

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。

2013年4月
33号

「多様な生活を包み込んで…今日も」

デイサービス八重桜

三月十五日(金)の一日も、いつもと変わらず利用者の方々の自由で好みの生活シーンが営まれました。筋力トレーニングに励む方々、ソシオエステティックで癒しと美を悦ばれる方々、鍼灸マッサージで体調を整えられる方々、誤嚥性肺炎予防に口腔ケアに励まれる方々、また、レクリエーションを

兼ねた「頭の体操」に参加される方々など多様です。八重桜はお一人お一人の個性にお応えしようと「選べるレクリエーション」「個別に注文できる喫茶店」の実践を始めました。

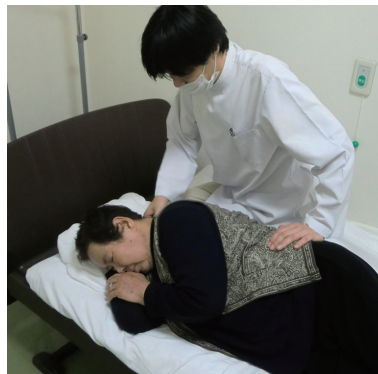


第二の心臓といわれる脚の筋トレ体操！大切。



器具での脚の筋トレもできます。

鍼灸マッサージ。勿論無料です。



口腔ケアのお手伝いもします。



施術中↓施術後



ソシオエステー爽快です！

Day garden

デイガーデン八重桜三月の風景

三月のデイガーデン八重桜の庭には待望の白梅が咲きました。暖かくなってパンジーやサンルームではチューリップと蘭の花も咲きました。また、屋内では皆さんと作った折り紙のチューリップを飾っています。皆様お元気ですヨ！

施設長／塩田 智美

デイガーデン新薬師の三月

三月三日には皆様ご自分のひな人形を作られました。その後、雛あられと甘酒で楽しい一刻を過ごして頂きました。男性利用者様にもおすそ分け。「お嫁に行けなくなるから早く片付けてネ」と、どなたかが…。

「こ立派です！」 施設長／中川 雅義



俳句教室発表句

(敬称を略します)

本年もみんなで桜見に行きたい
彼岸来てあわて仏壇掃除する
うぐいすの姿美し私かな？！
うぐいすの鳴き声さわやか春うらら
一度だけ巨大ばたもち食べたいな
桜見て心ほかほか気持ちいい
ばたもちのあの弾力が大好きだ

西出 カ子
加藤 壽美江
河 寄 すゞ子
勝田 和子
前田 妙子
生駒 茂子
吉岡 壽子

お花見のシーズンなので楽しみです。
自然に頬が緩みました。
うぐいすに例えるまでもなくお美しいです。
うぐいすの声って本当に癒されますね。
私も是非食べたいです。
桜って見るだけで心あたりますよね。
私も同感です。



長谷川 美紀 (俳句教室担当)

デイサービス八重桜の三月

三月の八重桜では多くの催し物が行われました。三日は琴友会の皆様の太正琴の演奏会、六日はオールウェイズの皆さんが懐かしい歌を歌ってくださいました(写真左)。十七日は音楽療法セッションとしてフルート演奏会が、三十日は子供達による和太鼓演奏会が行われました。

施設長／綾部 俊治



デイ&ナイトサービス八重桜の三月

月二回の陶芸教室では熱心に創作に励まれる利用者の皆さままでいっぱい。先月の作品の一つが写真のゾウさんです。お馬さんもありますが、紙面の都合でご紹介できないのが残念です。

本誌で一度作品だけの特集を計画しています。陶芸家の藤本先生と相談中です。ご期待下さい。下写真は藤本先生の御指導で大作創作中。↓



特集——体験寄稿文

(株)ウェルネット『ブルームレター』編集人／坂田 護

死の淵からの生還——口腔ケアの驚異の効用

ずいぶん前から不思議に思っていたことがある。新聞などで知る著名人の死因の多くが「肺炎」とあって、それも多くは病院内で起きていることが不思議だったのだ。

最近では市川団十郎氏がそうだ。きっと一級の医者で一級の病室での最高のケアを受けていたはずであろうに、病院内で肺炎が原因で亡くなったという。

筆者である私は三年程前から気管系に不具合がでて、医者からは肺気腫と喘息だと処方されて、そんなものかと思いつつ二年半、しかし、昨年の某日夜中に息苦しくなつて生まれて初めて救急車を呼んだ。

