



パレットkty

いろ . . . 色 . . . いろ
いっしょにあそぼう
夢織タイム
小さな輪が、やがて大きな輪に

パレットkty 口座 NO
七十七銀行 向陽台支店

普通口座 5296404
パレットkty (キティ)
佐藤仁子

会費納入のお願い!!
平成28年度会費納入の振り込

パレットkty事務局
〒981-3103 宮城県仙台市
泉区山の寺1丁目38-21

編集スタッフ
土橋隆史 ・ 篠田幸子

寄付を寄せて頂いた方々
宮城県仙台市泉区 Nさん
宮城県仙台市太白区 Nさん
何時もありがとうございます。

寄付に関してのお願い
随時 現金・未使用の切手・書き損じハガキ.. 官製ハガキ・事務用品などを受け付けておりますので、宜しくお願い致します。

●(財) 仙台市市民文化事業団 ●ファイザー株式会社 ●バイオジェン・ジャパン (株) ●バイエル薬品(株) ●田辺三菱製薬(株)



新年度がはじまりました
佐藤仁子

みなさん・・・お花見に、いかれましたか？春です・・・花盛りの季節・・・暖かくなりましたね。

昨年を振り返り、一番印象に残ったのははるばる九州小倉に出向いたことでしょうか。それも、小倉の『北九州市の北九州市繋がり』の皆さんと「仙台と小倉の難病患者の合同作品展覧会」を開催した事。其々が会場に作品を並べる・・・今までにない企画でした。

ただ・・・残念だったのは当日は雨が降って寒かった事。それと、高速バスが電動車椅子では、乗車ができなかったことですね。お金もかかり、参加した皆さんに金銭面でご迷惑をかけてしまいました。九州のバリアフリーではないの

にもびっくりしました。まあ・・・これも良い経験になりました。さて、今年度は一体どんな出会いと活動ができるでしょうか。パレットktyの仙台作品展覧会も15回目・・・節目ですね。15年も続けると私達も歳を取り、動きが鈍くなりました。(まあ・・・私だけかしら?) 今年度もボチボチ動き始めましょう。幾つになっても、夢を追いかけていきたいです。

いろ . . . 色 . . . いろ
いっしょにあそぼう
夢織タイム

今年も皆さんと作品展覧会を楽しく開催しましょうね。素敵な出会いがあります様、そんな想いで胸を膨らませています。

・・・追伸・・・
昨年、家の中に入いったキティちゃんは4月28日で20歳、人間ならば成人式・・・さしずめお振



パレットktyの運営
ニュースレターや展示活動の備品や会場の費用は助成金や皆様の寄付と会員の会費で運営しています。各県への遠征の足代と宿泊費は参加する人が負担をするとのスタンスで活動しています。

平成28年度の活動予定
6月11日 全国会総会 横浜市
7月10日 東北支部総会 山形市
9月15日～19日 仙台展示会 5日間、仙台市福祉プラザ
ニュースレターの発行予定

パレットkty会員募集。
ホームページに記してある会則や運営ポリシーにご賛同頂ける方の会員・賛助会員を募集しています、連絡や詳しい事は事務局まで。

ボランティア会員募集
仙台市に於いて役員会や会合にサポートして頂ける方の参加をお待ちしていますので事務局か土橋まで、ご連絡下さい。

連絡
〒985-0835 宮城県多賀城市
下馬2-8-19 土橋 隆史

袖・・・ちょっと、あまり布で作ってと
 思う今日この頃です。
 可愛いだろうなあ・・・!!
時の流れ

土橋 隆史

今年も、もう3分の1が過ぎよう
 としています。
 月日の流れは、私達の行動に反
 比例し足早に過ぎ去って行きま
 す、私が歳だから人より余計感

じるのかもですね・・・。
 ところで27年度は、3月日本MS
 協会主催の市民公開講座にてパ
 レットktyの活動は終了しました、
 28年度は6月全国MS友の会の横浜
 での総会から始動で、7月は山形
 での友の会東北支部総会、9月は
 仙台で5日間の恒例の作品展示会
 を予定しています。代表が書いて
 いますが、今年はどうな出会
 いがあるか楽しみです、その為
 にも「自分をみがき少しでも魅
 力ある人間に」を目標にして行
 きたいと思っています、時の流
 れをかみしめながら・・・。
 3月に参加した、東京都江東区
 での**日本MS協会主催の市民公開**

