

八重桜

# Bloom Letter

英語のブルーム(bloom)は開花期・花盛り・元気・健康真っ盛り・顔の健康色という意味です。

2011年7月  
12号

## 父の日の

(六月十九日/日曜日)

## メロディプレゼント

ヴァイオリン独奏、ハープとの合奏など多彩な調べが安らぎを贈ってくださいました。

高度なテクニックを要するクラシックの名曲を聴かせて頂いて、父も母もみんながただただうっとりとしてしまいました。  
ミュージシャンの皆様ありがとうございました。



右から

岡本美代子様

福原玲子様

岡本明子様

下は

ひまわりの花束

アイスクリーム





# Day garden



## 「デイガーデン新薬師（小規模通所介護施設）」が

歴史の道に誘われて、もうすぐ誕生します。

歴史と文化の町・高畑町の閑静な街並みの中に、デイガーデン八重桜の姉妹施設が開設されます。この新しいヒューマンスケールな温もりのある介護施設を「デイガーデン新薬師」と呼びます。



六月十五日(水)の

介席膳メニュー

先付け

水無月豆腐

前菜

三度豆胡麻和え

鮭塩焼き

そうめんサラダ

出し巻き

梅干

主菜

鱧のおとし

梅とろろ掛け

じゅんさい添え

酢どり茗荷

汁

旬菜汁

デザート

杏仁豆腐

馳せ走る

食の匠

のひとりごと

西勝康

常に旬の食材を首を長くして待つ料理人にとって「梅雨の水を飲んで育つ」といわれる鱧（はも）は夏の魚の代表格です。梅雨に育まれた魚・鱧を皮一枚残して骨切りをして食することは、まさにきざまない料理です。

きざまみ食の排除を課題にしている「介席膳」では七月の献立にも所どころで登場しそうです。お楽しみに。

# ラフターヨガを初めて体験しました。

デイサービス八重桜の六月二十一日は、  
ヨガの一種で「笑いヨガ」とも  
言われているラフターヨガを  
全員で体験しました。

六月二十一日に、「奈良ラフターヨガクラブ」の主宰・  
古木美治氏、奥様の古木公子様、安藤和子様  
の三名様が当施設に来所くださり、約一時間半に亘って「ラフターヨガ」をご指導してくださいました。



## ラフターヨガ（笑いヨガ）とは？

ラフターヨガ（笑いヨガ）は、笑いを通して多くの  
酸素を自然に体に取り入れることで、心身ともにすっ  
きりするというもので、誰にでも出来る笑いの体操（笑  
いの健康法）なのです。

面白いことに、人間の脳は作り笑いとは本物の笑いを  
区別しないのだそうで、インドのムンバイに住む内科  
医のこのメカニズムの発見から開発された健康法なの  
だそうです。八重桜の当日は五十人超の全員が三人の  
指導員の方がたの楽しいリードのもと、笑いの導入  
テーマごとに十一回の笑いに挑戦しました。最後の締  
めは「ヤッター、ヤッターイエイ〜」と終わります。  
最後は本物の大笑いで終わりました。ラフターヨガク  
ラブの皆さん本当にありがとうございました。

参考…ウイキペディア

## 俳句教室発表句

（敬称を略します）

洋傘を干して彩り梅雨の明け

清水 昌明

（梅雨の間、活躍してくれた傘を干して夏本番ですね。）

父の目にななる花を佛前に

吉岡 トミエ

（綺麗な花にお父様も喜ばれるでしょうね。）

音たてて襦を開き浴衣着

稲場 克允

（久し振りに浴衣が着たくなりました。）

雨上がり浴衣の子らの笑い顔

片桐 賀子

（幼いころ浴衣を着せてもらい嬉しかったことを思  
い出しました。）

夕涼みうちわ片手に端居する

伊勢 久子

（涼しい風にあたりながらスイカなんかも食べた  
くなりますね。）



塩田 智美（俳句教室担当）



特別寄稿小論

レスパイトケア

株式会社八重桜 代表取締役顧問

西 勝康

―小休止のすすめ―

「介護の社会化」を目指して始まった公的介護保険制度も、先般第4回目の改正介護保険法が衆議院を通過しました。改正の目玉は定期巡回・随時対応型訪問介護サービスというところでしょうか。これは要するに、特別養護老人ホームに代表されるような介護施設は今後とも希望者を速やかに入居させるにはほど近い現状であるので、自宅であっても施設サービスに近い介護や看護が受けられるようにしよう、というものであり、成果が期待されます。しかしながら、介護者である家族を一時的にでもストレスから解放するための有効な施策ではないように思います。

