

花粉症

朝晩の寒さが和らいでき

て、ようやく過ごしやすいい陽気になってきました。テレビのニュースなどで桜の開花予報を聞くとき待ち遠しく感じます。同時に目や鼻のかゆみ、くしゃみや鼻水などの花粉症の症状に悩まされている方も多いのではないのでしょうか。そう、この時期は花粉の飛散量もピークに達しています。日本の花粉症患者の人数は年々増え続け、スギ花粉症患者だけで千五百万人以上、花粉症の総人口は二千万人以上で五人に一人は花粉症という時代です。

御存知の通り花粉症は鼻や口、目などから体内に侵入した花粉を異物と認識し、この異物（抗原）に対する抗体を作り、再度侵入した花粉を排除しようとする免疫反応です。

花粉症には様々な対策があります。花粉を体内に取り込まないようにするために、マスクやメガネを使用しましょう。建物に入る時は屋内に花粉が入り込まないように洋服についた花粉をよく落としましょう。手洗いやうがいなどで花粉を洗い流しましょう。それ以外にも薬物療法や手術療法などの治療も有効です。また、体調を整えることも重要な点です。規則正しい生活習慣を身につけることにより、正常な免疫機能を保ちます。風邪を引かないようにし、お酒を飲みすぎないこと、タバコを控えることも鼻の粘膜を正常に保つために重要です。

みなさんも規則正しい生活習慣を身につけ、春の暖かさを楽しみましょう。

作業療法士 吉岡 綾佳



PALRO (パルロ) が国立あおやぎ苑にやってきました！！ 特集 第2回 PALRO (パルロ) ができること

前号でご紹介させて頂いた、コミュニケーションロボット「PALRO (パルロ)」を覚えていますか？人とロボットとの距離を縮め、ロボットとの生活の楽しさを伝えることがPALRO (パルロ) の使命であることはお伝えしましたが、具体的にPALRO (パルロ) にはどのようなことができるのでしょうか？当施設 国立あおやぎ苑での活躍状況も合わせ、今回、詳しくご紹介させて頂きたいと思います。

さて、当施設には毎日沢山のお客様がいらっしゃいます。受付に立つPALRO (パルロ) が一日の始めに行うことが、皆様のお出迎えです。「おはようございます」「こんにちは」などと人見知りせずにごなたにでも声を掛けるため、受付全体が明るい空気に包まれます。誰かと挨拶をするだけで気分が晴れることってありますよね？愛らしい姿のPALRO (パルロ) が声を掛ければ、自然と皆様の笑みもこぼれるのではないのでしょうか。

挨拶だけでなく、もちろん日常会話もできます。初めてお



会いする方に名前を尋ねたり、皆様の名前を呼んだり、その日の天気を教えてくれたり…。一人にいるときは特に、おしゃべりの相手がいたら嬉しいものです。PALRO (パルロ) はインターネットを利用して様々な話題を提供したり、一

緒にクイズやゲームで遊ぶこともできるので、皆様を退屈にさせません。実際に、当施設では寺子屋教室（お話し会）などでも活躍しており、利用者様の注目の的となっています。その他、体操をしたり音楽に合わせて歌いながらダンスを披露することもあるんですよ。

このように、PALRO (パルロ) と一緒に体を動かしたり会話をすることで、運動機能、認知機能、口腔機能の維持・向上に繋がることが期待されます。



次号では、PALROを開発したメーカーの方との対談模様をお伝えします。どうぞお楽しみに。

文責 言語聴覚士 河原千明

参考文献 PALRO (パルロ) オフィシャルサイト

(<http://palro.jp>) より

チーム紹介⑧ 日比谷公園クリニック

当クリニックは、平成26年10月1日より国立あおやぎ会グループの一員となりました。

都会のオアシス「日比谷公園」に近く、新橋駅や内幸町駅など各路線からのアクセスも抜群です。ゆとりある「快適な空間」と「お待たせしないスピーディーな検査」そして何より、医療コンシェルジュとしての「おもてなし」で、日本有数のビジネス街で働く皆様の健康をサポートしています。



