

# 心のひろば

## ハーモニカの音色にのせて 心和む歌声響いた交流会



▲各チームにはゲームの景品が



▲ハーモニカの演奏

4月12日、後楽園内の鶴鳴館本館で林友の会の「春の交流会」を開催しました。コロナ禍を経て昨年からの開催を始めた交流企画です。当日は、心配していたお天気にも恵まれて、約40人の参加がありました。最初に、ボランティアで楽器の演奏をされている藤沼恵

子さんにハーモニカを演奏していただきました。参加者は、懐メロから童謡まで様々な曲を奏でるハーモニカの伴奏に合わせて、歌を口ずさんだり、隣の人と歌のタイトルを聞きあつたりして

ました。この日は、林財団に4月に入職した新入職員も参加して、自己紹介をおこないました。短い拍手で迎えられる交流タイムでのしりとり自己紹介やチーム対抗のゲームで盛り上がった後は、お待ちかねのお弁当です。ボリユーム内や園内、思い思いの場所

間ではありましたが、参加者同士で話をし、笑い合える楽しいひと時になりました。また、交流会に先立ち、希望者を募り後楽園のガイドツアーも開催し、参加者はボランティアガイドさんの説明を聞きながら園内を散策しました。ご参加いただいたみなさん、ありがとうございました。



▲チームでまとめた答えを発表



▲みんなで意見を出しあって

### 林友の会2025年定期総会

日時：5月10日(土) 13時半～16時半  
場所：林病院ひまわりホール  
記念行事：13時40分～  
「笑いヨガと落語」  
定期総会：15時～  
・総会議案は3～4面に掲載しています

### 家族交流会 あじさいの会

心の病気をもつ方のご家族の集まりです。病気や生活、将来のことなど話をしています。どなたでもお気軽にご参加ください。  
日時：5月8日(木) 14時半～16時半  
場所：林友の会事務所  
参加費：100円 (お茶菓子代)

### 当事者交流会 ゆとりの会

病気や人間関係、将来のことなど、当事者同士で交流しています。事前の申込等は必要ありません。お気軽にご参加ください。  
日時：5月21日(水) 15時～16時半  
場所：林友の会事務所  
参加費：100円 (お茶菓子代)

### カフェこおり銀座

参加者が「ほっとできる」ことを大切にしたいカフェです。事前にご連絡いただければ詳しい場所をお知らせします。  
日時：5月26日(月) 14時～  
場所：岡山市南区郡  
参加費：100円 (コーヒー代)



### こだま

▼昨年の総選挙で与党が過半数割れをして、国会の様相が変わりました。高額療養費の負担限度額の引き上げが参議院で修正されて、衆議院に戻されて同意されて成立しました。こうした修正と同意は現憲法の下で初めてのことです。▼高額療養費制度について、現役世代が割を食う高齢者優遇策のように世代間対立を持ち込む論が振りまかれましたが、現役世代のがん患者から治療が続けられなくなる、と悲痛な声が上がりました。誰もがやがては高齢になる」と世代間対立に乗せられない声も広がりました。▼世論の前に自公の閣議決定がそのまま決まる国会ではなくりました。大きな変化です。一方で、日本維新の会や国民民主党は部分的な政策の取引で自公の政治を後押ししてきました。高額療養費の負担限度額の見直しや軍事費温存は自民党と似たり寄ったりです。▼8兆7千億円の軍事費を減らせば、医療や介護にもっとお金を使うことができます。50億円で訪問介護報酬の削減を戻すことができます。診療報酬を引き上げ医療従事者の処遇を改善するために5000億円を投入することもできます。▼夏には参議院選挙があります。高額療養費の負担増をきっぱり撤回させるチャンスです。(J・H)

### 今月のロールアート(林病院デイケア) 春の行楽バージョン



▲ロールアート展示スペース全体はこんな感じ

病院内でいつも私たちの目を楽しませてくれるデイケアメンバーさんたち作成のロールアート。今回は作品の細部をご覧ください。部分的にピックアップしました。



▲琴の演奏が聴こえてきそう



▲かわいいキャラ弁



▲とても立派なお城



▲お弁当を持ってお花見



▲おだんごを手にした桃太郎一行

私の妻は、岡山ひだまりの里病院でお世話になったあと、グループホームに入

65歳を越えて障害を負っ

後期高齢者の医療制度に入ると、医療費負担が減額されるので必要ないと言う意味がもしもありません。前記の

心身障害者医療費助成制度の精神障害者への対象拡大の運動では、県の制度化を勝ち取ったのに続いてすべての自治体での実現を、という実現する会の方針に従い、玉野市でも微力ながら学習し、市当局との話し合いや、市議会議員さんの議会での質問などを経て、今年4月からの実施となりました。本日にうれしかったです。次は、1級だけでなく2級、3級にも広げ、さらに岐阜のような状況をめざさなければとの思いを強くし、市からの具体的な取り組みを待ちました。

