

節分が過ぎて、春はもうそこまでやって来ています。

今年の鬼は、コロナという姿でした。各施設では賑やかに厄払いをしました。

## デイサービス八重桜本店

【鬼は外！福は内！元気に節分！】



「鬼は外！福は内！」と、邪気を追い払い新年の神様をお迎えするために、二月恒例の節分会を開催致しました。スタッフは赤鬼さんと青鬼さんの衣装を身にまとい、ご利用者さまには紙を丸めた玉や豆をお渡しして準備完了。乱入してきた鬼を椅子取りゲームで退治するという趣向です。豆を少し投げて鬼が弱ったところで、鬼さん他のスタッフで椅子取りゲームが始まります。椅子が取れなかった鬼さんは、ご利用者さまから玉や豆を投げられて退場していきま

【日頃の感謝を込めて…バレンタインデー】

八重桜本店では、男性のご利用者さまに対し日頃の感謝を込めてバレンタインデーのイベントを行いました。まず、ご利用者さま全員で男女混合のカラオケを披露していただき、会場の雰囲気や和んだころでお待ちかねのバレンタインイベントです。この日の為に女性スタッフが用意したチョコレートの小袋を大きな箱に入れておきます。この箱の上には手を差し入れる穴が空いていますが、中は見えないようになっていきます。男性のご利用者さまには、一人ずつ穴から小袋を掴んでバレンタインチョコを受け取っていただきました。チョコレートを受け取られた男性のご利用者さまは「ありがとう！」と笑顔で仰られた後に、女性スタッフと楽しそうに談笑されて皆さま目を輝かせておられました。上位三位に入られたご利用者さまは、満面の笑みを浮かべて額かれていました。



## 入りやすい介護共済

西 勝康

## 桜の広場

少ない少額の（例えば数百円くらい）の掛金で入れる共済があればいいのではと思います。

単身高齢者の数が、現在六五万人といわれています。この数は年々増加しています。その三分の一くらいの方が年間収入が百二十万円以下ですが、何らかの理由で生活保護は受けていません。不足する生活費は貯蓄を取り崩して補っています。このような二百万人と思われる低所得単身高齢者は、ぎりぎりの生活費の中で、介護サービスを使いたくても一割の自己負担分が支払えなくて、その八十%の人が介護保険サービスを控えています。これらの人々は、医療費や各種税金、健康保険料も自己負担ですから大変です。

今の国民年金額は、老後は子供たち家族と同居して暮らすというパターンが一般的であった頃をモデルに

民間の介護保障保険は要介護二以上とか、新規加入が八十歳未満までとか制限があるのが多いようです。何百万円もの一時金はいらないので、要支援でも保障が受けられて、加入時の年齢も制限がないような共済制度がないものかと考えています。

## デイサービス八重桜 平城

### 【卓上ポリングでレクレーション】



今日のレクは卓上ポリングです。昭和四十年代後半に流行った娯楽で、多くの方々にとって昔日の思い出として懐かしいポリング。狙いを定めボールが逸れないように、まっすぐ転がさねばならず、集中力保持にも役立ちます。今回は、通常のポリングピンに代わり、空き缶をテーブルの上に並べ、三メートル程離れた地点からボールを転がしてゲームを行いました。距離が長いので、途中でボールが逸れたり、ボールが当たっても、通常のピンより空き缶は倒れにくいので、思わず苦笑したり、首を傾げたりしてしまいます。何気なく軽い気持ちで転がして、多くのピンが倒れた時は、皆さま、驚きの拍手です。緊張せずに、「気を楽に」した方が良い結果が出るものと異口同音に語っておられました。何を行うにも、「適度」にリラックスするのが良いのかも知れませんね。

### 【節分の豆まき】

節分は、「季節の節目」に、健康と幸せを願って悪い鬼を追い出す「行事」です。鬼を追い払う豆まきを使う穀物は、邪気を払う力があるとされています。今回は、小さく真空パックされた甘納豆を定番の大豆の代用にしての鬼退治です。金棒を担いだ赤鬼が、二人の手下を従えて登場し、正面、背後、左右から「ウワー」という声で近づいて来ます。しかし、「鬼は外、福は内」の歌のメロディが流れる中、ご利用者さまからパックの豆をどんどん投げつけられた鬼達は、痛そうに床に倒れ、歌詞の如く「こっそり」と退散して行きました。皆さまと一緒に「エイエイオー」の大きな掛け声が、デイルームにこだまします。鬼退治の後には、皆さま、鬼を追い払い、福の神を呼び入れた甘納豆を試食され、ひと味違うことを実感された様子でした。この豆のパワーでどんな幸せが来るのか楽しみですね。



