

ご利用者さまのおかげで、毎月下記2箇所へ寄付をさせていただいています。

1月の寄付額 Unicef (ユニセフ) 20,000円 能登半島地震災害支援 20,000円 これまでの累計金額 599,500円

水温む二月、春の花が咲き始めます

スギ花粉のピークもやってきますので、花粉症の方は外出する時にマスクも忘れずに

デイサービス八重桜本店

【節分】

寒さが増すこの頃。一年の福を願い今年も節分イベントを執り行いました。主役の赤鬼と青鬼を皆さままで呼び込みイベントの始まりです。ご利用者さまは、予めお渡ししていた豆代わりのボールを鬼に向かって思い切りぶつけます。鬼は外！福は内！入場時には元気いっぱいだった鬼たちも掛け声とともに飛び交うボールに次第にタジタジに。五分間くらい続いた結果鬼たちは改心した様子で降参したのでした。鬼退治の後には鬼も交じってゲームを。叩いて被ってじゃんけんぽん！と懐かしのゲームで盛り上がりました。

最後は皆さまで記念撮影を行いました。鬼も内福も内とのことで、ハイチーズの合図とともに撮影された写真には、呼び込んだ福が溢れるとびきりの笑顔が収められていたのです。



【バレンタインデー】

バレンタインデーは老若問わず男性ならドキドキする一日です。この日はバレンタインイベントのレクリエーションを開催しました。まずはクイズをいくつかから始まったの？なぜ女性から贈り物をするの？などの出題に皆さま興味を尽きない様子でした。次はメインイベントのチョコクッキー作りです。スタッフがお手製のハートの箱に入ったチョコクッキーをお玉で掬っていただき、取れた分だけお持ち帰りいただきます。職員からご利用者さまへの贈り物なので男女関係なく一度ずつ挑戦していただきました。女性ご利用者さまからは「私も出来るの？」と驚きの声も。皆さまたくさん取るついでに試行錯誤されます。持ち上げる時に落ちてしまい悔しがる方、多く掬って満面の笑みの方。結果は様々でしたがいい笑顔を沢山いただきました。



難病患者対応の老人ホーム

西 勝康

奈良市内ではコロナ禍の期間は有料老人ホームの新規開設は少なかったようですが昨年くらいからかなり活発になってきました。特に目立つのが県外の業者による難病患者対応を売りにする施設です。一見良さそうですが、実は問題があります。関連するヤフーニュースを転載します。

難病患者の紹介に百五十万円老人ホームが支払平均の六倍

桜の広場

厚労省の二〇二〇年度調査では全国平均は一人約二十三万円。地域によって相場は異なり、ホームが供給過剰のエリアでは入居者の取り合いになるため、紹介料が高くなる。

難病・末期の人向け老人ホームでは、入居者に対する訪問看護で不正や過剰な診療報酬の請求が指摘されている。関係者は「過剰な

悪質な業者にはそのうち規制が掛かるのではないかと考えます。



デイサービス八重桜 朱雀

〔節分〕

朱雀館では、今年も皆さまと共に節分行事を盛大に開催することができました。節分行事の定番、鬼退治の豆まきです。これをフロアで行いました。皆さまには輪になって座っていただき、職員が赤鬼役と青鬼役に扮し登場します。撒く豆は、ご利用者さまと職員と一緒に新聞紙を丸めて作ったものを使用しました。

「鬼は外、福は内」と皆さま大きな声を出して今年の健康を願いながら鬼退治を楽しんでいただきました。福を招く節分行事は笑いが溢れ、温かな雰囲気の中でご利用者さま同士の交流も生まれ、楽しいひと時を皆さまと共に過ごすことができました。今年も無病息災であり、幸福に満ちた日々が訪れますよう心より願っております。今後ともに楽しいひと時を皆さまの笑顔をお届けできるように努めてまいります。



〔ハートつかみ取り〕

朱雀館では、様々なレクリエーションを実施していますが、二月はバレンタインデーに関連して、「ハートつかみ取り」というゲームを実施しました。事前に職員と皆さまとでハート型の紙を作っておき、そのハート型の紙を職員が高い所から舞い散らせます。皆さまにはハート型の桶でキャッチしていただき、何枚キャッチできるかをグループで競い合っていました。

皆さまは楽しみながらも真剣に取り組まれて、周りからも応援の声援が絶えませんでした。ゲームを通じた交流がご利用者さま同士のコミュニケーションを促進し、良い雰囲気の中で活気ある場面が多く見られ、とても良いレクリエーションになりました。これからも、皆さまにレクリエーションを通じて喜びや楽しみを提供できるように色々な企画を考えていきたいと思っております。