居して暮らしています。精神保健福祉手帳は1級で、自立支援医療の受給者証も持っているのです。要件は満たしていると思っていまして、ところが、非該当と言われ当惑しました。福祉課の職員から、「手帳の1級を持っていても65歳以上で初めて所時した場合は対象外」との県の方針を示されたのです。驚きました。誰からも聞いておらず初耳でした。「心のひろば」にも「障全協新聞」にも無かったと思います。自治体によって違いがあるのでしようか。私は嫌喜びをしたのでした。どなたか教えてくださいませんか。

調査報告でも65歳から70歳までの方は後期高齢者医療制度に入ることを条件にしている県もありました。その上で、障害者医療制度を利用できます。実際、自己負担のない助成制度を導入しているところも全国で20府県あります。それ以外にも非課税世帯のみ自己負担がないというところもあります。岡山県の障害者医療制度も、より使いやすいものにしていきたくいものです。他の障害の方々と一緒に改善をよびかけていきたいと思います。

(林友の会 副会長 荒木潤子)

※お住まいの地域の医療費助成制度について、事例やご意見など、事務局までお寄せください。よろしくお願ひします。



## 待ち望んだ制度開始も 更なる拡充必要

### 障害者医療費公費負担制度

精神障害者が対象に加わった岡山県の障害者医療費公費負担制度が4月から始まりました。申請手続きや運用、医療費負担がどう変わるかなど気になる

たものは助けられないという考えは許せるものではありません。

(長谷川健次)



## つばさ薬局

笑顔を大切にする薬局です

どこの病院の処方箋も受付致します

【営業時間】  
月水木金 9:00~17:30  
火曜 9:00~17:00  
土曜 9:00~13:00  
日・祝日 休み

【電話】  
**086-272-2710**

【処方箋受付FAX】  
**086-272-2713**

〒703-8256 岡山市中区浜621-1

つばさ薬局 検索

### 集团的自衛権の行使に反対する中区の会 第113回行動 デモ行進

デモ行進でアピールをおこないます。どなたでもお気軽にご参加ください。

日時：5月28日(水) 12時半~13時  
場所：高島公民館集合

間に、①運動を大きく広げ、②当事者・家族を孤立させない、③林財団と事業所のサポーターを増やすことを目標としてとどろくみを進めました。目標と到達は以下の通りです。

- ・会員拡大10人目標で、3人の到達
- ・協同基金協力50人目標で、40人の到達

組織の強化

幹事会や常任幹事会のなかで、重度心身障害者医療費公費負担制度の進捗状況を共有してきました。また、9月に開催された全日本民

医連共同組織活動交流集会には、幹事をはじめ約20人の会員が参加して全国の活動に触れ、交流をおこないました。

2025年度活動方針(案)

はじめに

林友の会は、民医連加盟事業所の共同組織として林財団のあらゆる活動のパートナーとなり、安心して住み続けられるまちづくりに向けたとどろくみや活動を、職員や地域の人々と共に進めます。心の健康問題について、会員や地域のニーズを把握し、それに応える活動や運動に取り組みます。また、市民組織として幅広い会員の要望を具体化し運動へと発展させるために、組織の拡大と活動の強化をめざします。

1. 心の健康を守る・会員の交流を深める活動

機関紙「心のひろば」発行  
機関紙「心のひろば」の紙面の充実をめざします。

幹事や林財団職員など、紙面づくりの協力者を増やします。林友の会や林財団の活動を掲載し、会員と林友の会や林財団をつなぐ役割を果たします。紙面を利用した会員同士の交流も進めます。