## デイサービス八重桜 西奈良

### 【豆まき】



今年、二月三日でなく二月二日の豆まきとなり職員含めご利用者さまも初めてのことでしたが、説明させて頂いて豆まきを行っています。まずは、職員手作りの鬼の顔の口に、豆にみたてた紙ボールを投げ入れ点数を競ってもらいました。ご利用者さまには、これで終わりとみせかけけておいて油断したところに赤鬼と青鬼に扮した職員が登場し、ここから本番。皆さまで一斉に鬼に目掛けて豆を投げてもらいます。ご利用者さまの掛け声は小さめで、職員の「鬼は外！」の音頭に合わせて職員が赤鬼が前転しながら逃げ、青鬼が回りながら飛んだり大盛り上がり豆まきをしてもらい、皆さまが投げつかれ赤鬼と青鬼が倒れたところで、実は司会をしていた施設長も服を裏返して鬼に変身し、また豆まきが始まって、皆さまの笑い声が絶えない豆まきとなりました。

### 【ドキドキするバレンタインデー】

二月の節分と同じぐらいのビッグイベントと言えば、バレンタインデーですね。女性から男性にチョコレットを渡すのが定番の、男性からするとドキドキする一日です。西奈良館でも男性のご利用者さまにドキドキしていただける企画を行いました。非常に可愛らしい格好をした女性（実は女装をした男性職員）からの、靴下のプレゼントとツーショットでの記念撮影です。「可愛いね」「愛してるよ」という言葉が出る程のハイクオリティな女装でした。本当に女性が来たと思われた方もいらっしゃいました。女性のご利用者さまも誰が女装をしているのかわかると、「よく似合ってるやん！」と言いつつ大笑い。皆さまの後も笑顔が絶えず、来年の女装を楽しみにされているようでした。



## デイサービス八重桜 朱雀

「今日のバレンタインデーはゲームデー！」



バレンタインと言ってもご利用者さまには馴染みが薄いため、あまりピンと来ない方もいらっしゃると思います。女性から愛を告白する大事な日。今日はお互いのハートを手繰り寄せるレクリエーションをしました。ハート型の風船を付けた箱を倒さずに、どちらが早く手元へ引き寄せるかの競争です。途中には障害物があります。「ヨイ、ドン」の掛け声と共にスタート。最初は順調にいくつも、障害物を乗り越える箇所で皆さまは苦戦。大きな声援が起こります。少しずつ近づくハート。ゴールと共に風船を抱きしめるご利用者さまもいらっしゃいました。楽しい時間を過ごした後は、おやつタイム。今日は特別に甘いロールケーキに男性ご利用者さまにはチョコレート。春を感じさせる甘い香りが朱雀館に広がりました。

「節分だ鬼退治だ！」

今年の節分は百二十四年ぶりに二月二日になりました。ここ朱雀館では盛大なイベントを企画。先ずは懐かしい記憶を引き出すために、紙芝居を開催しました。利用者様には前の方に集まっていたいただき、用意した本格的な紙芝居セットで三つの物語を披露しました。皆さま、真剣な眼差しで聞き入って下さり、時には笑いも起きました。「昔は飴玉をくれたよ」との声もあり、次回はもっと雰囲気づくりを練り上げたいと思います。さて、それが終わると今度は賑やかな豆まきです。全身タイツ姿の鬼が入ってきて、「鬼は外！」の声と共に一斉に皆さまボールを投げました。逃げる鬼、当たるボール。正しく邪気を追い払う行事です。こうして鬼を追い払った朱雀館は、益々楽しい施設になることでしょう。



## デイサービス八重桜 押熊

「今年は暦で一日早い節分でした！」



今年の節分は暦の関係で百二十四年ぶりの二月二日という日ですが、押熊館の節分会には、日を間違えずに鬼さん達がやってきました。節分とは邪気を払い福を招き入れるという事でご利用者さまはフロアの中心を取り囲むように円になっていただき、豆の代わりに運動会で使用する玉入れの玉を各目の膝の上に配らせていただきました。早く鬼さん来ないかな〜と玉を握りしめてご利用者さまの目は子供のようにキラキラと輝いていました。まず最初は女性職員による可愛い鬼さんで予行演習、次に登場したのは怖い虎のパンツを履いた青鬼さんでした。この時とばかりに「鬼は外〜、福は内〜」の合唱の下、皆さま青鬼を目掛けて玉を投げられて困り果てた青鬼は力尽き床に伸びて這いながら逃げて行きました。ご利用者さまの一致団結の下、今年一年の邪気を払い福を呼び込みました。

「今月の工作の日」

押熊館では毎月の工作の日は、季節に応じたフロアの飾り物をご利用者さまと一緒に作成しております。皆さまからも、自分達が作った作品が見上げれば直ぐ上に眺められるので好評を得ております。

