

ご利用者さまのおかげで、毎月 Unicef (ユニセフ) へ寄付をさせていただいています。

11月の寄付額 21,000円

累計金額 519,500円

明けましておめでとうございませう
インフルエンザが流行っています。手洗いうがいで感染予防に努めましょう

デイサービス八重桜本店

クリスマス会

冬の一大イベントと言えばクリスマス会。今年も皆さまに楽しんでいただくべく企画しました。

開会して、まずはゲームを。箱の中に物を入れて、手触りだけで何かを当てるゲームです。野菜にけん玉、果ては糸こんにゃく、さまざまな物を入れましたが、回答者は恐る恐る触ってギョーと叫ばれるなど、いい反応を見せていただきました。スタッフも参加しましたが、ご利用者さまのいたすらもあり悲鳴を上げる結果に。それを見た皆さまが爆笑されるなど大盛り上がりでした。ゲームの後はサンタさんからのプレゼント。皆さまが買ったプレゼントを手に満面の笑みを浮かべておられました。その後はいよいよお待ちかねのおやつです。職員手作りのケーキを配膳しましたが、綺麗な見た目とケーキの特別感にわくわくされておられました。もちろん味についても「おいしい」「嬉しかった」と喜んでいただけた様子でした。



季節の工作

十二月の工作は、作業療法士の藤村が担当しました。クラフト用紙を丸めて、伸ばして、ねじって、輪にして、色々と飾り付けをしてしめ縄を作りました。作成開始前は「どんなことができるの?」「工作とか苦手なの。でも先生が教えてくれるんならやってみようか」と不安な声が多かったり、普段は工作に参加されない方もおられました。参加された皆さまは集中して作品作りに取り組み、手が不自由な方もスタッフと共に作成されました。



完成した作品は「かわいいのができた」「意外に素敵、持って帰って飾ります」と喜んでいただきました。昨今しめ縄を飾ることも減ってきましたが、しめ縄は歳神様をお迎えるに恥ずかしくない家の証です。ぜひ今年はお自宅に飾ってください、良いお年をお迎えくださいませ。

二〇二五年になっちゃいました

西 勝康

明けましておめでとうございませう。さて、十年近くまえから

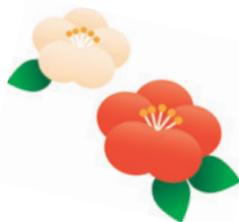
二〇二五年問題について、折にふれて申し上げてきました。が、ついに二〇二五年になっちゃいました。

おさらいしますと二〇二五年問題の本質は少子高齢化です。そのエポックとして団塊の世代が全て七十五才を超える超高齢社会が始まったということ。私たちが関わっている高齢者介護の世界では二〇〇〇年に第一期介護保険事業計画が策定され三年毎に見直されて今年四月から第九期介護保険事業計画が始まります。介護保険の保険者となっている市町村は、地域内の被保険者や要介護者の実態を把握し、適切なサービスの種類や必要量を鑑みて策定するのが「介護保険事業計画」です。今回の見直しのポイントは

- 1、介護サービス基盤の計画的な整備

桜の広場

「地域住民や多様な主体による介護予防や日常生活支援の取り組みを促進する…」とあり以前からよく耳にしてきた言葉だと思ふかたわらでそれについて進んでいるの?と尋ねると自分も居ます。それによって住民に丸投げじゃんとおぼえてしまっています。二〇二五年はもう始まりました。私たち八重桜は具体的に目の前にいる支援を必要とされる人々に思直に向き合いながらも使い勝手のよいサービスを作り出して行きたいと思ふます。



デイサービス八重桜 朱雀

「クリスマススツリー対決」

季節のレクリエーションの一つ「クリスマススツリー対決」というゲームに、皆さまに参加していただきました。一対一で、クリスマスツリーにオーナメントをよりたくさん飾り付けた方が勝ちというゲームです。個人対決ということもあり、真剣に取り組みました。周りからも応援の掛け声が飛び交い、ゲームはとても盛り上がりました。皆さまが積極的に参加されて楽しく有意義な時間を過ごすことができました。ゲームの中で笑顔や活気ある場面を多くみることができ、とても良いレクリエーションになりました。今後も季節にちなんだゲームや活動を取り入れて、皆さまの幅広いニーズに応えられるように努めていきたいと思っております。



「年賀状を出しましょ」

年末が近づき、日頃お世話になっている方々に感謝の気持ちを込めて年賀状を出す時期になりました。そこで、「年賀状を出しましょ」と題したレクリエーションを実施させていただきました。まず下準備として手作りのポストと年賀状を皆さまとともに作りました。ゲーム内容はシンプルです。手作りのポストに二人一組でどちらが多くの手作りの年賀状を入れるかを競う内容となっています。ゲームはとても好評で、暖かくて良い雰囲気の中ゲームを通じた交流で一体感が生まれました。今後も、レクリエーションを通じて日本の伝統の大切さを再認識し、共に楽しい時間を過ごして皆さまに笑顔をお届けできるよう努めてまいります。