デイサービス八重桜 押熊

〔節分〕

二月二日に押熊では節分のイベントを行いました。

手にいっぱいボールを持ったご利用者さまが、「鬼は外、福は内」と叫びながら鬼に扮したスタッフにボールを投げていらっやいました。ところがボールがうまく当たらないと、ボールを投げる腕に力が入ってくるようで、少しずつコントロールが良くなってきます。当たったボールを痛がって逃げる鬼の姿に、どこからか拍手が起りました。

本来、節分は一年間健康に過ごせるようにという願いを込めて「悪いもの」を追い出す行事です。今回は鬼にボールを投げることで悪いものを追い出し、みなさんが健康で一年間過ごせますようにスタッフ一同願っております。



〔季節の工作〕

今月の工作では「おひな飾り」を作りました。スタッフが作ったうさぎのおひな様とおだいら様を見て、「かわいいなあー私にも作れるかな？」と口々にお話しをされていきましたので、皆さまと一緒に作ってみることにしました。

まず、好きな柄の折り紙を選ぶところから始まります。折り紙を丸く合わせて、うさぎの顔を書いていただくのですが、「目が変わってもいいわ」と笑いながら仰っている方もいらっやいました。この顔と、別の折り紙で作った体と合わせると一体が完成です。「いいのができたわ。かわいらしいな」とみなさんとともに笑い顔で喜んでくださいました。



「昔は七段飾りで飾るのが大変だったな」「うちには男ばかりで飾ったことがない」「今はこんなかわいいお雛さんがあるんやな」など、雑まつりにまつわる思い出を、たくさん話していただきました。

デイサービス八重桜 平城

〔節分〕

節分の日付は立春の影響を受けて変動するため、今年の立春は二月三日なので、その前日が節分となります。まず職員が節分の由来・豆まきをする理由などをご利用者さまに話しました。その後には豆まきの練習です。豆は紙を丸めて作ったカラーボールを使用しました。練習が終わると鬼の登場です。デイフロアにワッツとご利用者さまの驚いた声が響き渡ります。鬼にめがけて「鬼は外！鬼は外！」と声を出し、ボールを投げます。皆さま、怖がることなく、むしろ笑顔で楽しそうに鬼にボールを投げました。あっという間に鬼は退散しました。災いを追い払う事が出来たので、気持ちよく新しい季節を迎えることが出来ますね。



デイサービス八重桜 西奈良

〔節分〕

「鬼は外、福は内」という言葉がいたるところで聞こえる行事といえば節分ですね。一年の無病息災を願う行事であります。何よりも豆まきが楽しみで仕方なかった子供時代を思い出します。本当の豆を使うと掃除がとても大変になるので、お手製の豆を皆さまに持っていたいただき、鬼に投げていただくことにしました。鬼は職員が扮装して、何故か礼儀正しい鬼を演じていました。皆さまかなり力強く豆を投げておられました。鬼もハアハアと言いつつフロアを駆け回っていました。無病息災を願うというより、ストレス発散という側面の方が強かったかもしれません。それでも大きな笑い声に包まれ、大盛り上がりとなりました。この豆まきを通して、皆さまが良い一年を過ごせますように。



八重の家

〔移動スーパー〕

八重の家では毎月第一・三火曜日に移動スーパー「くるみーる」さんが来られます。八重の家では居室で自炊される方もいるため、買い物に行くのに苦労される方などには大変便利なサービスとなっております。毎回、買い物される方も多く、お店の方と顔なじみになって楽しそうに世間話をされたりしていらっしゃいます。皆さま、買い物がお好きなように商品を選ばれる様子もとても楽しそうです。「この前に買ったけど美味しかったよ」などとお友達同士で情報交換をされたりもします。このような移動スーパーでの何気ない会話や、買い物出来ることに喜びを感じられる環境は、八重の家に欠かすことのできない場所となっております。



〔季節の制作〕

今月の制作は、お花紙を使って「椿」を作りました。雪の中で花を咲かせる椿は、強い生命力を感じる植物です。椿の花言葉は「控え目な優しさ」「誇り」とされており、花の色によつてさらに異なる意味があるそうです。今回は赤の椿と白の椿を作りました。数枚重ねたお花紙を一枚ずつ花びらのように広げていくのですが、意外と難しく、途中で破れてしまったりするハプニングもありましたが、可愛らしい椿が出来上がりました。完成した椿は今の時期にぴったりな雪つぎのちぎりと一緒に飾ることにしました。今年は雪が少ないのに寒い日が多く、つい身体が縮こまってしまうがちですが、皆さまで手先を動かしながら会話がお話が盛り上がり、心も身体もぽかぽか温まりますね。



「ひとつひとつ丁寧」

今出 香名子



私は居宅介護支援事業所八重桜で令和五年七月よりケアマネジャー（介護支援専門員）として勤務しています。

八重桜に勤める前は、特別養護で八年間、介護士としての勤務経験があります。八重桜にも介護士として求人に応募しましたが、取得していた介護支援専門員の資格を生かしてケアマネジャーとして働いてみませんか？と声をかけていただきました。

