

コロナを寄せ付けずに、新年を迎えましょう。

デイサービス八重桜本店

八重桜ハッピーハロウインの日



ハロウインの日が来ました、スタッフが魔女や化け猫と様々なモンスターに仮装し、その姿を楽しんでいただきました。催し物として、ダンボールに貼り付けられた化け猫やカボチャのイラストに穴を空け、穴の部分に玉を入れる玉入れを実施しました。楽しみました後は、参加していただいた記念として仮装したスタッフと写真撮影とお菓子のプレゼントを致しました。スタッフの仮装した姿がお気に召されたよう「もう一枚撮って」とご利用者さまからアンコールを何度もいただき、御満足していただけるようスタッフも「ハッピーハロウイン！」と叫びながらあちこち走り回らせていただきました。

【秋空の紅葉ドライブ】

八重桜恒例の秋の紅葉ドライブの季節です。今年も天候に恵まれ、赤く染まった見頃な紅葉が優雅な雰囲気を出し出し、ご利用者さまもその美しい風景に見とれていました。紅葉ドライブ中は「うわー、綺麗やなー」と感動される方や、紅葉の美しさに視線が釘付けになる方も、皆さま様々な表情をお見せになられてご満悦しておられました。道中見頃な紅葉を見つけたら、ご利用者さまは思わず指を差し「アレが凄く綺麗」とお声を出されていました。紅葉ドライブから戻られた後も「物凄く綺麗やった」「もう一度行きたい」と感動のお言葉をいただき、しばらく紅葉の話題に続きました。



【秋の手作りデザート】



今月の手作りおやつは、ガラスの容器の中にプリンやゼリーを下地にしてワッフルや生クリームをトッピングした、スタッフお手製の秋の手作りデザートをお召し上がりいただきました。現在「コロナウイルス」が流行していますので、スタッフは手指やテーブル等の周辺の消毒を徹底して実施し、パーティションやマスク・フェイスマスクを着用し飛散防止対策万全に手作りデザートを作成しました。皆さまの前で手作りデザート作成過程をご覧になっていただき、今か今かと待つご利用者さまはその彩られていくデザートに見入っておられました。デザート作成の一部をご利用者さまにもお手伝いしていただき、完成。色鮮やかなデザートをお召し上がりいただき「美味しー」と笑顔で舌鼓を打たれていました。

早期の気付き

西 勝康

桜の広場

<p>病気は早期発見が鍵 だといわれます。認知症も初期症状対策が重要です。家族など周囲の方が気付くための症状の現れ方が次のことです。ご参考まで。</p>	<p>1 物忘れの違いについて 認知症による物忘れ 体験そのものを忘れる 忘れたことが分からない ヒントを与えても思い出せない 食べたことを忘れる 約束したことを忘れる</p>	<p>老化による物忘れ 体験の一部を忘れる 忘れたことを自覚している ヒントを与えても思い出せない 何を食べたか忘れる 約束をうっかり忘れる</p>
<p>2 認知症を早期発見するために</p>	<p>①物忘れが酷くなった 今切ったばかりの電話の相手を忘れる 同じ事を何度も言う、聞いてくる しまい忘れ、置忘れが増え、いつも探した物をしてる 貴重品や自分の物品が誰かに盗まれたという 薬が余るようになる</p>	<p>②判断・理解力が衰える 家事や仕事などの失敗が多くなる 新しい事を覚えられない、覚えようとしない 話のつじつまが合わない</p>
<p>③時間・場所が分からない 約束の日時や場所を間違えるようになった 慣れた道や、自宅近所で道に迷った</p>		

馳せ走る 食の匠 のひとりごと

食事と認知症

西 勝康

食事の場面での認知症の症状も様々です。食事は本能に結びついたものなので、軽度の認知症では自分で食事はできますが、重度になると食行動異常として拒食や過食、異食などが見られます。認知症には有名なアルツハイマー型をはじめ主に四種類くらいあって、各々に症状の出かたが違います。食べたことを忘れる、食べ方が分からなくなる。食べ物に虫が入っているように見える、他の人も食べてしまう等が代表的な症状です。進行の度合いを食の視点から見ると、大まかですが配膳すると自分で普通に食事する内は重度には到っていないのだらうと思います。