二月はスイセンの花を作りました。春の訪れを告げる花として代表的なものです。花びらの内側などの細かい作業は職員が予め作っておき、糊付け等の最終工程はご利用者さま全員で仕上げて行きます。時折、職員達も手伝う事がありますが、指先のリハビリの意味もあつてご利用者さまが主体的に色彩感覚を活かして作業をされます。コロナ禍で外出ができなくても季節を感じられる有効な手段として考えております。作品が完成して、フロアのめざましボードの下げると、押熊館全体が甘いスイセンの香りで包まれたかのようでした。



「挑戦」



阿部 かおる

こんにちは。西奈良館勤務の阿部です。私は、昨年の十月に西奈良館のオープンと同時に入社致しました。気が付けば五か月が過ぎようとしています。

入社当初は的外れな事ばかりして、ご迷惑おかけしましたが、優しくご指導いただき、ようやく仕事にも慣れてきたように感じています。思えばここ数年、私は色々な事に挑戦している気がします。五十歳で介護福祉士の資格に挑戦、転職、はじめてのデイサービス勤務、はじめてのインカム、数十年ぶりのキーボード演奏、推し活など。

石橋を叩いて渡るといふことわざがありますが、私の場合、橋を叩きすぎて壊してしまい渡れなくなってしまうほど、慎重で臆病な性格なので、自分でもちよつと驚いています。人生も折り返し地点を過ぎて、子育ても一段落したので、これからは自分のやりたいこと、好きなことをしてもいいかなと思うようになりました。ご利用者さまにも、元気で楽しく過ごしていただきたいので、これからも皆さまに喜んでいただけるよう、色々チャレンジしていきたいと思っています。

この道の歩

余あるを待つて人を済わば、終に人を済うの日なし。  
暇あるを待つて書を読まば、必ず書を読むの時なし。

俳句教室発表句

(敬称を略します)

豆まきや 処せましと 逃げまわる

大城 聖三

にぎやかな雰囲気が出ていますね

冬空に 親父がんばれ バレンタイン

後藤 治

バレンタインが待ち遠しいのですね

雪どけの下から 芽を出す 福寿草

古仲 はつ江

福寿草の黄色は幸福の色ですね

好きな人 バレンタインに チョコレート

森 克美

可愛い句ができましたね

節分の 鬼の役目は いつも母

野崎 絹子

母はいつも強いですね

恵方巻き 大口開けて 義歯とれる

中嶋 かほる

美味しいので、ついつい欲張っちゃいますよね

今年もだ ワシには無縁の バレンタイン

西岡 裕

いつかもらえますように...

心待ち 早く終わって お水取り

溝口 ナミ子

早く終わって暖かくなってほしいですね

【大意】

先延ばししているうちは、何事も成し遂げることはできない。

実業家 洪沢 栄一



八重の家通信 10 『L・ファミリーモア八重の家』一周年です！

「おはよう」「おやすみなさい」「今日はよいお天気ね」「ごはん美味しかったよ」この何気ない日常の会話。それがとても大切なもの。  
私たち職員は、ファミリーモアの銘を胸に、これからも皆さまとともに過ごしてまいります。  
職員からのメッセージ  
小島桂子  
色々な学びがあり経験させていたただいたこと、皆さまに感謝です。いつの時も「ピンチはチャンス」と前向きに捉え皆さまが健康で笑顔で過ごせますように精進致します。  
村上真平  
不思議なご縁があり、生活を共にするもう一つの大きな家族。温かみがあり、安心して笑顔で暮らせる生活をしていただけ、今後とも努めてまいります。  
高橋佳奈実 看護師  
昨年四月に育児休業から復帰し、八重の家に配属となりました。今までの経験を活かし、これからも皆さまが安心・安全・健康に過ごせるよう努めてまいります。  
中島亜紗子  
昨年の九月に入社し半年が経ちました。少しずつ仕事の流れ等が分かってきたところです。「日々勉強」この言葉を胸に誠心誠意頑張ります。  
西裕聖子・安野涼子  
皆さまとお話をするときが何よりも楽しく嬉しい時間。この一年間のたくさんさんのエピソードとともにその情景が浮かびます。これからも皆さまとともに過ごす時間を大切に。  
いつもあたたかいお言葉を有難う存じます。



馳せ走る 食の匠 のひとりごと

季語と食材

西 勝康

昨今、テレビのバラエティーでも俳句を題材にしている番組が受けているようです。俳句といえは季語が重要な役割をするのですが、旬の食材やお料理もたくさん季語になっています。  
今頃ですと、サヨリ、ワカサギ、シラウオ、野菜だと春、菊、芹、三葉など多数あります。書きながらも春菜の緑色、そして銀色、白色の小さいけれど存在感のある魚たちが目に浮かびます。刺身に天婦羅、玉と...ごっくん！