



いつもより長く厳しい夏がようやく終わりました。

山の向こうに、見る見る沈んでいく大きな夕日、風の音、虫の声…あんなに暑かった夏のことをすっかり忘れてほんとうくらい季節はどんどん過ぎていきますね。

ここ南房総市では 17300世帯のうち、高齢者のみの世帯が 3000世帯以上あります。高齢者世帯では、日常生活の様々な場面で不安を感じるものです。ひとり暮らしだとれば尚更でしょう。

歳をとれば 誰でも人の手が必要になってくることがあります。立てない、歩けない…と、できないことを数えるのではなく、つかまれば立てるし、シルバーカーを使えば買い物にだって行けます。

高齢になる程、これまでの生活を変えずに暮らしていくことが大切なのです。

今日は、ひとり暮らしてありながら、住み慣れた我が家で、自分らしく、自然体で暮らす Aさんをご紹介しましょう。

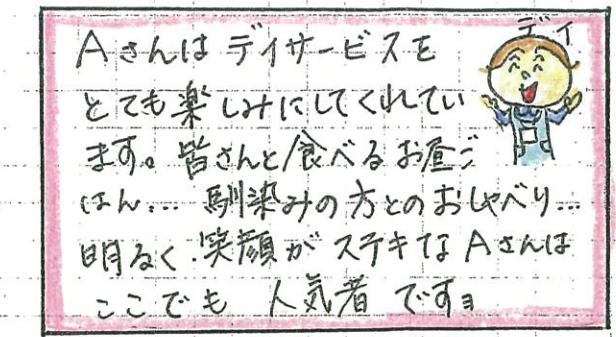
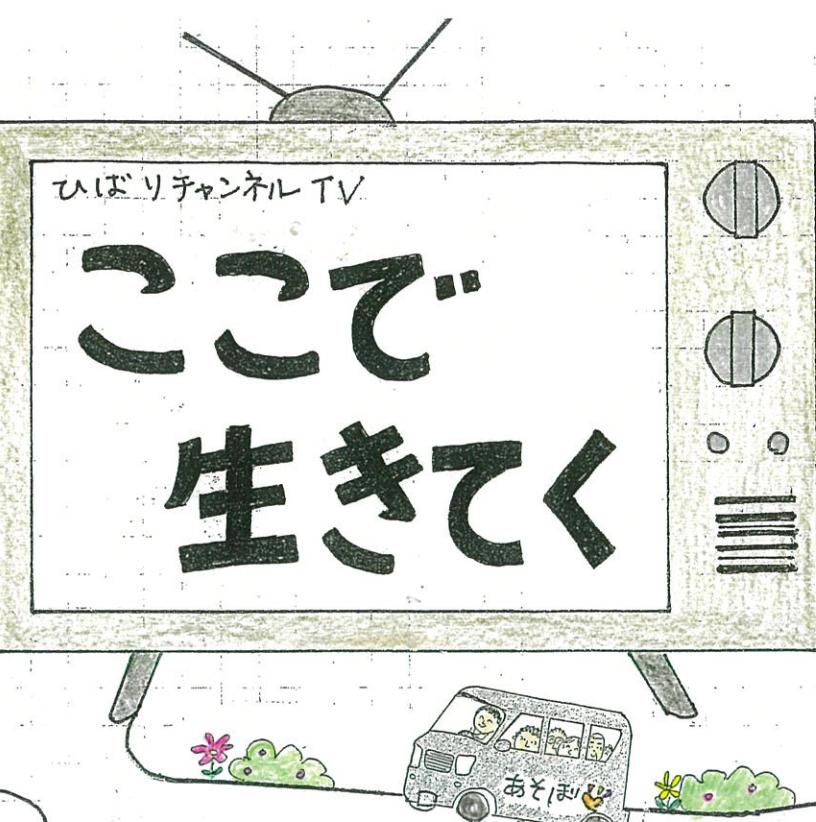
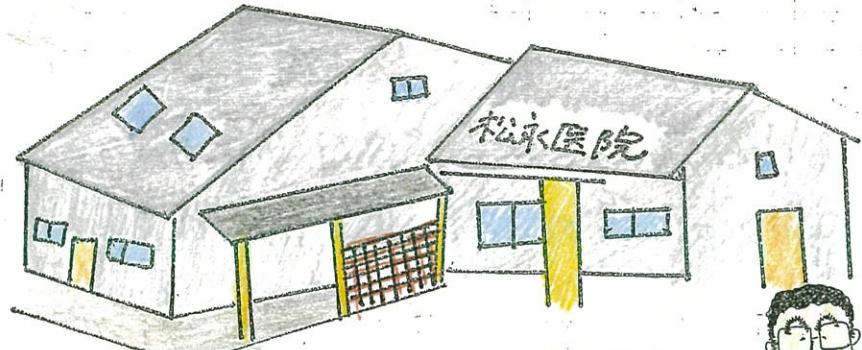


千倉生まれの千倉育ち。
結婚後も 地元で働きながら
3人の子供を育ててきました。
様々な苦労も、大きな声で
笑い飛ばして、頑張ってきました。
好きなもの…ヤクルト