デイサービス八重桜 朱雀

【ドミノ倒し!!】



朱雀館ではドミノ倒しのゲームを行ないました。大きなテーブルを囲んでご利用者さまが集まります。その中央には赤、黄、青、緑と色鮮やかなドミノが並び、スタッフの説明と共にゲームがスタート。一つ一つに集中力と繊細さが要求されるので、簡単そうに見えてかなり難しいです。それを共同でするので個人差も出てきます。少しづつ出来てはここかで崩れて声が上がります。大きな円を作るのが目標なのですが、中々作業がはかどりません。見かねてスタッフも参加しましたが、それでも気を抜くと崩れています。半分近くまで完成したのが最高でしたが、どこかでパタンと音がして一気に崩れ去るパターンは最後まで一緒。結局次回に再チャレンジということで、今日のレクリエーションは終了となりました。

【紅葉ドライブ】

日本人にとって馴染み深い桜と紅葉。今年もその季節がやってきました。今回は五回に分けて、近くの岡田神社へ参拝。真っ赤に染まったモミジに出会えました。ここは徳川家康も訪れたという由緒ある神社で、広大な敷地のあちこちにモミジが点在しています。特別にこの神主様から、歴史や徳川家康の関わり等の深いお話を聞くことも出来ました。その後ご利用者さままで綺麗なモミジを探したり、松ぼっくりを拾ったりと楽しい時間を過ごしました。新型コロナが蔓延する中、気軽に外出することも出来ない日々が続きます。それでも対策を万全にして、ご利用者さまの気分転換を考えて参拝しましたが、とても喜んでいただきました。透き通る青い空、小春日和の気温、真っ赤なモミジ、何もかもが恵まれた五回の紅葉ドライブとなりました。



【俳句の日】



金木犀の香りに包まれた秋の日、朱雀館では俳句の創作が行われました。俳句には必ず季語を挿入しなければなりません。スタッフから幾つかの秋の季語を示してからスタート。秋山、秋嶺、団栗、稲妻等、思いつく物をホワイトボードに書き込み、ご利用者さまを選んでいただきました。鉛筆を持って考え込む方も、口で呟いて作る方も、スラスラと一句、二句と作っておられる方も、それぞれの方で創作は続きます。思い浮かばないご利用者さまには、スタッフが一緒になってヒントをささやきながら作りました。最後はそれぞれの句を読み上げていただき、ご利用者さま全員で一番良かった俳句を選びました。最優秀に選ばれたのは『秋の山夕日を浴びて燃えるよう』です。とても素敵なお俳句でした。

デイサービス八重桜 押熊

【クリスマスツリー工作の日】



毎月の行事に組み込まれている工作の日です、その季節やイベントに応じた工作をご利用者さまと共に作成しています。今月は、翌月がクリスマスという一大イベントということもあり、クリスマスリースを作っていました。紙皿の真ん中を切り抜き、紙皿の縁の両面に折り紙を小さく千切ったものや葉っぱの形をした色紙、ソリに乗ったサンタや色々なクリスマスデコレーションの色紙を糊で貼り付け色とりどりのリースの完成です。世界にひとつしかないご利用者さまのオリジナルのリースは、翌月のクリスマスに向けて押熊館のクリスマスムードを盛り上げてくれるでしょう。

【皆さまと楽しい合唱】

皆さまで合唱ということで、今回は職員が電子ピアノで晩秋に因んだ曲を演奏しました。本来ならば大きな声で電子ピアノに合わせてご利用者さま全体で歌いたいのですが、なにぶんにもコロナ禍ということもあり声の出す機会の多いリハビリは自粛ということでマスクを付けて小さな声で合唱しました。唱歌から懐メロまで、歌いだしの部分だけで「あっ！この歌知ってる」という声があちらこちらから聞こえてきます。「紅葉」から「赤とんぼ」、「旅の夜風」まで一通り歌い終わるとご利用者さまも満足そうな笑みを浮かべておられました。早くコロナ禍が終息して思い切り大きな声で歌いたいですね。



