

ご利用者様のおかげで、毎月下記2箇所へ寄付をさせていただいています。

8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 879,500円

朝夕は冷え込んでも日中の暑さはまだ続くようです。寒暖差にご注意を



稻穂が稔り蜻蛉が舞い、秋の気配が近づいています

ユニット型シェアハウス

西 勝康

シェアハウスには様々な形態があります。入居者の属性、例えば性別、年代、職業等の限定があつたり、なかつたり。今回ここではひとつのシェアハウスの入居員について考えてみます。

何年も前から存在する比較的若年層の、そして多人数が居住する異業種交流の良さを特徴とするシェアハウスがあります。ただ、このタイプのものはその目的で新築するか、大きな社員寮等をリノベーションすることによって用途変更するか、いずれにしても多額の資金が必要となつたり、都合よく目的にあつた物件があるかという問題があります。

私が目指すのは高齢者向けシェアハウスですので、独居高齢者が安心安全に暮らせるためのシェアハウスであること、そしてその人口が増大していくことを想定すると多くの数のシェアハウスが必要になるということです。

桜の広場

A、B、Cとして各三人共同居住（シェアハウス）とする。各戸には当然LDKはあるが共用のコモンリビングは自由に入りできるスペースとして、他の住戸に住む入居者との交流の場とする。更に適宜日を決めて、そのマンションの地域にも高齢者サロンとして交流の輪を広げる。そうすることで地域の方々にも高齢者向けシェアハウスを知つてもらう機会を増やせれば、老後の住まいの方のひとつとして広がりを増進させることに繋がっていくだろうと考えます。

入居する高齢者像が軽度の要介護者であることを想定すれば建物はバリアフリーでなければならない。だとすれば二階建の戸建て住宅はだめだということになる。近年空家問題がクローズアップされているように住宅としての供給量が多いのはマンションの住宅です。マンションであるならばエレベーター付きが標準であるから、平屋住宅と同じと考えられる。そして3LDK以上の間取りのファミリータイプのマンションはそもそも立地条件が駅近、スーパー、医療機関等の生活インフラの整つたところも多くある。従つて高齢者に

とつて利便性が高いところを探すのも、それほど困難ではないと思える。

そこで私が提案するユニット型というのは、例えば一つのマンションに四～五戸の空室を確保して一戸をコモンリビング（共用リビング）とする。

そしてあとを住宅



このコモンリビングを持つ住宅A、B、Cを一ユニットと考えてユニット型高齢者向けシェアハウスと勝手に呼んでいます。

デイサービス八重桜 本店

【敬老の日】

今年の敬老の日は「劇団高円」の皆様をゲストにお招きして盛大にお祝いしました。まずは演劇鑑賞から。演題は「水戸黄門」、皆様はストーリーに夢中なご様子、劇団の方の演技も熱がこもります。じょじょリスト、黄門様の登場シーンで現れたのはなんと本店の坂口職員。これには笑いと驚きの声が各所より湧き上がっていました。素晴らしい演技の後は、演者の皆様と一緒に水戸黄門体操をします。スタッフも交じり、会場が一体になって雰囲気は最高潮でした。



続いてお祝いへと移ります。今年は還暦から百七賀まで三十名以上の方が長寿祝いを迎えていました。順番に手形の色紙とプレゼントのバッグをお配りし記念撮影に。この日の為に用意された衣装で撮影に臨む方もおられ、素敵な表情で納まっています。皆様お元気に過ぎていて嬉しいです。自分の理想とする老後を思い浮かべながら、また来年も皆様をお祝いできるように決意を新たにしました。



【びつたしかンカンゲーム】

本日のレクリエーションは脳トレを兼ねたゲームを行いました。昔ながらの秤を用意し、その上に様々な物を載せていつて指定の重さにどれだけ近づけるかを競います。今回は三百五十グラムを指定し皆様に挑戦していただきました。載せるものは紙コップにお手玉、けん玉や文庫本まで多岐にわたり、皆様がどれを選択されるかに注目が集まります。挑戦者はご自身の感覚だけが頼りのために四苦八苦。一度載せた後増減をしながら調整されていました。さて結果は、惜しくもピタリ賞は出なかつたものの、誤差十グラムの方がいて本日の優勝者に。後で職員も挑戦しましたが、大幅にオーバーしてしまい、感覚の違いに驚きました。

