

訪問看護メモ

■備えあれば憂いなし - 日ごろより準備しておくとお心です -

～震災への備え・防災への支援～

例えば渋谷区では下記のようなものがあります。

●家具転倒防止金具の無料取り付け

おとしりや障害のある人がいる世帯に、家具転倒防止金具を無料で取り付けます。
金具を床に固定するため、賃貸住宅の場合は家主の了解を得てください。

●住宅用火災警報器のあっせん

ねじ2本で取り付けられます。配線工事は必要ありません。

●消化器の購入と業者信託替えのあっせん

対象は区内在住の人（消防法令などにより、設置を義務付けられている事業所などを除く）

●防災用品のあっせん

避難セット、パン缶詰セット、アルファ米、スーパー保存水、サバイバルブランケット、ライト付きホイッスル、クワッカーなど。

※又いざという時の為に、自宅付近の避難場所のチェックとそこまでの道を知っておきましょう。
（木造の家の通りは、倒壊の可能性があるため、通らないようにしましょう。）

★渋谷区役所 3463-1211 ★新宿区役所 3209-1111 ★中野区役所 3389-1111 ★杉並区役所 3312-2111

詳しくは各区の防災課防災対策係又は当ステーションのスタッフまでご連絡・ご相談下さい。

NPO いのちは

「いのち」に関わること、真にひとが豊かに生きるための活動を行っています。NPO いのちは2001年から2005年まで、在宅ターミナルケアを専門とした活動を行い、生きている人の問題として、死を見つめ、真正面に対することが真にひとが豊かに生きることに、つながると考えてきました。

NPO いのち訪問看護ステーションは、これまでの活動をふまえ、かけがえのないひとりの生命、人生に向き会い、大事にすること…

そしてNPO いのちならではの支援に積極的に取り組んで参ります。



ある日のスタッフ便りより NPO いのちホームページにてスタッフ便り随時更新中 (www.npoinochi.org)

Aさんは、「このところ地震が多かったんで、結構疲れてますね。」とおっしゃり、節電で暗くしたお家の中は、空気も重く、「天気がいいので外を歩きますか？」とお誘いし、いざ外へ…。リハビリ開始です。

お家の近くにある大きな都立公園へとご案内いただきました。

長い林が続き、瑞々しい新緑が風に揺れています。

さわやかな風が吹き、陽の光に照らされ、歩をすすめるごとに体がゆるんできました。ゆるんでいく時にはじめて、体がこんなにもかたくなっていたのかと自覚します。Aさんも、「こういうところに来るとホッとします。」と、微笑んでおっしゃいました。地震の影響で身がかたくなり、先を心配してさらに緊張・・・東京でも、このような状態になっておられる方が、今とても多いのではないかと感じます。歩いていると、木や花、自然のいのちから、しなやかに生きることをその姿から示されているように感じました。どんな時も、大きなひろい世界を感じ、縮こまらずにのびのびとありたいです。