



兵庫県西宮市の本誌写真記者の家から二分の処に仁川が流れている。その仁川のほとりに、たった一本残る有名な桜の樹をご紹介します。

「ひと呼んで——ど根性ざくら！」

六甲山系東の甲山を源流とするかつての仁川両岸には昭和三十年後半頃までは美しい桜並木が連なり、両岸道路はまだ地道でした。

しかし、日本の高度経済成長につれて自動車の普及や仁川上流での住宅開発が進み、両岸の道路は舗装され車の通行量も増えて、並木の桜は根を踏まれたり、枝を折られたりで、四十年頃には桜並木はほぼ全滅しました。しかし、たった一本の桜がその後も生き続けています。

誰が呼び始めたのか：「仁川のだ根性ざくら！」と呼ばれて多くのお年寄りや子供たちの尊敬を集めています。淡路阪神大震災にも耐えて毎年元気に花を咲かせています。この桜が生き残ったのは、根性もさることながら、道路を走る車を避けるように川の中央に向かって枝を伸ばした頭脳のお陰でした。

左下写真は淡路阪神大地震でこの近くの斜面崩落で四十人近くの命が失われました。桜は桜でもこの花はその折に人々が鎮魂を祈って植えた芝桜です。



甲山を背にした関西学院大学につながる桜並木「学園花通り」です



「デイサービス八重桜に十一年間通っています。」

ブルーム（英語の花盛り・元氣・開花期・顔の健康色の意味）な私たちは今日も元氣です！

「八重桜創設十一周年をかえりみて」

長い間元氣で楽しく過ごさせて頂きました。桜の花見の美しい風景、紅葉彩る山々の連なり、春日大社のお渡りの厳かな行列、お雛さま祭り、鯉のぼりの小さな可愛い工作、七夕祭り、夏祭り、クリスマスのサンタさん、お正月のスゴロク、年越しの鬼に豆を投げで大笑い！

思い出多いデイサービス。私は八重桜が大好きです。スタッフさんのやさしさが身にしみます。喜びを頂き健康を保てるステキなステキな八重桜が永遠に続きますように。十一周年をお祝い致します。

通所歴十一年

北ヒデノ様

八重桜に来ていると気分がまぎれます。歌を歌っている時が一番楽しく感じています。

通所歴十一年

萩下 ひさゑ様



八重桜十一周年おめでとうございます。至れり尽くせりの職員の皆様ありがとうございます。感謝・感謝の毎日でございます。これからも宜しくお願い致します。

通所歴二年

吉岡 トミエ様

毎回楽しみにしています。前日の日からわくわくどきどきの誰に会えるかな？助けられながら生活しています。やっぱりお風呂が大好きです。

通所歴三年

竹本 久美子様

（通所歴十二年）

松田 智恵子様

（通所歴十二年）

北ヒデノ様

（通所歴十二年）

萩下 ひさゑ様

（在職歴十二年）

介護主任

渡部 ミカ

十一周年おめでとうございます。

金澤登久枝の年になると短いものです。私はそれだけ年を重ねたことになります。私自身年を重ねただけで世の中の役にたつどころか皆さんのおじやまになっています。でも気持ちとしては何か役にたきたいと心では思っていますが、残念ながら駄目です。お許しください。

通所歴二年

金澤 登久枝様

早いものー来ていなかったら、寝たきりになっていた。イヤイヤではなく楽しんで十年通っています。初めて来た日が盆踊りの日ですぐに決めました。来てなかったら暗い感じになっていたと思います。お陰で元氣になりました。

通所歴十一年

松田 智恵子様

あつという間の四年間ー一年が早い。病院のリハビリはきつい。ここでの筋トレが丁度いい。筋トレを頑張りたい。

通所歴四年

高橋 晃様

「お花見ドライブ」

デイサービス八重桜の六日&十日



佐保川沿いの桜並木は感動です。奈良の自慢の遺産です。



お花見ドライブは浮見堂の桜の下で休憩でした。いつ来てもここはいいですヨネ！

馳せ走る

食の匠

のひとりごと

西勝康

デイサービス八重桜の厨房スタッフです。調理主任の「浜ちゃん」こと浜田剛さんとは昔一緒に働いたことがあって、息もピッタリで百人力です。そして、調理補助に二人の熟女を迎えて作業も一段とはかどります。