脳トレをしながら皆でワイワイと楽しめるこのゲーム。

また機会があれば取り入れたく思います。

デイサービス八重桜 朱雀

【敬老の日】

本日は敬老の日。八重桜朱雀館では口じるの皆様への感謝の気持ちを伝えるために敬老会を開催させていただきました。皆様に楽しく敬老の日を過ごしていただきために、催し物として棒体操や歌に参加していただきました。

棒体操では、皆様と職員が曲に合わせて元気に棒を動かし、また歌では「ふるさん」との歌を皆様とともに合唱して大いに盛り上がりました。

最後に、「喜寿」「米寿」「白寿」を迎えた方に職員の手作りの色紙をプレゼントさせていただきました。楽しい敬老の日を過ごしていただくことができました。これからも感謝の気持ちを込めてイベントを通じて、皆様に心温まる時間を提供していく所存です。今後もより充実したイベントを提供するためにサービス向上に取り組んでいきたいと思います。



【フラワーキャッチ】

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、今回は頭と腕を動かす「フラワーキャッチ」を実施しました。内容は、五色のカラーボールを同じ色の箱に、時間内にどれだけ入れることができるか一人ずつ競うゲームになっています。皆様、真剣に取り組まれて間違わずに入れることに集中されていました。周りからの応援もありとても盛り上りました。ゲームを通じた交流がご利用者様同士のコミュニケーションを促進し良い雰囲気が生まれます。その中で皆様の活気ある場面を多く観ることができ、とても良いレクリエーションになりました。これからも、皆様にイベントや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います。



「介護士になつて」



森本 和美

八重桜平城館に入職して約一年と半年が過ぎました。

前職の介護歴を足してもまだ三年ぐらいですが、私が介護の仕事に就こうと思ったのは、六年前に今年

八十二歳になる母が全盲になり、特別養護老人ホームに入所することになったからです。その時から改めて介護について考えるようにになりました。

私も何か介護職で人の役に立てる事がないかと思い、今の仕事を選びました。母と同じ立場の入居者様や、その家族の方々のいろんな思いで入所されている事も共感するところがあります。

自分に何が出来るのかと自問自答している日々ではあります、少しでも寄り添つていけたらと思います。そんなご利用者様や家族様にはどんな些細な事も言えるような雰囲気を作つていけたらよいなあと思います。私にとってどのご利用者様も母親のような父親のような存在なので、自分が出来る事で喜んでいただけるよう、安心できるような介護士を目指していくなら良いと思います。その為に毎日が勉強だと改めて思います。

母さん 每日笑つてくらしていますか？
世話になるのは身近な人よ 解つていてる？

こころの遊歩道

日本一短い「母」への手紙より
中村泰子（東京都） 59歳

俳句教室発表句（敬称を略します）

香り立つ 新蕎麦君と もう一度

藤原 紀代子

味覚が記憶を呼び覚まします、心の中でかの人と再会できましたか

ぶどう狩り たくさん取つて 満足だ

辻 貴久子

ぶどう狩りは採れたてのおいしさを楽しむことができますね

新蕎麦の するりと箸の 進みけり

横地時子

新蕎麦は風味が良くとても美味しいですね

秋の日の 光を浴びて コスモス畑

中谷桂子

コスモスを観ていると秋を感じますね

秋晴れや 空の青さと ぶどうの甘さ

岩前弘子

澄み渡った秋空は、ぶどうを探る時に仰ぎ見た空ですね

遠い日の 親子一緒に 粟拾い

塩路堯子

今はこういう機会が減りました。モノクロ写真のような情景ですね

運動会 声援背なし リレーかな

津田千代子

声援に押されて懸命にバトンをつないでいく姿が目に浮かびます

信濃路に 白く輝く 蕎麦畑

西村正三

土地が狭く山深い里では、可憐な花畠に見てもしっかりと生活を支える畠なのですね

作業とリハビリ

藤村 俊城



先日同僚職員から作業療法について質問されたことがあったので、少し皆様にも公開させていただきたく、今回書かせていただきます。

作業療法は元々精神科のリハビリとして始まった治療です。そして作業を媒介として治療に臨みます。作業療法における「作業」とは人が目的や意味を持った行う活動の事を指します。要するに全ての人が作業をしており、作業が人と社会を繋いでいるということになります。