相談活動の充実

電話や来所により受けた相談を、林財団事業所をはじめとする関係機関につなぐことを含め、会員が安心して相談できる環境づくり

展をめざします。また、けんかれんや市家連、けんせいれんなどの団体とも連携し、会議や学習会などへの参加を呼びかけます。

幅広い会員の参加をめざした活動

会員同士や会員と職員の交流を深めることをめざし、バス旅行や交流会などを開催します。また、健康づくりにつながるとりくみとしてヘルスチャレンジを企画し、幅広い会員の参加をよびかけます。

地域に向けた活動

地域で活動している団体とも連携しながら、地域住民や幅広い会員に向けて映画上映会などの開催を検討します。財団各事業所と協力し、地域に向けた市民公開講座や、地域のコミュニティなどに出向いての出前講座を開催します。市民公開講座は事業所の医療活動を知らせる機会としても位置付けます。

2. 林財団事業所の充実・発展のための協力・共同

利用者の方を事業所運営に反映

林病院では、患者中心の病院づくり委員会のメンバーとして、院内のラウンドや委員会への参加を通じて当事者・家族の声を反映した事業所運営や、問題解決の一端を担う役割を果たします。

事業所と共同した活動

各事業所の共同組織委員会と協力して、活動についての協議と職員の参加を広げます。共同組織拡大強化月間のとりくみをはじめ、市民公開講座やこおり銀座カフェなど、地域住民の参加をめざしたとりくみを共に進めます。

林財団との定期協議会

林財団との定期協議会を開催します。双方の日常の活動についての共有や、林友の会に寄せられた意見や要望等を事業所運営に反映させることを求める働きかけや、共同したとりくみについての話し合いなどをおこないます。

3. 憲法・平和、社会保障

充実で安心して住み続けられるまちづくりの活動

平和のとりくみ  
林財団・林精研労組と共に、戦争する国づくりに反対し、核兵器廃絶にむけた運動に取り組み、集団的自衛権の行使に反対する中區の会のアピール行動や原水爆禁止国民平和大行進、原水爆禁止世界大会などのとりくみを多くの会員に知らせます。また、「岡山に憲法9条の碑をつくることをめざす岡山の会」のよびかけに賛同し、会のとりくみや募金のよびかけなどを心のひろばに掲載し、会員や関係機関にその活動を知らせ、協力をよびかけます。

社会保障の充実

生活保護引き下げ違憲訴訟(いのちのとりで裁判)や年金引き下げ違憲訴訟(年金裁判)などの闘いを支える運動に取り組み、心のひろば紙面などで広く会員に知らせます。また、県・市社会保障推進協議会や生活と健康を守る会などと連携して、その活動に参加します。

地域生活を支える精神科医療・福祉の充実

だれもが安心して暮らせるまちづくりをめざして、地域の支援体制の充実など他団体とも連携した運動をおこないます。財団・労組と共に、「精神保健医療福祉の改善を求める国会請願署名」にとりくみ、広く市民に精神医療の現状を知らせ、精神医療や制度の充実に向けた運動の前進をめざします。

4. 組織の拡大と強化をめざす活動

会員拡大

年間を通じて会員の拡大に取り組みます。公開講座や映画上映会などをはじめとする行事の開催にあたり、様々な広報手段を利用し、会員以外にも案内と参加を広げ、林友の会の活動やとりくみを知らせると共に入会をよびかけます。また、林病院やひだまりの里病院と共に患者さんやご家族に林友の会への入会と財団の医療活動を支える協同基金への協力をよびかけます。様々な人に知っていただく方法として、SNSやホームページの活用について検討をおこないます。

認知症分野の活動

認知症当事者や家族の生活を支えるとりくみや、認知症をめぐる様々な課題に、関連する団体や地域と連携した運動を進めます。だれもが安心して過ごせる居場所として、月に1回の「こおり銀座カフェ」を開催します。

拡大強化月間と位置づけ

林財団各事業所の共同組織委員会と協力して積極的によびかけをおこない、会員拡大、協同基金協力、いつでも元気の購読者増などに取り組みます。ヘルスチャレンジをはじめ、多くの会員が参加できる講座や行事の企画をおこない、会員の拡大につなげます。