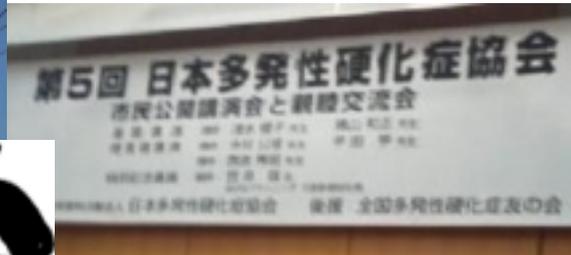
講演会の様様を書きます。3/11
 午後1時より、挨拶終了後**基調講
 演**が始まりました。
 清水優子先生と横山和正先生の
 療養生活に為になる講演の後、
 平成27年度**MS調査研究助成表彰
 研究発表** 国立精神・神経医療
 研究センター神経研所免疫研究
 部
 木村公俊先生
 大阪大学大学院医学系研究科神
 経内科学 甲田 亨先生
 山口大学大学院医学系研究科
 神経内科学 西原秀明 先生
特別記念講演
 笠井 咲様 林家こん平師匠の
 娘さん。病で入退院していても
 活発なこん平師
 匠に勇気づけら
 れました。また、
 介護をがんばる
 師匠の娘さんの
 笠井咲さんに感
 心しました。師
 匠の渾身の「チャ
 ラーン！」に胸
 が熱くなり自分

<SARAのエッセイ>



・・・春を奏でる・・・

・・・深い眠りから覚めたばかり
 ・・・
 ・・・まだまだ風は冷たいけれど
 ・・・
 ・・・世界中に春を・・・
 ・・・春を届けにやってきました
 ・・・
 ・・・あなたに・・・あなたに・・・
 ・・・そして・・・
 ・・・このわたしのもとに・・・
 ・・・ピンクの花びら・・・
 ・・・いちまい・・・いちまい・・・
 ・・・春の香りを忍ばせて・・・
 ・・・春は・・・かけあしで・・・
 ・・・あなたのもとに・・・
 ・・・わたしのもとに・・・
 ・・・やわらかなメロディー・・・



も頑張らなくて

作品応募規定

- 障害者ご本人が製作されたものでご本人の同意を得られた作品及びその方の周辺にいる方の作品。(リハビリや趣味で製作された作品、絵画、陶芸、手芸、俳句、短歌、川柳、書、その他)
- 基本的にはお金を掛けずにやりたいと思っておりますが、万が一の場合ご負担があるかも知れません、その際、事前に皆さんとご相談します。
- 搬入は基本的に自身で出きる方。遠方の方は例外を認めます。

連絡先

〒985-0835 宮城県多賀城市下馬2-8-19
 TEL 022-364-9478
 土橋隆史

と改めて思いました。その後、**親睦交流会**と続き午後5時に終了、その時の作品達の写真を載せます。

小さな輪が、
やがて大き輪に

初めてのハワイ 鈴木 とき子

今年1月13日から4泊6日で、娘、佐智子の挙式のため、家族揃ってハワイオアフ島に行ってきた。夫と孫二人は初めての海外旅行、孫達は初めての飛行機にウキウキでした。13日午後8時



10分成田発
翌日午後8時、快晴のホノルルに到着、ヤシの並木に出向されました。さっそくカフェ&ダイニングで
ロコモコ、エッグベネディクトを食べ、午後はホテル・ヒルトン ハワイアンビレッジ・レインボータワーのプライベートビーチで遊び白い砂浜と青い空、青い海を満喫し、夜はフラを楽し