住み慣れた地域や我が家で一生を全うしたいと願う家族をもつ介護者に一定の間隔で休養してもらいリフレッシュして頂くという「レスパイトケア」の視点がもつともつと必要でしょう。特養の短期入所生活介護等のショートステイがその役に比べられれば良いのですが、これも二―三ヶ月前から予約しなければなかなかタイムリーには使いきい状態なのです。

レスパイトとは「小休止」「中断」という意味です。まさに「介護を中断して小休止してください。そして心身ともにリフレッシュして再び介護に取り組んでくださいね…」ということなのです。

居宅で介護を続けるにはその家族を支援する仕組みが不可欠です。デイサービス八重桜では宿泊できるデイサービスを始めてこの八月で二年になりますが、この事業は保険外サービスの自主事業として運営されています。

厚労省は二〇〇六年の四月に省令で「利用者に対するサービスに支障がない限り」という条件付きながら「デイサービス+自主事業の泊まり」を認めています。

ステイケア八重桜（宿泊事業部門の名称）をスタートしたころは「デイサービスで泊まれるの？」と疑問に思われる方もおられたようですが、宿泊デイサービスの流れは先進地域ではすでに始まっており、近年やっと脚光を浴び出したところなのです。国も東京都の宿泊デイの基準作成を追いかけるように今年度中に一定の基準をつくるということになっています。面積や夜間の人員基準など色々ありますが、私達は過度な規制でない一定の公的基準が設けられることには賛成します。今後益々必要性が高まると考えるレスパイトケアに貢献するサービスの質を担保することで宿泊デイサービスが定着すれば居宅で介護を継続してゆくにおいて十分に有効な方策になると考えるからです。

今後とも私たち八重桜は皆様のお役に立つ具体的なサービスを率先提案していきたいと考えています。



姿を美しく

ヘアカットは行列気味です。

リーゼントハウス美容室の小林秀生先生の手は、一日止まることはありませんでした。



心を美しく

ソシオエステティックの目を見張る効用は体験者の共通した実感となっています。



酒井 良子様

# 八重桜の掲示板

## デイ&ナイトサービス 八重桜

6月から、毎週木曜日の昼食に「選べるランチ」を始めました。20種類程のメニューの中から食べたい物を選んでいただいています。(ほとんど皆さん完食で食べる量が増えたような気がします。)

19日の父の日は男性利用者様に「靴下」をプレゼントさせていただきました。「爪がボロボロやから靴下はよう破れんねん!助かるわ」と利用者様。



森田 浩介



デイサービス八重桜  
月例工作作品

## 小規模通所介護 デイガーデン 八重桜

6月8日にお花の苗を植え替えました。これから暑くなりますが、毎日の水やりで夏を乗り切ろうと思います。トマトの実が大きくなりました。赤くなるのを待つだけです。



中村 初美

## デイサービス 八重桜

ジメジメとした梅雨が明けると本格的な夏がやってきます。夏野菜には夏バテを予防するビタミンがたくさん含まれています。暑い夏こそ、しっかり食べて元気に過ごしたいですね。7月は毎年恒例の『夏祭り』を予定しています。カラオケに盆踊り、ゲームにくじ引き…楽しく過ごして頂けたらと考えています。皆様のお越しをお待ち致しております!!

## 居宅介護支援事業所 八重桜

晴れているのに湿度が高いといった天候不順ですね。このところ頻繁に相談が入るのは、やはり体調不良です。例えば「膝や腰が痛い」「体がだるくて1日中寝ている」などです。そんな日はまず、朝、目を覚まし布団から出てみましょう。それから少しでもご飯を食べ、水分をとみましょう。そうして起きている時間と寝ている時間を作りましょう。気分転換に誰かと話をしたり、お風呂に入ることもいいかもしれませんね。そういった相談には、やはりデイサービスなどをお勧めしています。

## デイハウス 八重桜

認知症のお薬も色々開発されてきているようです。薬は一つの支えですが、デイハウスのご利用者様が八重桜にて笑顔で過ごされる時間も心の支えの一つとして頂きたい…そう願っております。七夕さま。一日でも多くみんなと一緒に笑って過ごせます様に。おかげさまでデイハウスは今日も元気です。

## ステイケア 八重桜

初夏。暑い日が増えてきました。建物に入るとエアコンが効いていたり、夕方になると少し肌寒い気もしたり…この時期は体調管理が大変ですが、体調に不安を感じたり少しでもしんどいなと感じておられる方は遠慮なくスタッフまでお声をお掛け下さい。夕食も涼しげな献立を心掛け、口あたりも優しいように一工夫しています。こんな時期こそしっかり食べて、ぐっすり眠りましょう。ステイケアスタッフ一同、いつでもお待ちしております!!