組織の強化

幹事会・常任幹事会のなかで、その時々の情勢や課題についての学習を進めます。また、職員に向けても活動の参加を通じて共同組織への理解を深める働きかけをおこないます。

開催日のお知らせ

- ・あじさいの会(家族会)  
日時：毎月第2木曜日  
14時半～16時半  
場所：林友の会事務所
- ・ゆとりのお(当事者会)  
日時：毎月第3水曜日  
15時～16時半  
場所：林友の会事務所
- ・こおり銀座カフェ  
日時：毎月第4月曜日  
14時～16時  
※岡山ひだまりの里病院からの送迎があります

共同組織拡大強化月間

10月から12月を共同組織

# 2025年度定期総会議案

## はじめに

毎月1回、ゆとりの会(当事者会)、あじさいの会(家族会)、こおり銀座カフェを開催してきました。会員や地域の方に向けた行事として3回の公開講座や春の後楽園内での交流会などを開催しました。また、共同組織拡大強化月間中のヘルスチャレンジは多くの会員が参加する企画となりました。

### 1. 心の健康を守り会員の交流を深める活動

機関紙「心のひろば」発行 毎月発行している機関紙「心のひろば」は、会員と林友の会や林財団をつなぐ役割を果たしています。幹事や林財団職員も執筆をおこない、紙面づくりに参加してきました。また、掲載した記事への感想も多数寄せられ、会員同士の紙面での交流もみられました。

#### 相談活動の充実

電話や来所による相談など、会員から寄せられる悩みや不安を、林財団事業所をはじめとする関係機関や相談機関につなぐことも含め、相談しやすい環境づくりをめざしてきました。また、直接的な解決とはならなくても、ゆつくり話しを伺うことでほっとされたり安心される相談者の方もおられました。

#### 当事者・家族会活動

ゆとりの会、あじさいの会を毎月1回開催してきました。当事者、家族であれ

した。また、5月の定期総会では、記念行事として「トイピアノの演奏とお話」を、2025年4月には後楽園ガイドツアーと鶴鳴館での交流会を開催しました。会員同士が直接顔を合わせて交流する機会となり、参加者からは歓迎の声が寄せられました。

#### 地域に向けた活動

市民公開講座を10月、2月、3月の3回開催しました。10月は「もの忘れと認知症」について林病院の藤本直樹医師に講演していただき、併せて認知症のVR体験もおこないました。日常の生活の中で気になることについてなど、参加された方からは多くの質問も出されました。2月には、「映画『ありがとう3』の上映と出演者のトーク」を開催し、出演者の方々の想いやご自身の活動について話していただきました。心が温かくなる映画とお話に、参加者からは「ありがとう」や「ありがとう2」も見てみたいとの声が出されました。3月は小串学区を対象に「認知症にやさしいまちづくり講座」を開催しました。作業療法士からは身体への動きの仕組みと脳や認知症との関係について話があり、実際に体を動かす体験もしました。ソーシャルワーカーからは認知症や介護に関する相談ができる場所の紹介があり、地域から多くの方の参加がありました。

### 2. 林財団事業所の充実・発展のために協力・共同する活動

#### 利用者の声を事業所運営に反映

林病院の患者中心の病院づくり委員会に当事者やご家族が外部委員として参加しました。月に2回、職員と共に院内のラウンドをおこない、投書箱に寄せられた意見や気付いたことなどを委員会へ伝え、改善にむけた提案などをおこないました。

#### 事業所と共同した活動

各事業所の共同組織委員会で、毎月、活動の進め方や会員拡大に向けて話し合いをおこない、行事などへの参加も進めてきました。秋の共同組織拡大強化月間には、とりくみの進捗状況の共有や入会の呼びかけなど併せ、職場や研修場での職員に向けた学習会も開催しました。地域に向けた市民公開講座では、企画を考え当日の運営を共におこないました。また、9月に開催された全日本医連共同組織活動交流会には、会員と職員約30人が参加し、日頃の活動3演題の発表もおこないました。全国の共同組織の活動に触れ、そのとりくみを学びました。

#### 林財団との定期協議会

林財団との定期協議会を年間2回開催し、双方の日常活動の報告や活動への協力について話をおこないま

した。併せて、事業所を利用する会員から寄せられた意見や要望などについて意見交換をおこないました。財団の第9次長計の共同組織分野についても意見を出しました。

### 3. 憲法・平和、社会保障充実で安心して住み続けられるまちづくりの活動

#### 平和のとりくみ

林財団・林精研労組と共に集団的自衛権の行使に反対する中区の会のアピール行動や「国民平和大行進」「原水爆禁止世界大会」への参加をよびかけました。夏の平和の行動に向けては、ボールペンやペナントなど資材の購入もおこない、アピールに活用しました。