デイサービス八重桜 押熊

「クリスマス会」

今日は年に一度のクリスマス会です。数日前からツリーを飾っていたので、皆さまもこの日を楽しみにされています。皆でクリスマスソングを歌い、大きな声でサンタさんを呼ぶとトナカイに乗ったサンタの登場です。皆さま拍手で歓迎して、プレゼントを配るサンタと笑いながら握手を交わしておられました。サンタとの交流を楽しんだ後はお楽しみのおやつ時間。今日のおやつはクリスマスケーキです。「サンタの帽子をかぶるのは少し恥ずかしかったけど、サンタさんに会えてケーキも食べれて嬉しかった。良い思い出になったわ」とスタッフにお礼を言ってくださる方もいらっしゃいました。



皆さまの笑顔がたくさん見られて、とても楽しく充実した時間を過ごす事ができました。また、来年もみなさまに喜んでいただけるようなイベントが出来るようスタッフ一同頑張っていきたいと思っております。

「季節の工作」

季節の工作は恒例となった翌年の干支の壁飾りです。来年は巳年ですので、だるまの顔が巳になっているイラストをヒントにして作ってみました。



模造紙の全体に四角形の折り紙を貼り、縁を金色に貼っていただきました。すごく細かい作業が続くので、ご利用者さまと何日もかけて少しずつ進めて完成させました。日のだるまや二〇二五という数字に門松を貼っていくとお正月の雰囲気が出てきます。それを見ていたご利用者さまの間に干支が話題になり、「私の干支は？」という問いかけに周りの方が「何年生まれ？それならこの干支やよー」と教えあっていたりしていました。周りのスタッフは何年か聞いただけで干支が分かることにビックリしていると「私次の年に生まれたからな」と言われて周りのご利用者さまと一緒に大笑いをしていました。工作も出来上がり、一月に飾るのを皆さま楽しみにしていました。

デイサービス八重桜 平城

「クリスマス会」

今年もクリスマスのシーズンがやってまいりました。まずは職員がクリスマスにちなんだクイズを出題します。「サンタクロースのイメージ像を世界に広めた企業は？」など多くの問題を出題しましたが難しかったようで、皆さまなかなか手が上がらず「うーん」と考えておられました。ちなみに答えは「コカ・コーラ」だそうです。クイズの後は皆さまで、「きよしこの夜」「ジングルベル」などのクリスマスソングを歌いました。おやつは待ちに待ったクリスマスケーキです。その頃にはご利用者さまも満面の笑みになっています。最後に、職員が扮したサンタクロースが登場して恒例の「おやつ掴み」をしました。「今年も楽しかった。また来年もしてね」などと有難いお言葉を頂戴して、職員も嬉しそつでした。また来年も沢山のレクリエーションと一緒に楽しみましょうね。



八重の家

「手作りのマフラー」

今年もクリスマス会を行いました。毎年クリスマスはケーキを食べて、クリスマスソングを歌い過ぎていきます。今年も八重の家のご利用者さまは楽しみにされていたようで、お洋服など綺麗にめかし込んでデイサービスに参加されました。

今年もデイサービスのレクリエーションとしてマフラーを作っていました。なかなか大変な作業でしたがなんとかクリスマス会までに完成しました。そのマフラーをご利用者さまへのプレゼントとしてお渡ししました。皆さま大変お喜びになり、デイ以外の時間もマフラーを着てくださる方がたくさんいらっしゃいます。皆さま、どんどん寒くなってきましたが、しっかりマフラーなど防寒対策して風邪をひかないように気をつけましょうね。メリークリスマス！



デイサービス八重桜 西奈良

「カーリング」

冬季オリンピックでは注目を集める競技の一つ、それがカーリング。ただ、西奈良館には氷のリンクがないので、円盤を使ってカーリングに似たゲームを毎月のレクリエーションに取り入れています。なかなか盛り上がるゲームの一つで、円盤を押すのに繊細な力加減が要求されます。その中でいくつ最高点である二〇〇点に入れることが出来るかというルール。もちろんカーリングのルールと同じで、他の円盤に当たって位置を動かすことも可能。職員が実践してみると、力が入りすぎたり弱すぎたりと中々二〇〇点に入らないのですが、皆さまにやっていただくと、抜群の力加減で二〇〇点を連続。高得点を獲得される方が何名もいらっしゃいました。やはり毎月行っていることで、上手くなっていくのでしょうか。職員も負けずに見習わなう。



「クリスマス会」

今年もやってきました西奈良クリスマス会。赤と白の帽子と歌詞カードを持って歌う準備はバッチリ。この日のために集まった職員で、ギターやウクレレ、リコーダー、ハーモニカ、キーボード等数々の楽器を演奏して盛り上がりました。ギターでは「ラヴ・ミー・テンドー」を披露し、職員の綺麗なハモリに、皆さまうっとりしておられました。ウクレレ演奏では、坂本九氏の名曲や、「きよしこの夜」を披露。後半のリコーダーやキーボードでは、馴染みのある「ゆき」や「ジングルベル」、「サンタが町にやってくる」を演奏し、ご利用者さまの元気な歌声が響いています。最後は一人ひとり素敵な顔が写ったクリスマスカードをプレゼント。一枚一枚職員が手書きでメッセージを書きました。是非飾ってくださいね！