結果は、「誤嚥性の肺炎」ということで、入院治療を受けて何とか死なずに現在がある。

肺炎の原因を振り返るに、前夜友人たちと会食して、歯も口も洗わずに寝込んだことにあったらしい。義歯である私は諦めからか、それまで歯みがきや口腔ケアには恥かしながらまったく関心がなかった。救急車の中での苦しさはこれまでの喘息のような症状の理由と、名士や著名人が病院で亡くなる不思議が私の中で音をたてて合体していた。

当八重桜に出入りして、口腔ケアの概念を知り、退院後は徹底して口腔ケアを実践した。

毎食後すぐに義歯と口内洗浄を行っている。私の場合は、義歯は泡の洗浄液でスポンジを使って洗浄し、口内はうがい液でケアをしている。家の洗面所には根性を入れるために専用の椅子を常備している。また、就寝時には義歯は必ず外して発泡消毒液に浸けておく。

そうして徹底したケアを始めて三カ月後には、呼吸器系が青空のように澄んで、喘息という診断も誤診ではなかったと思えるほどに元氣爽快になった。

どんなに著名な人もお金持ちも病院内という安心感も災いするののか、不十分な口腔ケアはいかに危険かということを多くの計報が物語っている。食物の残渣や口内の雑菌が就寝中に気管を流れ落ちる。肺炎の恐ろしさは高齢者にとって無視はできない。頑張つて私と一緒に口腔ケアにお励み下さいように。



馳せ走る

食の匠

のひとりごと

西 勝康

あん掛けの時次郎

きざみ食は細かい食物の粒が口内全体に広がって食塊（かたまり）ができにくい為に口腔内に細かい粒が残って誤嚥性肺炎の原因のひとつになります。

そこで日本料理でよく使う銀餡（ぎんあん）の出番です。和風の吸物の味を基本とし、葛などできちんと固めてお料理に掛ける。

この銀餡掛けは蕪、小芋、魚、豆腐、肉などなんでも相性がよい。調味済みの料理に掛けても各々の味の邪魔をしないので、各々きざんだ上に掛けると食塊を作れて、呑み込みやすくなるのでおすすめです。

高齢者の方々には誤嚥性肺炎予防のためにも、ぜひ毎食にお試し頂きたいものです。



八重桜の掲示板

まだまだインフルエンザにご注意ください。

デイガーデン 八重桜

庭の日差しがやわらかくなり、梅の木は真っ白な花が満開になりました。「今年も綺麗に咲いたね」と皆様も一緒に春の訪れを喜んでくださっています。テラスでは、真っ赤なチューリップが立派な花をつけてくれました。ご利用者様や職員の心を和ませ、元気を分けてくれます。まだ蕾のチューリップも何色の花が咲くか楽しみです。手作りの紙のチューリップ畑やバラの花籠を飾り、フロアも春の装いです。



デイガーデン八重桜
月例工作作品

デイ&ナイトサービス 八重桜

桜が一齐に咲く姿は実に見事です。でもなぜ一齐に咲くのでしょうか？実は桜の木は、前の年の夏、つまり花が散ってから3ヶ月後には、もう次の花のもととなる「花芽」を作る。でも、この花芽はいったん眠ってしまい気温が低い状態が続くと目をさまして育ち始め、温度があがり春になると一齐に咲く仕組みになっています。つまり、桜が咲くには冬の寒さと春の暖かさの両方が必要なのだそうです。