西勝康

関口容子

山本文代

浜田剛（調理主任）

第二〇回（3月30日）

介席膳メニュー

先付 いんげん豆胡麻和え

前菜 おくらとシーチキンの和えもの

鱈西京焼き

だし巻き

金時豆と黒豆

梅干

主菜 白身魚と野菜の天婦羅

汁 麩とうす揚げの味噌汁

デザート ところてん 黒蜜



デイ&ナイトサービス八重桜

西九条町の龍頭公園でお花見でした。三十五人の移動は大変でしたが、みんな大満足でした！

「お天気が良すぎて、日焼けした！」

「春風がとっても気持ちいいわ！」

スタッフも久しぶりにのんびりムードで

「アリガトウ！」



お弁当も去年より豪華で美味しかったデス…が感想でした。それにしても、本当にお弁当が美味しそうですね！

俳句教室発表句

(敬称を略します)

懐かしや母想い出す草だんご

上野 三千代

(昔作ってくださいだったのでしょうね。あたたかい思い出です。)

つくしの子頭をだせば食卓に

前田 妙子

(春らしい食材ですね。卵とじも美味しいですね。)

お花見は年重ねしも花やけり

北 ヒデノ

(お花見を見るだけで心が華やきますね。)

車窓より眺める桜目が和む

片桐 賀子

(八重桜のお花見ドライブは皆さんとても喜んでくださいました。)

春びより若草山の人だかり

伊勢 久子

(春にはたくさんの人で若草山も賑わいますね。)



坂谷 好美 (俳句教室担当)



ソシオ
エステティシャン
李清美

筑瀬 勇美子様



ソシオエステティックは
心をつやつやに
マッサージュする
こと、だとも言
えます。

八重桜の掲示板

デイハウス 八重桜

5月です。新緑の季節。
デイハウスの入り口から緑の風が吹いています。
みんなの心の中の幸せのクローバーを写真に残して1日1日を元気に笑って過ごしています。
『おかげさまで』
デイハウスは今日も元気です。



山口 和子



卯月工作 代表作

ステイケア 八重桜

暖かい日が続くようになり、過ごしやすい季節になりましたね。
ステイケアでは、利用者様に過ごしやすい空間を提供できるよう心掛けています。
利用されたことがある方もない方も、機会があれば是非ご利用ください。

居宅介護支援事業所 八重桜

行楽シーズンです。暖かい日も多くなってきました。また、菖蒲湯・ちまきが恋しくなる季節です。
暖かくなると体調が落ち着く方々が多くなり、私たちも安心できる季節です。
このいい季節を利用し、是非デイサービスなど外へ出る機会を多くしていただければと思います。
特に八重桜では、風呂や食事に関心を入れています。スタッフ一同、皆様に喜んでいただけるように工夫していますので、是非ご利用下さい。
そして感想をお聞かせください。

デイサービス 八重桜

皐月は5日子供の日、8日母の日と行事が盛りだくさんです。
句といえば「そらまめ」
そらまめは栄養価が高くスタミナ補給や疲労回復などに効果的。
疲れやすいこの時期、おいしく食べて元気に八重桜へお越し下さい。

小規模通所介護 デイガーデン 八重桜

少しずつ暖かくなり春らしい日々の中、庭のお花は色とりどりに咲き乱れています。毎日、水やりと間引きを行い、1日でも長く、元気に咲いていてくれることを願っています。

デイ&ナイトサービス 八重桜

冬に植えたチューリップが綺麗に咲きました。
赤・白・黄色と毎日利用者様の気持ちを朗らかにしてくれます。花のパワーですごいですね！癒し系…
4月もやりました！毎週日曜日の職員の手作りおやつ。

ちなみに、

- 4/3 あずきホットケーキ
(石木介護員)
- 4/10 黒ゴマプリン
(藤本施設長)
- 4/17 クリームパフェ
(藤本施設長)
- 4/24 ミニお好み焼き
(森園・中西介護員)