#### 社会保障の充実

生活保護引き下げ違憲訴訟(いのちのとりで裁判)や、年金引き下げ違憲訴訟(年金裁判)支援として、裁判の傍聴や報告集会等への参加、署名などに取り組み、心のひろば紙面での紹介もおこなってきました。10年にわたって闘われた生活保護引き下げ違憲訴訟では、10月に地裁での歴史的な勝訴判決を勝ち取りました。判決や記者会見には多くの報道陣が詰めかけ、ニュースや新聞等で大きく取り上げられました。その後、原告の控訴により高裁に場所を移しての勝訴をめざすこととなります。

#### 地域生活を支える精神科医療・福祉の充実

林財団・林精研労組と共に、「精神保健医療福祉の改善を求める国会請願署名」に取り組み、2025年4月時点で694筆の集約となっています。また、4月には街頭での宣伝行動もおこない14人の参加で22筆を集約しました。心のひろばでよびかけた署名には多くの会員からの協力と温かい励ましの言葉が寄せられました。だれもが住み慣れた地域で安心して暮らせるよう、地域の支援体制の整備や充実が求められます。

#### 障害福祉分野の活動

岡山県は、重度心身障害者医療費公費負担制度の対象外としていた精神障害者を2025年4月より対象に加えることを表明しました。制度の開始に向けて、精神障害者の医療費助成を実現する会の事務局団体として県社協の自治体キヤラバンに参加し、各市町村の制度の整備状況等を確認して実施に向けた準備を進めるよう要請しました。待ち望まれていた全県での制度は、一部、開始時期が7月となる自治体もあります。多くが4月からの開始となります。2024年秋におこなわれた県知事選挙にむけて、候補者2名に障害者政策についての公開質問状を送りました。その回答をホームページに掲載し、障害者制度の施策や障害福祉社についてのそれぞれの立

場を明らかにさせました。また、住民の立場にたった県政をつくることを目的に、林財団、労働組合、つばさ薬局の職員有志でつくる林みんなの会では、精神障害をもった県民の命と暮らしを守り、安心して生活できる県政の実現に向けて政策の違いの周知や、投票のよびかけをおこないました。

#### 認知症分野の活動

岡山ひだまりの里病院や地域の方と共に開催している「こおり銀座カフェ」を、毎月1回開催してきました。カフェでは、多職種の職員や地域の支援者などが講師となり、認知症に関わるミニ講座を開催しました。また、民医連や事業所、林友の会の活動紹介などもおこない、共同組織拡大強化月間には入会やヘルスチャレンジの参加にもつながりました。参加者同士が声をかけて誘い合うなど、ほっとできる居場所として定着してきました。

### 4. 組織の拡大と強化をめざす活動

#### 会員拡大

年間を通じての入会者は55人、退会者は108人で、会員数は3月末時点で3376人となっています。死亡や高齢、退院、職員の退職などの理由による自然退会があり、それを上回る拡大となりませんでした。

#### 共同組織拡大強化月間

10月～12月の拡大強化月

# 自分の言葉で伝える 経験や思いを発信

岡山ひだまりの里病院

岡山ひだまりの里病院では、当院外来に通院する認知症当事者が自身の経験や気持ち、思いを伝える活動を行っています。当事者同士のミーティングの中で、同じ経験や思いを持つ仲間とつながりたい、仲間を増やしたいという思いを話されるが増え、どのようにしていくか？を話し合い、自分たちが経験や思いを発信していくことを決めました。そして、2月に岡山労働看護学校での認知症サポーター養成講座で学生との交流を行い、「できた！」



▲和やかな雰囲気での交流

「またやろう！」と参加者のいきいきとした表情、言葉がありました。達成感のような充実した気持ちを持つことができました。そして、再度、活動できる場はないか模索する中で、林財団の新人職員研修にて受講生の皆さんと交流の時間を持つことになりました。

「一人の人として接することの大切さがわかった」などの感想が寄せられました。認知症と診断されこれからの不安を抱える中で出会った仲間の存在が、どれだけ心の支えになっているか、支え合うことの大切さを感じられているからこそ「仲間を増やしたい」と話されている。そんな皆さんの真の思いを改めて感じられた時間にもなりました。