みなぎらのバーベキューを味わいました。翌日は結婚式、朝食後アロハのドレスに着替え、リムジンでコ



オリナ地区にあるチャペルへ。チャペルはクリスタルの名のとおりも全面がガラス貼り祭壇の後ろにはヤシの木と海が広がり、まぶしいくらい美しく明



るい教会でした。日本語の上手な若い神父様と赤いドレスの若い女性により。式は厳かにとり行われ、女性の美しいソプラノの「ハワイの結婚の歌」と「アベマリア」が式場に響きわたり感激でした。娘のウェディングドレス姿はとてもし会って、綺麗でした。もちろんお婿さんもカッコ良かったです。夕方、スターオブホノルル号に

乗り、サンセットクルーズでロブスターのディナーへ。夕陽も最高のご馳走でした。

翌日からはオアフ島観光へ。CMでおなじみの「日立の樹」(アメリカネムノキ)の大木を見たり、パイナップル園やダイヤモンドヘッドの登山口までトロリーバスで行き、帰りはワイキキの浜辺を歩きました。1月のハワイは日本の初夏の感じで木陰に入ると涼しくて上衣が必要な位の過ごしやすさで、海辺にいても肌が焼けることもなく、快適でした。日中の景色も良いですが、夜景も美しく、とくにホテルが金曜日に打ち上げられる花火は素晴らしいものでした。娘達の28階の部屋の高さには開く花火の大きさと音の迫力は忘れられません。皆で一緒に見られた事も一生の思い出になりました。

これも娘達のおかげと感謝して

青い鳥 郵便はがきの 受け取り方

今年も青い鳥郵便ハガキを受け取る季節になりました。☆身体障害者手帳1級・2級の方が対象。

☆身体障害者手帳と印鑑を持参。
☆郵便局窓口で、備え付けの用紙に必要事項を記入提出。

(代理人でも良い)
受付期間

平成28年4月1日～6月1日まで

☆申し込み後、2週間前後に郵便局より 郵送されます。

身障手帳を持っている方は

います。これを期にますます家族が共に仲良く健康に暮らして行ってくれる事だけを願っているところです。

皆さんもどうぞハワイへ!
アロハ!!

娘さんのご結婚おめでとうございます。

良い記念になり良かったですね。娘さんご夫婦のご多幸を祈っております。

ロコモコもロブスターも美味しかったてしょね、色んな所の観光も羨ましいですワ、ハワイに一度は行って見たいけど先立つものがねえハワイの夢でもみますね。ウツ残念ってが!!



仙台展示会に向けて

栗林一彦
昨年の仙台展示会では100パーセント自分にとって



オリジナルな作品が出来ました。展示会までにまだ時間は有るので皆さんがアッと驚くような作品を作りたいと思っています。

今年に入り、福島県の十割そば、喜多方ラーメン、盛岡のジャジャ麺を食べて来ました。

ラーメン好きな私はこれからも全国各地の

美味しいラーメンを食べに出かけたいと思いますので皆様もお勧めのラーメンが有りましたら教えて下さい。

ラーメンの食べ歩き旅ですか、良いですね、ラーメンの食レポ宜しくお願い致します。
地元仙台の末廣ラーメン本舗のネギかけ放題のラーメンは忘れられない味で美味しかったよ、場所はクリスロードのどんジリの日吉ビル1Fでカウンターのみ9席で狭い店です、お勧めよ。



ところで、パレットの役員会で少し話しましたが、15周年記念作品文集みたいな物を是非出したいなあと思います、その為にも、佐藤さんに頑張ってもらっていただき、助成金の申請をして頂いています。

すっかり春になりました

中谷 めぐみ

年々、月日の早さを感じています。裏山のウグイスが、もう上手に鳴けるよになり、枯れ枝のようだった山椒も、新芽が出てきました。ヘルパーさんと土筆を摘みに行って、はかまを取り、おかずの一品、玉子とじにして、美味しくいただきました。もう直ぐに、新玉ねぎやら春の味がいろいろ、フキノトウはあつという間に過ぎてしまいもうすぐ 筍、破竹が出てきます。

山に住む、恵みを感じる美味しい物がいっぱいの季節です。

先日、友人が来てくれた時に、またしても熱湯を足にかけてしまい、また火傷・・・救急車を呼ぼうかどうか思案していたんですが、丁度、居宅支援のヘルパーさんの時間だったので、ヘルパーさんに、家の近所のクリニックに診てもらえるか聞きに行つて貰