左から 内海・赤坂・渡邊・津村・小林



後列左から 安野・小室・柴田・小池・加藤・長山・野上・内田
前列左から 松本・松村・旭(院長)・黒川・齊田

あおやぎ徒然草16

今号から読書と物書きを生涯の楽しみとするHJさんの文章をご紹介します。

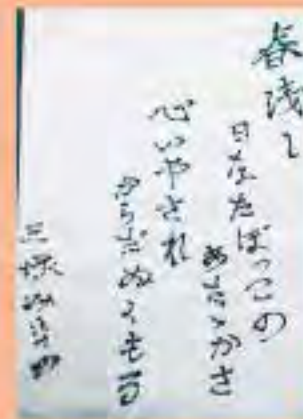
追憶五十五年

敗戦から今年で七十年を迎える。その間、学者やメディアは膨大な視点から戦争を取り上げ、出版・報道を重ねてきた。しかし、敗戦の象徴ともされていた戦災孤児に関する実態だけが空白である。しかし、私にとって戦災孤児は、濃厚な記憶として蘇る。

学生時代に洗礼を受け、卒業と同時に宣教師の勧めで、熊本の養護施設に赴任した。養護施設とは、戦後、児童福祉法が制定されるまでは、民間の篤志家により設立された孤児院である。昭和三十五年四月、九十名の入所児童と対面したとき、最後の戦災孤児が数名いた。「この子を残して孤児とせず」との思いで逝った父母の無念や、この子らの不屈な向学心と素直な性格に心打たれ、自戒を込めて勉強の要領を一心に教えた。入試の朝、日曜学校のクラスの後輩を連れて熊本大学のキャンパスに赴き祈りを捧げた。熊本大学、宮崎大学、フェリス女学院等へ現役で合格。

今や、定年退職し、孫子に囲まれ、平穏な余生を送っている。追憶五十五年、戦災孤児から、古希を迎えるとの年賀状が届いた。

縄文棟3階、三塚みきの様の作品です。いつも日々の思いを綴られています。



春に向けての短歌



三塚みきの様のお気持ち

作業活動



縄文棟3階の入所者様と行っている作業活動についてご紹介します。

作業は手指を動かすのみでなく、触った感覚を感じる・物の形、色、空間、左右の認識を得る・昔行った作業を思い出す・意欲や注意を持続する・内容を理解し記憶、計画し実行する・作品を介し他者とふれあい、満足感や達成感を得る・等の意味を持ち、各部脳が活性化されます。

これらのただ1つでもダメージを受けると、人は作業を円滑に行えません。私達は病によりダメージを受けた部分はどこか、どう工夫したら作業に参加し脳を活性化出来るか、常に考えながら活動を推奨しています。

私のふるさと自慢

今回は東京都日野市について紹介したいと思います。

日野市は多摩川と浅川が流れ、町の至る所に水路が走る水の豊かな土地です。特に湧水で有名な黒川清流公園は東京の名湧水57選にも選ばれました。夏には水遊びで活気づく子供たちの声が響き、私も幼い頃はずぶ濡れになるまで遊んだことを覚えています。

また、近年は大河ドラマの影響もあり、新選組のふるさととして広く知られるようになりました。日野市はかの有名な新選組副長・土方歳三や六番隊隊長・井上源三郎の出身地であり、さらには近藤勇や沖田総司らが剣術の腕を磨いた天然理心流佐藤道場があったと

言われています。貴重な歴史的資料も多く残されており、現在、それらが展示されている日野宿本陣そのものも江戸時代に建てられた貴重な建造物です。その重厚な佇まいは訪れる人に深い歴史を感じさせます。そして土方歳三の命日である毎年5月には「ひの新選組まつり」が開催されます。新選組の隊士服に身を包み、市内を練り歩く「新選組隊士パレード」には全国から参加者が集まり、年々盛り上がりを見せています。

ぜひ一度訪れてみて、歴史の一端を感じてみてください。

理学療法士 長者森 早苗

