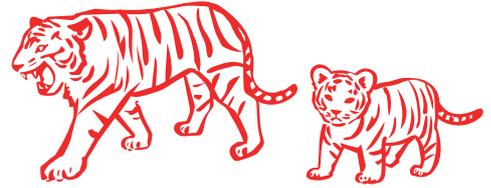


“いきいき健康” オンライン・サロン



寅

壬寅



新年、明けましておめでとうございます。

今年は寅年、「寅」という言葉から、みなさんは何を連想されますか？

「フーテンの寅さん」「虎視眈々」「タイガーマスク」「阪神タイガース」「屏風の虎(一休さん)」・・・。

そんな一人連想ゲームをしているうちに、炊飯器等で有名な家電メーカーである「タイガー」の正式名称は、「タイガー魔法瓶株式会社」ということを今更ながら知り、衝撃を受けた私です・・・。

2022年は壬寅。「壬」は「妊に通じ、陽気を下に妊(はら)む」、「寅」は「蟻(ミミズ)に通じ、春の草木が生ずる」という意味があり、そのため「壬寅」は厳しい冬を越えて、芽吹き始め、新しい成長の礎となるイメージとなるそうです。厳しい冬・・・まさに今！この辛い冬を糧に、新しく成長できると願いましょう！

本年もよろしくご厚情の程お願い申し上げます



メールあれこれ

～ お役立ち! 耳より情報 ～

📍 12月21日にフランス発、3日間のホテル隔離の後、検査陽性になった方の貴重な帰国体験談

クリック



<https://zaifutsunihonjinkai.fr/non-category/post-9159/>

このような、みなさんに頂いた「ワクチン」「帰国とPCR検査」体験情報を、在仏日本人会のホームページに「Le collage」としてまとめて発信しております。ぜひご参加ください。



クリック



邦人健康サポートの会も随時情報発信中です ❤️

<https://www.facebook.com/akahige.paris>

今

1月のいきいき健康サロン

今月のサロンはお休みとさせていただきます。

2月のサロンで、元気なみなさんの顔が拝見できますように・・・。



充電中。。。
また、来月へ ❤️

12月のいきいき健康サロンまとめ

あなたの靴選び、本当にそれでいいの？
～千里の行も足下に始まる～

私たちにはあまり馴染みのないPedicure - podologueという医療専門職の岡田オリヴィエ武士先生から靴は「道具」であり、目的によって使い分け、必要に応じ、正しい”道具”を、正しい時に・・・など、靴を選ぶ際の基準を含め、大変貴重なお話を伺いました。

サロンのまとめと資料は在仏日本人会のページから

クリック



<https://zaifutsunihonjinkai.fr/event/event-62486/>

チームオレンジ・フランス発足！



私たちは、日本発、世界の日本人を対象にした認知症サポーター「チームオレンジ」*を基礎にした、高齢者支援活動を微力ながらスタートすることにしました。すでにお隣のドイツには「チームオレンジ・ドイツ」があり、ドイツ国内各地で支援の輪が広がっています。

チームオレンジ* …認知症診断後の早期の空白期間等における心理面・生活面の早期からの支援として、市町村がコーディネーターを配置し、地域において把握した認知症の方の悩みや家族の身近な生活支援ニーズ等と認知症サポーター(基本となる認知症サポーター養成講座に加え、ステップアップ研修を受講した者)を中心とした支援者をつなぐ仕組み。

チームオレンジフランス

コーディネーター：モットりみ (motherimi198@hotmail.com)、折口志都 (shizu.fr@gmail.com)

現時点での活動

認知症カフェ(パリ)

月に一度パリのカフェにて開催。モットりみ氏を中心に認知症についての講座や情報交換を行っています。

日本語による認知症テスト(パリ)

臨床心理士の竹埜氏のキャビネにて、日本語の認知症テストを行うことができます。

なお認知症認定を受けるためには、そのテストのフランス語訳を持って医師を受診する流れになります。

竹埜氏のサイト： <https://www.btakeno-psychologuejaponaise-fr.com>

デイケア、一時預かり(サン=ジェルマンアンレー)

看護師の小畑氏の自宅にて、日本語と日本食でデイケアや一時預かりをすることができます。

小畑氏連絡先： obatamayumi3@gmail.com

パリ市のシニアガイドブック日本語訳

以下の日本人会のサイトにて公開中です。

 <https://zaifutsunihonjinkai.fr/non-category/post-11571/>

健康に関する相談

邦人健康サポートの会では健康に関する相談を受け付けています。フランスの医療システムの理解やアクセスするためのお手伝い、検査結果・診断の再説明など可能な範囲で対応しています。

相談窓口： kenko-support@nihonjinkai.fr

まだまだ駆け出しなので、皆さまのご協力をいただきながら、需要にあったサービスや活動を試行錯誤しつつ進めていくこととなります。将来的には「和食弁当デリバリーサービス」「見守り活動」「買い物同行サービス」などの取り組みができるよう、一步一步進めて行きたいと考えています。そのために、今後度々アンケートなどにもご協力いただくことになるかと思っておりますので、どうぞよろしく願いいたします。

また、チームメンバーも同時に募集しておりますので、ご協力してくださる方はコーディネーターまでご連絡ください。