デイハウス 八重桜

4月は新たな出会いとスタートの月。デイハウスでは暖かい日差しや花の香りに誘われて、ちょこっと散歩が始まります。すべてが清々しく、明るく美しい花々が咲き競う季節ですが、春に輝くのは利用者様も負けてはいません。春爛漫、笑顔爛漫のデイハウスです。

デイサービス 八重桜

ポカポカ陽気ですっかり春めいてきましたね。4月は1日の「八重桜の創立記念日」や「エコー平城山」の方たちによるミニコンサートに加え、皆様毎年楽しみにされている「お花見ドライブ」があります。皆様に喜んで頂けるお花見スポット、コースを企画中です。あとは当日のお天気の良いのを祈るばかり…。今月もご利用お待ちしております。



今井 貴幸

居宅介護支援事業所 八重桜

春のこの季節、我が子の卒業式では、親の私が感慨深く涙があふれるのに、我が子は笑っているだけでした。「卒業する実感がないから寂しくなかった」と言うのです。この支援事業所にも春から新しい職員が入りますので、一緒に働ける縁を喜びます。少しでもいい仕事ができるように、いい支援につなげるように、向上していきたいと思っています。春は、新しい気持ちになりますね。

デイガーデン 新薬師

お庭の桜もきれいに咲いています。桜もあちこちで咲き出し、お花見の季節です。天気の良い日にドライブしながら花見にも出かけたいですね。フロアの壁には桜が満開です。今のところは、この桜を見ながら楽しくお食事、おしゃべりされています。“花より団子”ですかね（笑）。いつも賑やかで笑いの絶えない新薬師です。

ステイケア 八重桜

桜の開花を聞くこの頃。春って良いですよ。特に何があるわけでもないけど、心が弾みませんか？春は青春の季節。心を弾ませることは若々しく生きていく秘訣かも…。心を弾ませつつ色々な方々と出会い、お話したりして、新たに違う角度から物事を見つめて毎日を充実させていきたいですね。



カメラ散歩

中山 実男（写真：文）

「女人高野」

桓武天皇が東宮時代に病気にいられた時、龍神信仰の室生山で行われた祈祷の霊験で快癒されたことを感謝され、天皇の発願で興福寺の僧が国家鎮護の寺、「室生寺」を建立されました。興福寺といえば大和の寺院の総てを末寺にするくらい強大な勢力を持ち、室生寺に対する興福寺の影響は江戸時代まで続きました。江戸時代になると五代将軍「徳川綱吉」の母「桂昌院」の力添えで、室生寺は興福寺の勢力圏から離れて真言宗の寺院となりました。真言密教は女人禁制ですが、女人救済の寺「女人高野室生寺」と標榜したのは、桂昌院に気を使っの事と考えられています。いずれにしても「女人禁制高野山」に対し「女人高野室生寺」は当時の多くの女性を喜ばせました。



茶道の精神

中尾 幹子

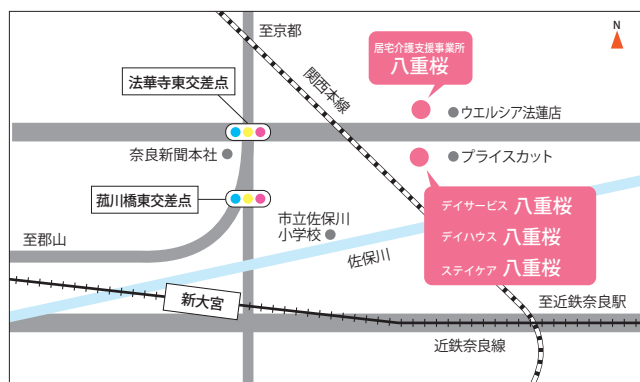
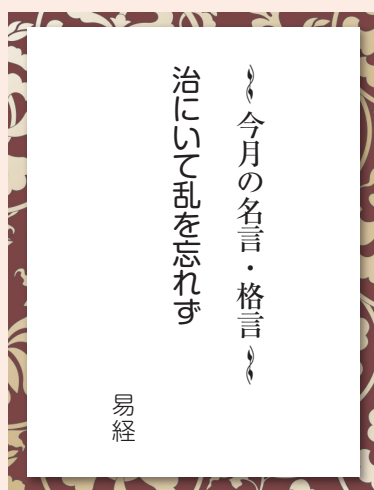
「茶道」は江戸時代初期に確立され、武士のたしなみとなり庶民に広がっていったといえます。二十代の頃、十年近くお稽古に通いましたが、当時は手順を覚えるだけが精一杯でした。いやいや親に言われるまま始めたお稽古事でしたが、人生の半分以上を過してきてようやく物事にはすべて意味があり、先哲の方々の教えの大切さと重さを覚えるようになりました。