訪問看護との出会い

三木 めぐみ



八重桜訪問看護ステーションぷらすの三木と申します。

私が初めて訪問看護に出会ったのは、今から二十年程前、当時介護職員として勤務していた施設に、訪問看護のご利用者さまがおられたことがきっかけでした。医療ケアが必要な入居者様に、看護師の方が笑顔で声掛けをしながら対応していた姿や「看護師さんが来てくれるから、入院せずにここで安心して生活できる」と入居者様が仰っていたことを今でも覚えています。これらの経験を通じ、「看護師＝病院」というこれまでの私のイメージは払拭され、看護が身近な存在に感じられたこと、また看護師という職業にも興味を抱くようになりました。

訪問看護の良さは、何と言っても「個別ケア」が可能であることだと思えます。訪問中はご利用者さまと一对一の関わりになることが多いので、じっくりとお話を伺ったり、ケアに専念することが可能です。また、ご自宅に訪問することでご利用者さまの素の姿、日常生活に触れられるところも訪問ならではの思いです。もちろん、在宅だけではなく各施設にも訪問し、入居者様や職員の方々と交流させていただくことも楽しみのひとつとなっています。時々、既に訪問が終了となったご利用者さまや、訪問はしていないのに何度もお顔を合わせるうちに親しくなった入居者様からお声を掛けていただけていることは嬉しい瞬間です。これからも、皆さまが日々穏やかに、笑顔で過ごせるよう支援して参ります。

認知症予防あれこれ ②

身体のリハビリ、はじめました

藤村 俊城

皆さま方のご要望にお応えし、身体のリハビリを行うための治療台が欲しいと会社へ伝えると、代表が自宅に持っているとのこと。どんな人ですか！と驚きましたが、その治療台をいただきました。ペイン（痛み）クリニックという痛みを悩む患者さん達の最後の砦、そこでペインリハをしてきた経験を生かして、お悩みのあるご利用者さまの改善に向けて身体のリハビリをはじめました。痛い、動かない、しびれ、筋力低下など、少しずつご利用者さまのお声に応えながら身体のリハビリを細々と再開しているところです。

「腰がまっすぐに伸びた」「歩くのがしつかりしてきた」「肩が挙がるやん」「小銭がたまめるようになった」「膝の痛みがなくなった」などなど嬉しいお声をいただいています。ご利用者さま個人個人としつかり向き合い、原因をしつかりと評価してリハビリに取り組んでいます。



八重の家通信 51
カフェをご利用のお客様のご家族の話

Y様は、現在九十歳後半の年齢で、奈良市内のご自宅で一人暮らしをされています。ヘルパーさんの訪問が週二回と、デイサービスに週三回通っておられます。

ご家族は、関東方面で自身のご家族と暮らしておられますが、毎朝電話をかけて、血圧のお薬などの飲み忘れを確認されて、飲んでいない時は電話をしながら服用を確認されています。次に「その日のデイサービスに行く用意ができていますか？バックの中に何が入っているか？」と尋ねられるそうです。カフェ八重の家をご利用される日は、手提げバッグの中に何かがあるか確認するようにして忘れないようにしています。定期的に奈良に帰ってこられて、お庭の手入れをされたり冷蔵庫のチェック、洗濯物のチェック、時期に合わせた衣類の準備その他日常生活で困っていることがないかなどを確認をされているそうです。担当ケアマネージャーさんとのコミュニケーションもしっかりできておられるそうです。カフェ八重の家では、血圧のチェック、お買い物同行サービスを行わせていただいています。また、お客様の気になることがある時は必ずご家族に連絡させていただいています。

やむをえずお一人暮らしをされているお母様にたいして、遠方におられながらお母様と毎日コミュニケーションをとり、介護サービスを上手くご利用されておられる事例かもしれません。

俳句教室発表句（敬称を略します）

- 初詣 口をすすぎて 身を清み
 手水のいつもの所作も、この時ばかりは気が引きまします
 磯 野 弘 子
- ごまめ煮る 母の背中の なつかしき
 年越しの準備にいそむ姿は今のご自身の姿と重なります
 橋 本 清 子
- 甘酒を 楽しみに行く 初詣
 焚き火の傍でいただく振る舞いの甘酒は冷えた体に染み渡ります
 藤 井 秀 明
- 初詣 昔い新たに 人の波
 初詣の大混雑は新年最初の試練ですね
 津 田 千代子
- お年玉 もらう年頃 九五歳
 なるほど、九十を過ぎると子や孫からもらう側になるのですね
 中 薫
- 女姉妹 四人揃って 初詣
 普段離れて暮らしていても美家に集合できる機会です
 小 坂 伎余子

こころの遊歩道

磁石力の強い者は
 社会に重用されて左身出世するに及し、
 磁石力の弱い者は
 世の中に出る事は困難なのである。

洪沢 栄一