でした。5月もお楽しみに！
皆様、食べに来てくださいねー！

生活に必要な情報をお届けしてまいります

リハビリテーションは正しい理解から…！

平成18年度より介護予防が制度化されたこともあり、デイサービスや多くの介護事業所でリハビリテーションが実施されています。が、しかし一般的にその解釈においては機能向上訓練と捉えられていることもあって「筋力の強化訓練」に終始しているのが実態のようです。



当施設：八重桜で目指すリハビリテーションは「筋力の強化」ではなく、「生活活動力の維持・向上訓練」を目標としています。例えば年齢的に身体機能が横ばい又は低下していく場合でも、個人の生活活動に直接働きかける「活動力向上訓練」によって活動性が向上し、社会参加の機会を増やし、結果的に個人の生活の質（QOL）を向上させます。今後とも虚弱高齢者ならびに要介護者の皆様に正しい「活動力向上訓練」のご指導と機会提供をしてまいりたいと考えております。

中山鍼灸整骨院 中山 稔夫

ひとり暮らし

西 勝康

現在奈良市に居住する65歳以上の高齢者は八万五千人で、その約20%強がひとり暮らしだ。なかでも要支援、要介護認定を受けている方の13%（千七百八人強）が独居生活である。その方がたは訪問介護やデイサービス等などを利用されているのだろうか、そうした時間帯以外は実に心細いことだろうと思われる。経済的余裕のある方は有料老人ホームに入居することも可能だが、大半の年金生活の人々には高嶺の花である。今後益々このような独居高齢者数は増え続けることは予定の事実である。

そこで、ひとつの提案がある。

ひとり身の高齢者同志（高齢者と若い人でもよい）が一つ屋根の下に共同生活をするというのはどうだろうか。欧米流にいうとルームシェアリングである。寝室だけは別で、リビング・キッチン・バス・トイレなどは共同使用という仕組みだがメリットもデメリットもある。メリットは何よりも複数人が家に居るので安心感があり、話し相手にもなる。また同じ家賃負担で少し上のグレードの家に住める。デメリットはプライバシーを護る工夫がいる。生活習慣の違いが同居の妨げになる恐れがあるなど、良いことづくめではないが、何よりも「安心・安全」は格段に保障されるだろう。奈良市の調査（65歳以上の自立者が対象）によると「日常生活や将来についての不安」という質問に対して約30%のひとが「介護が必要になった時のこと」と答えています。



介護を必要とする状況をたつたひとりで迎えることは不安であるうということはありません。

人々と結びついてあろうとする共同生活（ルームシェアリング）の場とは有料老人ホームではなく、自助・自立の新しい住まいの作法であり、共生理念に支えられた住環境そのものとなる。同居人の最適な組み合わせ手法も大切だろうし、同居する上での最低のルール作りなど、運営上の世話や管理をする機関は必要だろう。目の前に迫って来た超高齢化社会に向けて官・民ともに叡智を絞って明るい高齢社会にしなければと考えている。

古代史雑考シリーズ

今月は「古代史雑考」はお休みさせていただきます。

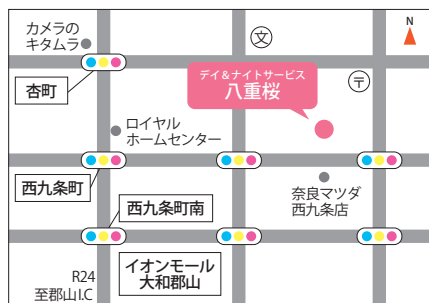
坂田 護



● 公的介護保険指定事業
 デイサービス八重桜（一般通所介護）
 デイハウス八重桜（認知症対応型通所介護）
 居宅介護支援事業所 八重桜

● 自主事業 ステイクア八重桜（短期宿泊所）

〒630-8113
 奈良市法蓮町410番地の2
 TEL:0742-20-7205 FAX:0742-20-7201



● 公的介護保険指定事業
 デイ&ナイトサービス八重桜（一般通所介護）

〒630-8453
 奈良市西九条町2-4-3
 TEL:0742-63-5670
 FAX:0742-50-0277



● 公的介護保険指定事業
 デイガーデン八重桜（小規模通所介護）

〒630-8247
 奈良市油阪町423
 TEL:0742-93-9080
 FAX:0742-93-9081