岡山ひだまりの里病院  
精神保健福祉士  
山川ちづる

## 頑張った結果が自信に 心電図検定試験に合格

ソワニエ看護専門学校

ソワニエ看護専門学校の3年生が心電図検定4級に合格しました。心電図検定は心電図の判読スキルを測



▲合格証書とバッジを手に

定する検定です。受験は2年生の12月で、試験に向けて放課後も残って勉強し、受験後は「難しかった」と思っています。

も自信につながったようです。この1年は国家試験合格に向けて頑張ってきたので、3月に発表があり、受験した4名全員が合格しました。きっかけは昨年の夏、学校が停電となった際に遠隔授業のグループが一緒になり話をする中で、「受験してみるか」となったようです。外部講師の方や教員の補講やサポートを受け、頑張った結果が実り、これからの領域別実習や国家試験に向けて



個別体験型  
オープンキャンパス  
5月17日(土) 9時~11時  
ふれあい看護体験、災害体験  
6月14日(土) 9時~11時  
妊婦体験、老人体験  
9月13日(土) 9時~11時  
蘇生処置見学、救命処置

精神保健医療福祉の改善を求める国会請願署名  
心のひろば3月号に同封の「精神保健医療福祉の改善を求める国会請願署名」にご協力ありがとうございました。この間、事務局にはたくさんの方から署名が寄せられています。4月14日には表町で宣伝行動もおこないました。署名は5月末に提出の予定となっています。まだお手元に残っていますしたら、事務局までお届ください。よろしくお願ひします。  
署名集約数 694筆  
(4月20日現在)



### 山火事による影響についてのご報告

3月23日に岡山市南区児島半島で発生した山火事に際し、林友の会員の皆様をはじめ、多くの方々から温かいご心配の声を頂戴し、心より感謝申し上げます。当院へは延焼や停電など直接の被害はなく、ほぼ通常診療を継続致しましたが、一部道路の通行止めなどによりデイケアの送迎や職員の通勤などに影響が出ました。改めて、災害時の備えと地域連携の大切さを実感しております。今後も引き続き、患者さま・地域の皆さまの安心安全のために努めてまいります。

岡山ひだまりの里病院

声



●この間OT活動で散歩があつて、林病院の裏の河津桜を見に行きました。少し葉桜になっていましたが満開で、とてもキレイでした。仲間と見れて大変良かったです。(ミカエル・ハイリ)

●お花見をするには吹く風は冷たく、移動中に出会う桜を見ています。竜の口山山桜もピンク色です。(光本令子)

●4月7日から自宅サクラのライトアップを始めました。今年は寒かったので、一気に満開となりました。花も忙しそう。(やつちゃん)

●多くの甘い清涼飲料水の甘み成分である「果糖ブドウ糖液糖」について、名称は知っていましたが、過剰に摂取すると中性脂肪の増加、脂肪肝等の疾患につながる。と最近になりました。

●「果糖」「ブドウ糖」などの成分表示で惑わされていくようにです。普段あまり清涼飲料水は飲んでませんが、スポーツドリンクや甘い缶酎ハイなどにも使われているようです。気をつけたいと思います。(井原誠司)

●色んな活動をされている事がわかり読ませていただきました。文字も比較的大きくて読みやすいです。(みつちゃん)

●一日一日元気でコロナ、インフルに負けないように!! 声のコーナーに入ればなあ! とつてもうれいと思つています。(月野うさぎ)

●私は当事者で時折あじさいの会へ参加していましたが、デイサービスの木曜は書道の企画があり参加できなくなりました。私と夫をずっと励ましてくれたあじさいの会にとっても感謝しています。ありがとうございます。(ジェルソミーナ)

●今年「ヒノキ」の花粉に悩まされています。マスクと目薬は必須アイテム。ゴーグルしたいけど、なかなか勇気がありません。(ましろ)

●長男が精神障害者でいっぱい参加したい企画がありました。東北の蒜山は遠いですが、心身障害者医療費公費負担制度は真庭市でもやつと精神障害者1級が認められましたが、2級以上の公費負担実現に頑張りたいです。長男も5代に入り歯科・内科・整形外科などの受診が増えていきます。特に歯科は何度も通院となり大変です。私も「ありがとう」の言葉を大切にしようと思つています。(小椋芳子)