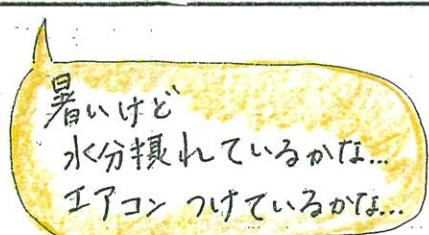
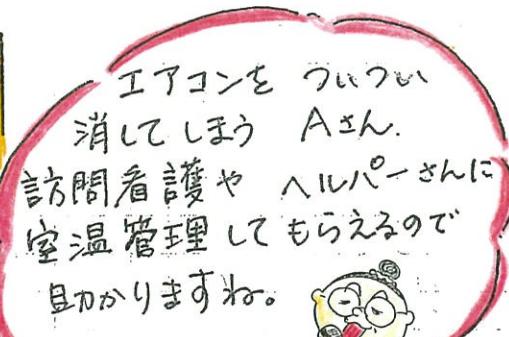
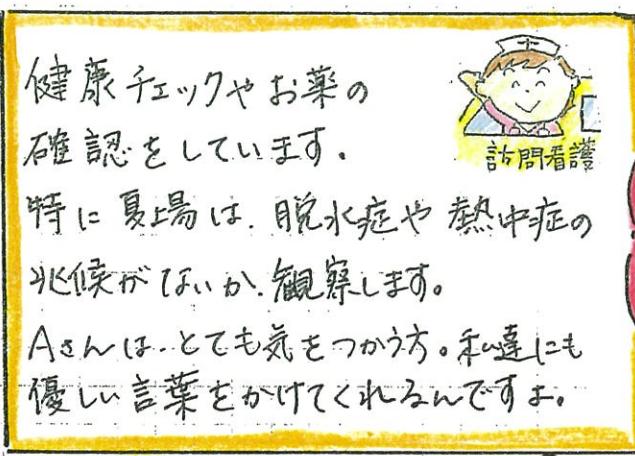
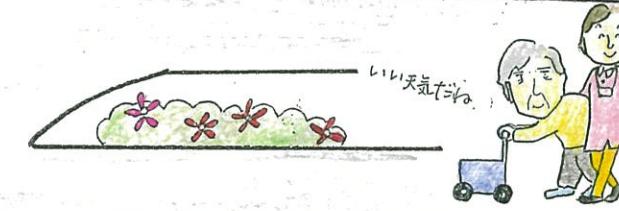
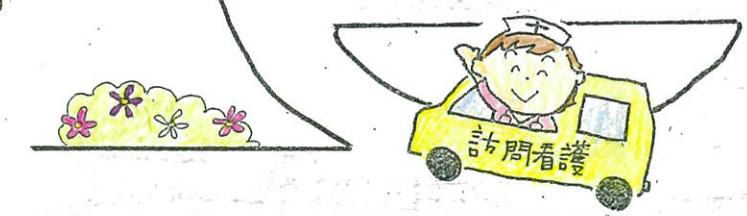
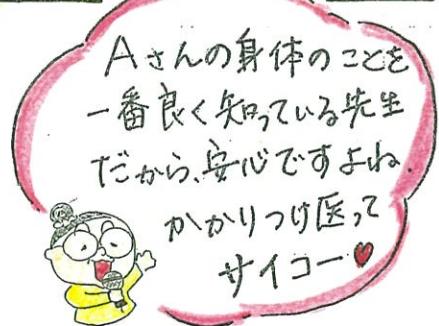
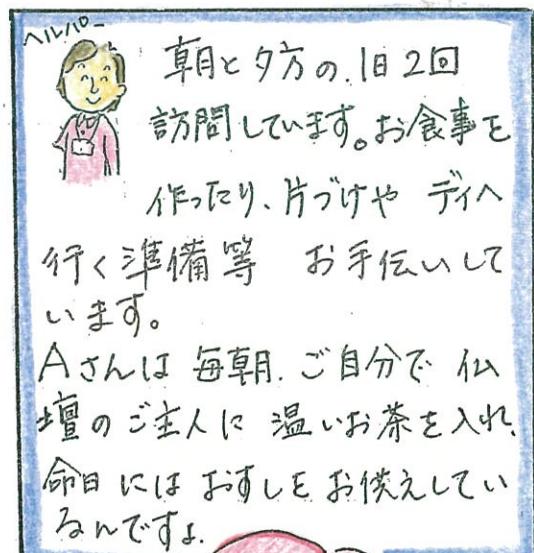
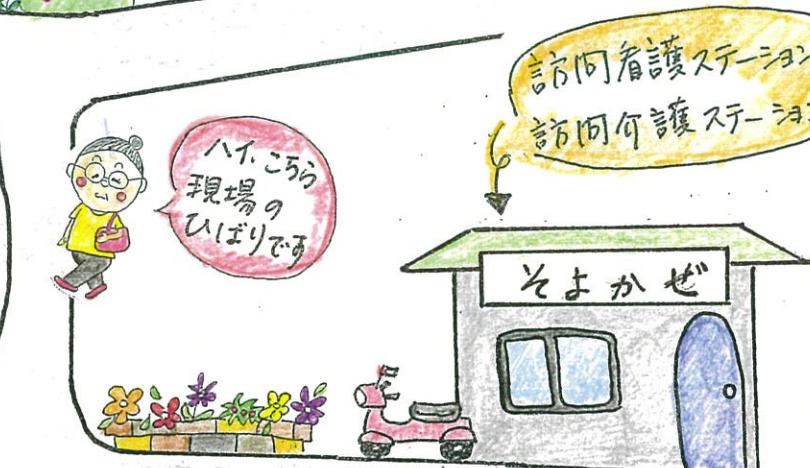
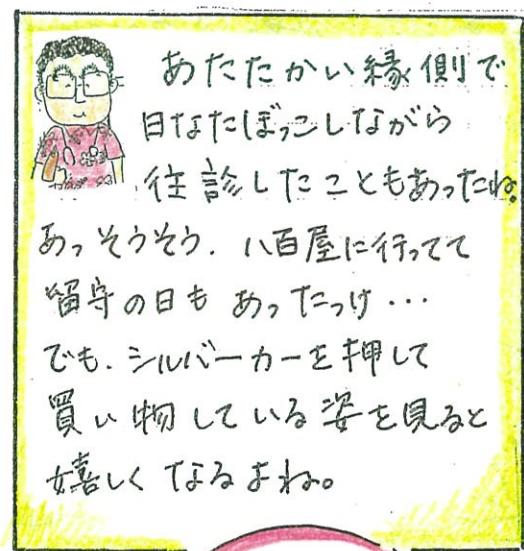
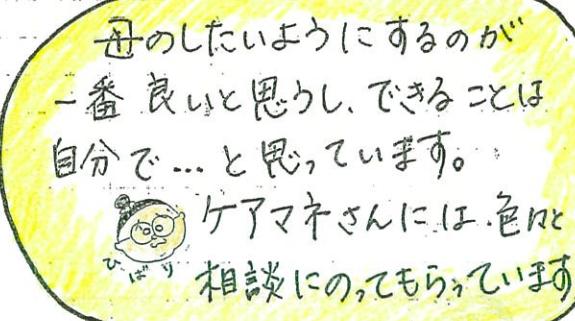
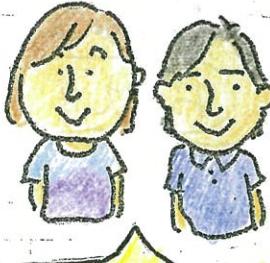
千倉生まれの千倉育ち。
結婚後も 地元で働きながら
3人の子供を育ててきました。
様々な苦労も、大きな声で
笑い飛ばして、頑張ってきました。
好きなもの…ヤクルト