【紅葉ドライブで秋を満喫】



今年の秋も次第に深まりご利用者さまが待ちに待っておられた紅葉ドライブの季節がやって来ました。今年は少し趣きを変えて、押熊館の近くにある一ヶ所の公園を訪れて見ました。「コロナ禍ということもあり外へ出る機会の減ったご利用者さまには何もかもが新鮮に映るようで真っ赤に紅葉した小さな秋を見つけ、手を叩いて喜んでおられました。短い時間ではありましたが、移ろいゆく季節を肌で感じ新鮮な秋の空気を吸ったご利用者さまの後ろ姿が少し姿勢が良くなったように見えたのは気のせいでしょうか？

デイサービス八重桜 平城

【紅葉ドライブ】



秋と言えば紅葉です。今日は晴天で皆さまと奈良公園一帯を紅葉ドライブに出かけました。ひと時の憩いを楽しんでおられました。ちよっぴり寂しい秋の気配を感じながら、お互いに紅葉にちなんだ懐かしい思い出話を語り合われる皆さまを乗せた車が紅葉の景色の中を走り抜けていきます。束の間であれ、寒い冬を迎える前の暖かな秋晴れの下で、夏の暑さが過ぎ去った後の静けさ満喫するひとときでした。車窓から古都の風景を際立たせる紅葉を落ち着いて心地よくご覧になっている皆さまの笑顔が、印象的でした。

【待ちに待った運動会】

万国旗の下で、ご利用者さまが二手に分かれ、ちよっぴり洒落た「紅」「白」それぞれのリボンを胸につけて奮闘されました。代表のお二方による選手宣誓の後、「玉入れ」「風船リレー」が行われ、勝っても負けても、万歳や拍手で盛り上がります。スタッフとペアを組んでの「借り物競争」では、やっとな探した「借り物」を手にして、パン食い競争では、吊るしてあったパンを何と口にくわえる事が出来てのゴールイン。最後のスタッフによる綱引きでは、皆さまの声援・拍手で、引く張るスタッフにも一層熱が入ります。思い出のページを開いて童心にかえったイベント、来年も元気でハッスルしたいですね。



【クリスマスツリーの準備】



今年も、クリスマスの季節が近づいて来ました。皆さまが普段過ごされているリビングでは、様々な装飾や飾り付けが始まりました。壁には、「メリークリスマス」と綴られた大きな字幕、サンタクロースやトナカイの切り絵が目を引き、柱には、沢山の小さな星をちりばめたモールがキラキラ輝いています。皆さまにもツリーの飾り付けに参加していただきました。来る年の幸せを願い、皆さまが一つひとつ、丹念に心を込めた飾り付けで仕上がったツリーは、大切な年末の宝物です。

デイサービス八重桜 西奈良

【お誕生日会】



十月二十七日に村上様のお誕生日会を開かせていただきました。元校長先生ということもあり一言皆さまにお礼の挨拶をしたとのこと、マイクを持たれお礼の挨拶をしていただけました。十一月四日は大仁田様のお誕生日をお祝いさせていただきました。十一月四日は大仁田様のお誕生日をお祝いさせていただきました。大仁田様は大変ユニークな方で、マイクを向けると元気な声でお礼の言葉を言われ、皆さまから笑いが起き大変盛り上がったお誕生日会となりました。

【ピンポンゲーム】

ピンポンゲームは車いすの方でも参加しやすいよう、卓上の真ん中にティッシュの箱をネット代わりに置き、ご利用者さま同士ボールを打ち合ったり、ご利用者さまと職員と対戦したりと色々な組み合わせで盛り上がっています。出来ないとお断りされる方もいらっしゃいましたが、一度参加するとムキになり声を出してボールを追いかけている姿が印象的でした。