ケアマネジャーとは、介護を必要とする方が介護保険のサービスを受けられるようにサービス計画書の作成やサービス事業者との調整等を行う専門職を指します。ケアマネジャーは未経験の職種で、新しい扉を開けることに不安がなかった訳ではありませんが、家族から「きつ」と上手くできる。応援するから頑張つて」と背中を押され、一歩を踏み出す決心することができました。

介護士もケアマネジャーも「介護の仕事」です。しかしながら、それまでの業務上では耳にすることのなかった介護保険の仕組みや、関係する制度・サービスのこと等、毎日覚えることが山のようにあり「大変だな」と感じることもありました。そんな時は自分自身の仕事に対するモットーである「焦らずひとつひとつ丁寧に進める」をおまじないのように心の中で呟き、目の前のことに向き合いました。入職して二年八か月が経ちますが、今でも上司や先輩ケアマネジャーは私の質問や疑問に丁寧に応えてくださり、迷っているときは経験を基に提案や助言をしてくださいます。いつもありがたく、感謝の気持ちでいっぱい입니다。今後も八重桜でたくさんの方を学び、これからもケアマネジャーとしてご利用者さまが良い人生を全うできるように、気持ちに寄り添い、ご利用者さまと家族様、介護サービス、社会資源をつなげる橋渡し役として、良き相談員になれるように精進したいと思います。

俳句教室発表句（敬称を略します）

卒業の 涙もらい泣く シッター

清 水 成 子
いつも接していた人の成長を見届けるのは
感無量ですね

無事卒業 出来て嬉しい 我を褒め

中 照 子
何かの資格でしょうか、挑戦に年齢は関係
ないですね

花びらよ 家中満開 ひな祭り

吉 野 梅 香
外の風は冷たくてもこの日はかりは春爛漫

ひな祭り 姉妹みんなで さす笑顔

西 川 道 子
女子にとっては格別の祭り、姉妹であれば
なおさらです

お水取り 終われば春が すぐそこに

三 柳 節 子
この行事で春の兆しを感じるのには奈良の人
の特権ですね

草餅や 霞たなびく 童たち

大 城 聖 三
よもぎの香りが春の野で遊ぶ子供達の姿を
想起させます

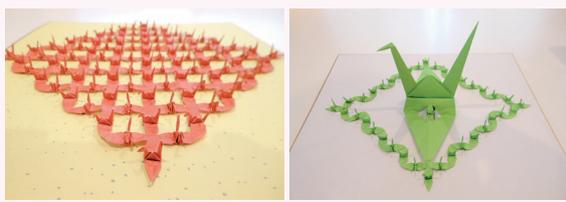
こころの遊歩道

金儲けを品の悪いことのように考えるのは
根本的に間違っている。しかし儲けることに
熱中し過ぎると、品が悪くなるのも確かであ
る。金儲けにも品位を忘れぬようにしたい。

洪沢 栄一



八重の家通信 53
折り紙作品



カフェ八重の家では、手先が器用な方が作品を飾って欲しいと持ち込まれる事があります。ある方は、一枚の紙から作られた連鶴の作品を持って来られました。真ん中に大きな鶴、周りに小さな鶴を従えた作品、更には、その同じ大きな紙を使って、百羽の連鶴作品を提供してくださいました。

「これ、どうやって作るのかしら？ピンセットか何か道具を使って作るのかしら？」と問うと「爪を使って、指先だけで作るんですよ。道具を使うと余計に作りにくいんです。」「これまでに多くの方が教えて欲しいと弟子入りされましたが、皆さま根気が続かなくて、途中で断念なさっています。」「とお話しされました。皆さまも童心に返って、折り紙で鶴を折ってみられたらいかがでしょうか？」「ボケ防止のために、指先を使って考えるのはとてもいいことですよ。」「とも話されておられました。

認知症予防あれこれ 23

アルツハイマー病とは？その2

藤村 俊城

前回の続きです。アルツハイマー病を発症しないための習慣の一つ目、炎症が起きないようにすること、それは菌磨きです。

アルツハイマー病患者の脳のシミから、菌周病菌のジンジバリス菌の痕跡が見つかっています。菌周病菌の菌茎から血管を通じて脳に菌が侵入、慢性的な炎症を起こしていると推測されています。マウスの実験では、菌周病菌を感染させたマウスの脳内では、アミロイドβが十倍溜まっていたという報告もあります。

また、歯を健康に保つことはしっかりと食べ物もしっかり噛めることや、食事を美味しく食べることに繋がります。認知症のある人ない人では、認知症のある人はない人の三分の一しか自分の歯がない、というデータも報告されています。震災などの後の避難生活で災害関連死という言葉が耳にします。その中には、歯の神経から菌が脳に入り込み亡くなっている方も少なくありません。自分の歯、大切にしましょうね。