心はもうハワイに飛んでいたのです。もしかしたら、当時のハワイって、今にたとえると月旅行に匹敵するのではないのでしょうか？



## シニアハウスコム 0120-5318-77

こんにちは。入居相談員の佐藤 公亮です。今回は、有料老人ホームを見学した方・入居を決めた方の「生のお声(クチコミ)」を紹介したいと思います。

■見学者：本人（60代） ■現在：見学中 ■場所：杉並区内の有料老人ホーム  
■感想：建物は3階建てで、清潔にされているので人間の居住に適していると思う。  
見学当時、空いている部屋は一室のみで、人気の高さを実感した。  
会社の運営・経理体制はしっかりしている印象で、料金体制も適正で信頼できると思う。  
また、任意後継人制度についても相談できるということで、しっかり考えて検討したい。

■見学者：長女 ■入居者：父親（80代） ■現在：入居中 ■場所：中野区内の有料老人ホーム  
■感想：明るいエントランスで、老人施設という感じがしないのがよかったです。  
ご説明いただいた担当者の方の印象も大変良く、施設長の雰囲気も明るくよかったです。  
食事もおいしかったので父も満足できると思います。

施設を探す上で、実際に入居されてる方や見学に行った方のお声も気になりますよね！？  
もちろん、人それぞれ感じ方や受け止め方は色々だと思いますが、私どもは、施設をお探しの方が見学に行く時に、お車を出して同行しております。その際に、このような生のお声(クチコミ)も伺っております。  
施設について気になる方は、お気軽にご相談ください。

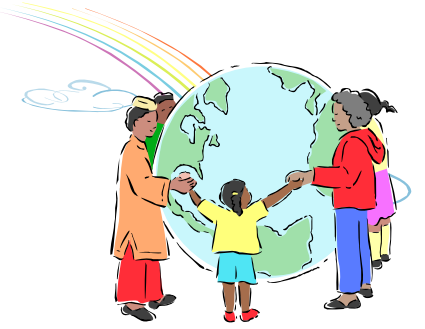


相談員・小川

## 利用者さんの作品

武藤真由美さんの詩

にじはたくさんのいろがあります  
あめあがりのにじはきれいです  
にじはみたことありますか  
みんなでみるにじはいいな～



たかゆ先生の

### ここから健康になりましょう♪

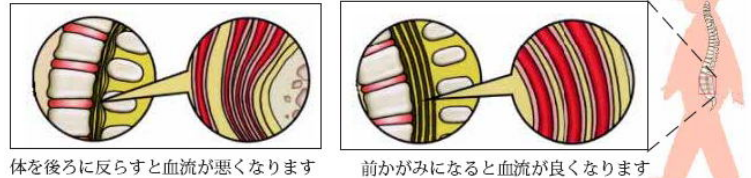
#### 『脊柱管狭窄症』

3月に入り、春を感じる事が多くなってきましたね。  
東京の桜開花予想は3月29日だそうですよ。  
今回は当院でも多くみられる「脊柱管狭窄症」についてお話しします。

背骨（脊椎）には脊柱管と呼ばれる脊髄・神経（馬尾）・血管の通路があります（図1参照）。加齢による脊椎の変性や変性すべり症によって、神経の通路である脊柱管が狭くなることにより、神経が圧迫されて足や腰、臀部に痛みやしびれが出現する病気です（図2参照）。若年から高齢まであらゆる年齢で発症する可能性があります。50歳代～70歳代までの方に多く発症する傾向にあります。

この脊柱管狭窄症の症状で特徴的な症状が、「間欠性跛行」です。  
間欠性跛行とは歩き始めはとくに症状が強いわけではないのですが、しばらく歩くと脚が痛くなったり、しびれたり、こわばったりして歩くことができなくなる状態を指します。しゃがんだり座ったりすると症状はすぐになくなり、また歩いたり立ったりできるのが特徴です。

これは立つことで構造上、脊柱管がいつそう狭くなり神経や血管を圧迫するため、体が前かがみになると脊柱管がやや広くなり、神経・血管圧迫は解除されて症状はなくなります。



進行するに従って、連続歩行距離や時間が短くなっていきます。重症の場合、50mも歩かないうちに症状が強くなって歩けなくなったり、5分程度立つだけでも症状が出たりします。さらに、徐々に下腿の筋肉が萎縮し、永続的な歩行障害が起きることもあり注意を要します。

「脊柱管狭窄症」という診断を受けていなくても当てはまる方はいませんか？脊柱管狭窄症の予備軍かもしれませんよ？

治療方法は症状の程度によって異なります。程度の軽い場合、薬物療法により一般的な消炎鎮痛薬のほかに神経の血流を促進する血流改善薬が使われます。それより重度になると、神経ブロックの注射をしたり、手術の適応になる場合もあります。

「もしかして脊柱管狭窄症かな？」と思ったら、MRI等の検査ですぐに診断できますので、早めの通院をおすすめします。年齢のせいだろうと放っておくと知らない間に症状が進行することがあります。特に安静時に両脚のしびれや麻痺がある場合は重い症状であるという認識が必要です。

臀部に痺れが出る、歩くと脚がだるくなる、といった軽めの症状であれば当院での保存療法も可能です。骨盤の矯正を用いて腰椎間の圧迫ストレスを開放し、症状を緩和していきます。何かありましたらお気軽にご相談ください。

ここから整骨院  
中野区大和町1-65-4 増田ビル1F  
<http://www.cocokara.clinic.net/>  
TEL&FAX 03-5364-9090 日・祝休



アスモ・たんぼぼ新聞第78号



発行所 在宅介護センター・アスモ