茶道とは、本来茶を振る舞うための作法ですが、その根底には招待した客をもてなすための厚い心遣いの所作と美学があります。庭をきれいに掃き清め、水を打ち、茶室には季節の花を活け、掛け軸を掛ける。寒い季節は釜を客の近くに置き、茶碗も深さのある筒茶碗などを使い暖かさを逃がさないようにし、暑い季節

には釜を客から離し水差しを近くに置いて涼しさを演出する。お茶をたてる亭主は居ずまいを正し、指先まで神経を行きわたらせ美しい所作を心がける。

これは自らを美しく見せることが目的ではなく客に不快感を与えず、心地よい時間と空間を楽しんで頂くためにすることです。また会話も大切です。お茶席では必ずお道具や掛け軸、茶花の話題が出ます。亭主は必要な知識を持って、客との会話を途切れさせることのないように心を砕きます。招待された客も亭主の心づくしのもてなしに感謝の気持ちを現します。

こうした茶道の精神は、忙しい現代生活の中では面倒な事のように思われますが、自分にとって大切な方々に楽しく心地よい時間を過して頂くために、現代の今こそ、茶道の精神と作法の心を学び実践しながら生きてゆくべきではないかと思うようになっていきます。



● 公的介護保険指定事業

居宅介護支援事業所 八重桜

〒630-8113 奈良市法蓮町632-2 デュエット山末ビル306号
TEL:0742-25-5045 FAX:0742-25-0003

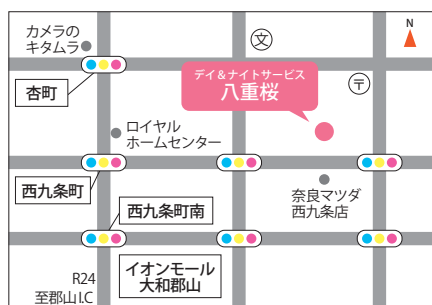
● 公的介護保険指定事業

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)

● 自主事業

ステイクア 八重桜 (短期宿泊所)

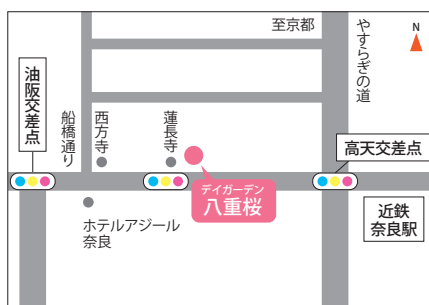
〒630-8113 奈良市法蓮町410番地の2
TEL:0742-20-7205 FAX:0742-20-7201



● 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)

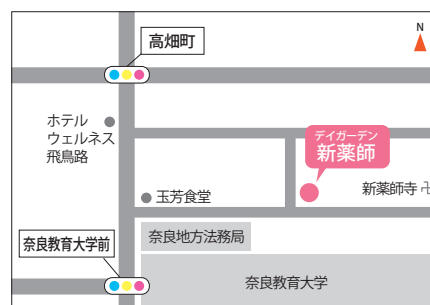
〒630-8453 奈良市西九条町2-4-3
TEL:0742-63-5670 FAX:0742-50-0277



● 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



● 公的介護保険指定事業

デイガーデン新薬師 (小規模通所介護)

〒630-8301 奈良市高畑町626-4
TEL:0742-25-3070 FAX:0742-25-3071