さてリハビリの話に戻りますが、身体のリハビリの場合は筋トレやストレッチなどの作業を媒介として治療に臨みます。では精神科のリハビリはどうかというと、患者さんに作業を行っていただきます。物作りや運動、映画鑑賞など様々な作業をしていただきます。作業をしている間は自分の世界の自分であり、作業をしている間は病的な世界を抜け出すことができます。それを繰り返し、病的な世界から現実世界に戻つてきてもうのが精神科のリハビリです。

また特に危険性の高い作業は比較的効果が高いといえます。木工や料理などでノコギリや包丁を持っている時は集中しなくてはいけないですから。

さて、木曜日の午後は臨床美術という工作をしています。工作といえば工作ですが、自分の感性を表現するための工作です。工作中に苦手意識のある方も少なくないと思いますが難しいことはありませんので、一緒に自分を表現する作業をしてみませんか。

八重の家

【敬老の日&お誕生日会】

今月は、敬老会とお誕生日会を合同で開催いたしました。敬老会に向けては、事前に皆様と一緒に壁画を作成しました。花柄の折り紙や風合い豊かな和紙を使い、色とりどりの模様を貼り合わせていただきました。背景を上品な紺色にすることで、素材の美しさが引き立ち、完成した壁画は会場を一層華やかに彩ってくれました。当日はその壁画を背景に記念写真を撮影しました。笑顔で写真に納まる皆様の表情からも、喜びが伝わってきました。会の後半には、お誕生日を迎えた方に「ハッピーバースデー」の歌を皆で歌つてお祝いし、レモンタルトをいただき和やかなひとときを過ごしました。最後まで笑顔と温かい雰囲気に包まれた、思い出に残る行事となりました。

【トランプ】



今月のレクリエーションでは、トランプを楽しんでいただきました。職員が人数を見ながら六名程のグループに分け、どのゲームを行うかは各グループで話し合って決めていただきました。昔から親しまれてきたババ抜きや七並べが多く選ばれ、始まるところに場はにぎやかになりました。ババ抜きではカードを引く手元に視線が集まり、七並べでは出せるカードを探しながら、皆様真剣に考えておられました。終了時間が近づいても「もう少し続けたい」との声があがり、サービスが終わつた後も最後まで夢中になつて楽しめるグループもありました。懐かしい遊びを通じて自然と会話が弾み、笑顔と交流にあふれる時間となりました。



デイサービス八重桜 押熊

[敬老の日]

今年も敬老の日がやってきました。ご利用者様に日頃の感謝を伝えるため、敬老会を開催しました。

皆様に楽しんでいただけるよ、スタッフがかわいい服を着てアイドルになりきり一曲を披露しました。いつもと違ったスタッフの格好に最初は驚いた顔をされていましたが、やがて笑いながら手拍子をしていらっしゃいました。その後は皆様にささやかなプレゼントを用意しました。賀寿のお祝いの手形入り色紙をアイドルから受け取り大変喜んでくださっていました。

おやつには、フルーツをたくさん使つたじつむより少し豪華なおやつをお出ししましたが「美味しいぞ」と喜んで食べていただけました。「かわいい人を見られて美味しい物を食べて幸せや」とのお言葉をかけていただき、スタッフ一同嬉しい気持ちでいっぱいです。これからも一緒に楽しい時間を過ごしていければと思ひます。



[この色なあこ?]

毎日行つてじるレクリエーションの一ひですが、今回も皆様で挑戦しました。毎回行つてじるおかげで、皆様少し慣れてくださつてじる様子でした。

ですが、じさ始めるじ少しややこしくなるよつて、あらためて説明をしてから始めました。今回は同じ色のカードを取るといつた「神經衰弱」のようなやり方をしてみました。少しルールを変えたことで困つてしまわれた方もいらっしゃいましたが、その方にスタッフが一緒に参加してみました。

カードが取れるよ、とても嬉しそうにしてじるしゃいました。
何度も挑戦してみて、今後も楽しんでいただけるよつて色々と考えてじきたよと思ひます。

デイサービス八重桜 平城

[敬老の日]

敬老の日は、ご利用者様と一緒に手作りのどら焼きを作りました。どら焼きの生地に抹茶を混せてホットプレートで焼き始めると、甘い香りがフロアいっぱいに広がり、自然と笑顔がこぼれました。焼けてきた生地をひとつくり返す場面では、「まだ焼けてないよ」「押しつぶさないよ」とね。「ちょっと大きすぎたかなぁ」などなど、あちこちにぎやかな声があがつていました。今回は生地を焼くところから、餡をはさむまでの一工程ずつを皆様で取り組んでいたきました。慣れない作業もありましたが、皆様テキパキと動かれ、協力し合つ姿がとても印象的でした。完成したどら焼きを召し上がるすると「自分で作るとおいしいね」とみなさん仰つてくださいました。最後に記念撮影をして、皆様の元気を改めて感じる特別な一日となりました。