【風船ハレー】

大人数で参加でき、盛り上がる風船ハレーは西奈良館の人気レクリエーションです。風船を落とさずにラリーを続けるご利用者さまの目はいつも真剣そのものです。軽くてゆっくりと動く風船に悪戦苦闘しながらも、一致団結して数を数えるご利用者さまと職員。目標の数を達成すると、皆さまで「やったー!」と両手をあげて万歳したり、おとなりの方とハイタッチをして、喜びを分かち合っていました。



「介護職へのきっかけ」

森田 久仁子



思い出せばあの時が介護との出会いだっただけでしょうか？

小学校低学年生くらいの時に、母が転院する祖母を一度自宅に連れ帰り、姉と共に自宅のお風呂に

入れたことがありました。看護助手として働いていた母だったからこそ一度自宅でお風呂に入れてあげたいと思ったのかも知れません。

私が、就職を考えたときにまず母の仕事が浮かび上がりました。私も看護助手をやってみたいと母に伝えると「やってみたら？」とあっさり肯定し、別の病院に求人があると教えてくれました。初めての病院勤めでは「排せつの匂いがしんどい」という私に母は「三日もすればなれるわ」とあっけらかんと言いつけてくれました。事実直ぐに慣れましたね、経験者は強いと思えました。

私も、母と同じ仕事に就いた為か母と話すことが増えました。母はもう定年になり今は勤めてはいませんが、時々会って仕事の話を聞いてもらっています。

これからも更に母との会話から学び、そして仕事を続けることで経験を積み重ねたいと思います。

俳句教室発表句

(敬称を略します)

木の葉散る 木枯し吹く日 立冬か

反田 君子

そろそろ寒い季節がやって来ますね

京都へと 気の向くままに 落ち葉踏む

米川 俊子

もみじ狩り風情のある一人旅ですね

木の葉散る 能勢の山々 想い出す

古仲 はつ江

生まれた土地は忘れられないですね

千歳あめ 子らが走りて 蒼い空

大城 聖三

元気な姿が目には浮かびますね

クリスマス 今年も孫に 会えるかな

中嶋 かほる

お孫さんは何歳になっても可愛いものですね

大晦日 家族みんなで 大掃除

木村 功之

大晦日といえば大掃除というイメージがありますね

初氷 そつとそつとと とつてみる

野崎 絹子

初氷、割れないようにとつてみましたですね

カレンダー 今年も最後の 一枚に

西岡 裕

本当に、月日の経つのは早いものですね

八重の家通信 7

敷物の寄贈

八重の家では、週に一度、有志の方々が集まって「そーしゃるさくら会」を開催しています。この会は、社会へ何らかの貢献をする活動をし、つながりを持つていくことを目的としています。今年はりりあん編みで写真のような椅子の敷物を作成し、公共施設へ寄贈しました。このとってもきれいで華やかな敷物は、毛糸でりりあん編みをしたものを組み合わせ、渦状に丸くかがり縫いをして作りました。そしてさらに、かわいらしい飾り付けもしました。



大和育成館の子供たちへ

寄贈先は、宇陀市の大和育成園、奈良市立平城西小学校、そして平城館・八重の家の最寄り駅：JR平城山駅のホームベンチです。作った敷物はみんな上出来で自信がありました。果たして寄贈先の皆さまのご期待に添えるか：少し不安がありました。しかしそんな心配をよそに、どの寄贈先でもご覧になった瞬間「わあ！」という歓声があり、満面の笑顔で受け取っていただきました。同行していただいたさくら会の皆さまも、とっても嬉しい様子でした。

JR平城山駅をご利用の際は、ホームベンチにご注目ください。そして、これから冷え込む季節、ぜひ座ってその温もりを感じてください！

こころの遊歩道

私は、この世に遊びに来ているの。遊びと言っても、お酒を飲んだりパチンコしたりということじゃなく、苦勞を含めてね。

苦勞するにも、楽しい苦勞しなきゃそんでしょ
芥川賞受賞作家 河野 多恵子