## 生活に必要な情報をお届けしてまいります

食事の前にラジオ体操と嚥下<sup>えんげ</sup>体操（健口体操）を行っています。ご自宅でもご励行ください。



八重桜では昼食の前に、ラジオ体操に加えて嚥下機能向上を目標にお口の体操・嚥下体操を行なっています。「健口体操」ともいわれる体操ですが、近く簡単な「健口体操」のマニュアルを制作する予定です。ご家庭で実践されようと思われる方・ご家族にお配りしたいと思っています。

月に帰ったかぐや姫―②

坂田 護

竹取物語は一人成人したかぐや姫がどの男性とも結婚しないで、迎えの御供の者たちと月へ帰って行った」と語るが、このストーリーはこの作者の想像豊かな創作だったのか。そうではなくて物語のモデルとなる実話の記憶が作者をはじめ古代人の脳裏に残っていたのではなかったのだろうか。

室町時代に「能」の様式が確立したが、その能楽でうたわれる謡曲（謡・うたい）に「三つ山」があり、男女関係による悲劇の物語がうたわれている。

謡曲「三つ山」では畝傍山に関係する女性を桂子と呼び、耳成山の女性を桂子（かつら子）と設定して、香具山の男性の恋心が次第に耳成山の女性・桂子から畝傍山の桜子へと傾いてゆき、失恋した耳成山の桂子は最後は悲しみのうちに池に身を投げて死んでしまふ、という悲劇になっているが、この謡曲のストーリーも明らかに実話をモデルにしていることが分かる。

香具山は 畝傍を惜しと 耳成と相争ひき  
神代より かくにあるらし古も

しかにあれこそうつせみも 妻を争ふらしき

〔天智天皇の「三山の歌」万葉集・巻第一一三三〕

この歌は中大兄皇子（後の天智天皇）と大海人皇子（後の天武天皇）が額田王という一人の女性の愛を得ることを競い合った事実が詠われたものである。

歌中の「妻を争う」というのは妻の座を争うという意味であり、最初は耳成山の女性を愛していた香具山の男性が次第に畝傍山の女性に恋するようになり、二人の女性に葛藤が生まれる。結果は謡曲の「三つ山」で語られるように、耳成山の女性は妻の座を失い池に身を投げてしまったために大和三山に依拠した（関係した）三部族の衝突という古代の忘れ得ぬ大事件が起きたということだったのだろうか。

謡曲「三つ山」と「三山の歌」は、一人の男性と二人の女性との関係と、二人の男性と二人の女性との葛藤という違いはあるが、記憶の原点はいずれも大和三山と関わった人たちの人間模様だったという点で共通している。かぐや姫は月神の山―耳成山の姫で一度は香具山へ嫁いだが、結果は耳成山である月の世界へ帰ったと前号で筆者は述べたが、月の世界である耳成山とかぐや姫が関係していると筆者が何故に断定したかという点、謡曲「三つ山」が耳成山の女性の名前が「桂子」だったと教えてくれているからである。

「月桂」を『広辞苑』で見ると月桂樹の略であり、「月の桂」あるいは「月光」であり月そのものを意味するといふ。では桂とは何か。中国では桂は月の中にある想像上の樹木だといふことであり「桂」は「月」の代名詞となり、桂男は月の仙人のことであるといふ。

耳成山―桂子―桂の  
木一月の中の聖樹―  
月桂―月神―月の  
娘―かぐや姫―月へ  
の帰還―とつながって  
しまふのである。



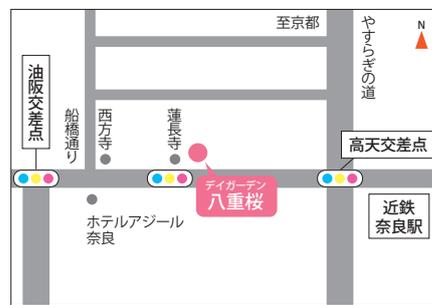
- 公的介護保険指定事業  
 デイサービス八重桜（一般通所介護）  
 デイハウス八重桜（認知症対応型通所介護）  
 居宅介護支援事業所 八重桜
- 自主事業 ステイケア八重桜（短期宿泊所）

〒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