●新しいドラマをつくるにはお金が多かかるとか、この頃10年から20年前のドラマが再放送されている。懐かしさ半分、連日あるものも多くつい見る気になる。そして思うのがテーマがいろいろ変わっていること。今では女性が外で働くことが当たり前になっている。でも以前のドラマでは女性が結婚後、専業主婦になるか外で働くべきかがテーマになっていた。それを見るにつけ確実に時代は進んでいると感じる。今でも選択制夫婦別姓に反対する人などさつさと歴史を進める側へ変わって欲しいと思つている。(原野正子)

●「心の病気を学ぶ授業」いいですね。私の小・中学校時代は、身体・精神障害を持つ人と接することはほとんどなかったように思います。社会が障害を持つ人を受け入れにくくしていたのでしよう。子どもの頃から、みんな違ってみんないい、という考えと出会うことがあれば良かったな、と思つている。(山崎晶弘)

●県内図書館めぐりをやっています。カッパで有名な町の図書館を訪れた際、散歩がてら近くの山を歩いていると、高齢者の危ない歩き方に心配されたのか、乗用車が横に止まり「乗って行きますか?」と声をかけてくれました。やさしい人に会えて感無量でした。(山崎名譽次)

●南区阿津公会堂で認知症の講座に参加させて頂きました。いつ自分の身に迫ってくることを思い、これからの参考に、心強く感じました。(新谷民子)

●南区内阿津公会堂で認知症の講座に参加させて頂きました。いつ自分の身に迫ってくることを思い、これからの参考に、心強く感じました。(新谷民子)

●南区内阿津公会堂で認知症の講座に参加させて頂きました。いつ自分の身に迫ってくることを思い、これからの参考に、心強く感じました。(新谷民子)

クロスワードを解き、二重枠に入った文字を並べてできる言葉を八カキカメールでお送りください。住所、氏名、紙面や友の会活動に対するご意見・ご感想をお書きください。お名前の掲載ができない方はペンネームか匿名希望とご記入ください。抽選で5名の方に図書カードを差し上げます。応募締切：5月15日

宛先：〒703-8520 岡山市中区浜472 林友の会「心のひろば」編集部 hamawww@po.harenet.ne.jp

第493号の答 ランチタイム

パズル当選おめでとう
▼小椋 芳子 ▼原野 正子
▼佐藤 吉臣 ▼山本 拓史
▼春女 (敬称略)

タテのカギ ヨコのカギ

- ①太陽系の惑星で赤い星
②ドラキュラが苦手な野菜
③この上の単位は兆
④ユーロの前のドイツの通貨
⑤鍵盤もカギも
⑦⇄延長
⑩キムチに欠かせないスパイス
⑫○○意、信○○、○○心棒
⑬戦う意気込み
⑭薄利○○○
⑯克服すること、難関を○○○する
⑰雨上がりに見られる空の橋

- ①タラバやズワイなどがいます
③ウドン+茶碗蒸し=○○○○蒸し
⑥衣類を洗う家事の一つ
⑧小麦粉とバターで炒めて作る。カレーの○○
⑨仕事などを人に託すこと
⑩損して○○とれ
⑪苦笑い
⑮害虫を呼び寄せて駆除する行灯
⑰桜肉とも呼ばれる
⑲お腹の上で貝を割る海の生き物
⑳張りすぎる人は強情
㉑中にジャムやクリーム、あんやチョコが入ってる

クロスワードパズル

Crossword puzzle grid with letters A-F and numbers 1-21.

林病院 けやき外来診療表 (2025.5.1~)
Table with columns for days (月, 火, 水, 木, 金, 土) and rows for time slots (午前, 午後). Includes names of staff and contact information.

認知症専門病院 岡山ひだまりの里病院 外来診療表
Table with columns for days (月, 火, 水, 木, 金) and rows for time slots (9:00~12:30, 9:30~15:30, 9:00~15:00, 16:00~20:00). Includes contact information.

電話相談
電話：086-272-2957 (林友の会)
平日8:30~17:00
生活相談・法律相談・家族相談
各相談は、林友の会事務局員が事前にお話を伺い、相談員へお取次ぎします。
相談員: 氏平みほ子(県議), 森脇ひさき(県議), 林潤(市議), 石田正也(弁護士), 則武透(弁護士), 家族会役員