い、診察してもらえました。同じような火傷はこれで二度目、注意していたはずなのに、うかつな事でした。救急車を呼んでも、30分近くは市内までかかるので、クリニックで、直ぐに処置して貰えたので、以前よりかなり、軽く済みそうです。火傷に骨折、次は金具を抜く手術、熱中症etc、毎年のようにトラブル続きで、去年、一年を通してようやく無事に一年を過ごせたと思っていたのに、油断したつもりは無かったです。あ、落としかけがありました。まあ、こんな物でつまずくかという時も多々あり、足が上がってない、自覚の足らなさに反省です。

4月は 大阪でバリアフリー展があり、それを見にいっつもりで、福祉用具は年々進歩していて、広い会場に、いろいろ出品されていて、毎年楽しみにしています。介護保険制度が幅を利かすようになってレンタル品も多くなりました。今は、介護保険の対応ではありませんが、私もいずれ、障がい者は65歳で、後期高齢者になります。在宅で暮らしていくのに、助かるような用具、じっくり見てきますね。家で自分らしく楽しく、生活する為に・・・

私は一人暮らしなので油断せず、何事にも特に火の元に用心し、自分らしく楽しく、生活する為に・・・ガンバロー

っと!! 怪我にも気を付けねば・・・

去年もバリアフリー展に行ったのでしたよね、便利な福祉用具が見れば良いですね

「ある介護士さんのつぶやき」 松岡 永史

私の知人で介護士をしながら認知症の母を持つ方の貴重なお話を聞く機会がありましたのでここで紹介をさせていただきます。

「認知症の母は自分の身支度、トイレは自分で出来る。昨日は何をしたか、いま食べたお菓子の袋は目の前に有るけれど、自分

は食べた記憶が無いので、家族は食べた！母は食べてない！となる事が時々ある。母は自分がすぐに忘れてしまう事はわかっている様子で頭がおかしくなつたと言う。何度も同じ事を聞くので安心させる事が大切と思いつつも何度か答えるが、家族はそれが3回4回と続くと心の中では何度同じ事を言うの！早く寝なさいと思うが、それを表に出す事は母の不安を増しストレスとなり、ますます認知症が進み家族の負担が増える事となる。



いかに母が毎日を楽しみ笑顔で生活できるかを工夫する事が、認知症の進行を穏やかにし、しいては家族のためにもなる。我が家では夕方の忙しい時間に母

編集後記

4月14日(木)に発生した熊本地震により、被災された皆様に心よりお見舞い申し上げますとともに、亡くなられた方やそのご家族様にはお悔やみを申し上げます。

今年の日本は全国的に暖冬で桜の開花が例年より早まったようでした。雨もあまり降らず、私達にとっては良いのですが、野菜のできが・・・物価の高騰が心配ですね。

今回も佐藤さんのお母様幸子様にご監修をして頂きました、何時もありがとうございます。感謝しております。 T男

は落ち着かなくなるので、光テレビの時代劇チャンネルに切り替え母は大好きなチャンバラを観て穏やかに過ごせている。高校2年の男孫は、口には出さないが、母をどこかバカにしているのでは母はすぐに怒り険悪な空気となる事もある。高校3年の女孫は、笑顔で接しおだてて母を何かと気を使うが、とても可愛がり良い関係となっている。介護の仕事に就いている私もいつもそれを見ては対応を考えさせられる。」

認知症の母も、家族も、どちらも可能な限りストレスを溜めない工夫、ストレス解消法を見つける事が

生活を円満にすると思う。またケアマネ、医師、介護施設との連携や気軽に相談の出来る関係が大切と思う。

私も5年前まで痴呆になった母と暮らしていましたが、亡くなり、

今は一人暮らしで介護の日々をかえりみては反省をしています。痴呆になると、段々子供に帰り、それと同時に感情も尖って来るようで大変でした。しかしもっと自分の事と思つての行動を取ればと悔やんでいますが、何処かで折り合いを見つけないと、いけない様にも思います。私の場合はストレス解消としてパレットktyが有ったから、とても助かりました、ありがとう仲間の皆さん・・・。