[ピンポン玉川下り]

九月に入つてもまだまだ暑さは続いており、室内でも冷房や扇風機の風を感じながらのレクリエーションとなりました。「ピンポン玉川下り」とは、斜めにした板から転がつてピンポン玉を、小さな力で受け止めるというシンプルな遊びです。角度によっては玉が勢いよく転がつたり軽量なピンポン玉は不規則な跳ね方をしたり、思うように受け止められない場面もありました。中には思わず手で掴んでもしまう方もおられ、そのたびに周囲から笑い声が上がり、和やかな雰囲気に包まれました。

デイサービス八重桜 西奈良

[敬老の日]

日々健康に気をつけ、笑顔で過ごされている利用者様の長寿を祝つて「敬老会」を開催しました。西奈良では今年の長寿の祝いに選ばれた方が十三名と今まで一番多く、卒寿祝いの方がなんと六名もおられました。手形の色紙に感謝状を添えてお一人お一人にお渡しさせていただきました。皆様今日この日を迎えた喜びをスピーチしていただきました。表彰授与が終わつた後は、お待ちかねの職員の演し物です。まずは誰もが知つている秋の歌の代表曲「紅葉」を、皆様と一緒に混声合唱で歌いました。低音パートの職員につられそうになる方もおられましたが素敵なものでした。次は「恋するフォーチュンクッキー」に合わせてダンスをしました。簡単な振り付けで、皆様も一緒に踊つてくださいました。いつまでも元気な姿を見せてくださいね。



[秋のレクリエーション]

秋の食べ物といえば、栗やさつまいも、かぼちゃに柿と美味しいものが沢山ありますね。今日は新聞紙で作った栗を使つたゲームを行いました。栗や柿、枯葉等

を入れた箱の上から細かく切られた紙を重ね、スコップを使って探ししていくゲームです。準備体操では「虫の声」と「大きな栗の木の下

で」の歌に合わせて行いました。皆様馴染みのある歌なので身体だけでなく大きく口も動かしておられました。箱の中をスコップで動かすと栗が顔を出し皆様夢中になって次々と栗をすくつておられました。順番待ちしている間、「紅葉」や「里の秋」等を口ずさまれる方や、栗料理のメニューを一生懸命考える方等、秋らしさいっぱいのレクリエーションの時間となりました。



デイサービス八重桜 学園前

[敬老の日]

今年は、白寿が一人、卒寿が五人、米寿が一人、喜寿が三人。合わせて十一名の方が長寿の祝い年でした。おめでとうございます。

敬老会の職員による演し物は、蝶ネクタイをして口ひげをつけた、昔懐かし「ひげダンス」です。

その後は皆様とバケツ回し、ボールキャッチ、テーブルクロス引きなどをしました。ボールキャッチでは、皆様にも参加していただき、ボールを投げていただきました。ドキドキのテーブルクロスは、職員全員がチャレンジ。成功する人も失敗する人も大きな拍手と笑いをいたきました。最後は、バケツに水を入れてグルグル回します。失敗してびしょ濡れになると爆笑と心配の声が。

皆様からの「何か美味しいものが食べたい。」というリクエストに応えて、梨と出来立ての御座候を、おやつに食べていただきました。

来年も素敵な敬老の日が迎えられるように、一年間、元気で過ごしていただきたいと職員一回願っています。

[紙飛行機を飛ばそう]

紙飛行機を作るには、まずは紙選びから。新聞紙、折り紙、チラシ。チラシの紙の厚さや大きさを確かめながら選んでじりじりしゃじました。

「どうやつたら飛行機になるの」「懐かしい。子供の時に折った。」と会話も弾みます。男性陣がハサミを使って、紙の大きさにのんだわって作られていました。女性陣は、「誰か、折り方教えて~。」との声がちらほら。

じぞ、折った飛行機を飛ばすと、思ったように飛ばない。田の前でコットンと落ちて大笑い。飛ばない理由を考え、翼の折り方を変えてみたり、飛ばす時の力加減を変えてみたり。試行錯誤で、何度も飛ばされていました。