Aさん
(90代)

アカルト



娘さん達



「ここで生きてく」という Aさんの思いを
ケアマネージャーを中心として、生活面では、ヘルパーさんや
デイサービスで、健康面では、医師の往診と訪問看護で
支えています。

ただ、これは、「今」であって、「ずっと...」ではありません。
体の状態や周囲の状況の変化で、もちろん暮らし方も変わってくるものです。ですが、不安が先に立つと、一步も進めなくなってしまいりますよね。「私はこうしたい、こうありたい」という希望や願いをいつまでも持ち続けてほしいと思うのです。自分の人生の主役は自分なのであります。

今年もまたこの季節がやってきました!!

インフルエンザワクチン予防接種 予約スタート

おしゃれて 看護師さん!

どうして毎年予防接種をしなくちゃいけないの?

インフルエンザの遺伝子は変化しやすいのです。

以前かかってた時の免疫が効かなくてしまつからなのヨ。

予防接種としてもかかることがあるよね...

発症そのものを完全に防ぐことはできませんが、症状の重症化や

合併症を抑えることができます。

やっぱり予防接種は大事な件や。

いつから接種できますか?

松永医院では11月から接種を開始します。

ご予約、お待ちしていまーす。

65歳以上の方は、
市町村の補助金があります。

イベント



tea time

Aさんは、この夏体調不良で一旦は

入院したものの、10日で退院。

その後、夢くらぶ(老健)で、自宅へ戻る前のリハビリ中、今回のインタビューに応じて下さいました。

「元気になって早くあそぼに行きたいの」と
ご自分なりのリハビリ目標があるようでした。更に『娘達はお嫁に行きたからね、
嫁さざ先の姑さん達を大事にしてほしい
と思っています』とおっしゃいました。

胸の奥にジーンと書いた
Aさんの言葉でした。(さか)

ほっと
ひと息

医療費上限額 変更のお知らせ

平成30年8月診療分から、国の制度により、70歳以上の医療費上限額が変更になりました。(外来窓口)

・1割負担の方…18,000円(年間上限)
144,000円

・非課税世帯の方…8,000円

外来窓口で同一月に上記金額を
越えた場合、その越えた分が
支給されます。申請手続きが必要です。

詳しくは市町村の
担当窓口まで
お問い合わせ下さい。

