

## 新年明けましておめでとうございませす。

### デイサービス八重桜 本店

#### 「お正月を迎える餅つき大会」

今年も八重桜恒例の餅つき大会がやってきました。

昔ながらの杵と石臼を使ってべったんこ、べったんこ！職員とご利用者さまが力を合わせて餅つき大会を行いました。男性職員は、さすがの力強さで石臼を壊す勢いです。女性職員も負けじと持てる力を出して餅を捏ねます。



ご利用者さまも「昔を思い出すなあ」「何個も鏡餅を昔は一人でついてましたわ」と昔話で盛り上がりです。「せーの」「よっこいしょー」「がんばれー」の声援が力になり、会場一体となって美味しいお餅が出来上がりました。力仕事の後はつきたてのお餅が入ったぜんざいを頂き皆さま笑顔で美味しいと舌鼓を打たれていました。一年のいろいろな物を吹き飛ばす元気な餅つき大会となり、これにより元気に新年を迎えることが出来そうです。

#### 「楽器演奏会のイベントが再開」

マロンフレンドズによるイベント演奏が戻ってきました。昔を思い出す懐かしい歌謡曲の調べに、ご利用者さまは聞き入っておられました。途中で鈴やタンバリンがフロアの皆さまに配られて、全員でその場の一つの音を作り上げた瞬間は素晴らしい光景でした。「あの曲知ってる」「これ青春時代に聴きました」ご利用者さまそれぞれが自分の思い出と共に演奏を楽しまれる言葉が色々と聞こえてきました。中には感極まり、目に涙を浮かべられるご利用者さまの姿も…。

終盤はクリスマス前ということもあり、ギターソングでの「聖者の行進」やクリスマスメドレーも、皆さま大きな声で合唱されていました。最後はしっとりムーディーに「ホワイトクリスマス」の演奏で締めをご利用者さまと職員共に少し早いクリスマスプレゼントを頂いた素敵なイベントとなりました。



### 作業療法と認知症リハビリ① 西 勝康

先月号の小欄で作業療法の役割について触れたところですが、今回は認知症予防及び重度化防止の観点から、作業療法の効能を考えてみたいと思います。

その前に、現在要支援・要介護認定者数は六六六万人と発表されていますが、介護や支援が必要となった主な原因には、関節疾患、脳血管疾患、骨折・転倒、悪性新生物・がん、心疾患などあるなかで最も多いのが認知症です。すべての原因の二〇%くらいになります。なかでも要介護1・2・3の人では原因の第一位になっています。認知症の予防が要介護にならないために極めて重要だということが分かります。

そこで認知機能をできる限り維持して認知症を予防したり、進行を遅らせるために有効だとされているのに、作業療法があります。作業療法は食事・入浴・排泄・家事など日常生活に関連した作業を通して心身の機能の維持や強化を図ることを目的とします。

作業療法は、医療施設やデイサービス、グループホーム等で取り入れられています。認知症リハビリとしての効果を高めるために、国家資格を持

### 桜の広場

作業に触れることは強力な回想法としての側面もあります。作業療法にはもつと多く手段がありますので、また次回ご紹介したいと思います。

|      |       |
|------|-------|
| 要支援1 | 一四・二% |
| 要支援2 | 一四・〇% |
| 要介護1 | 二〇・六% |
| 要介護2 | 一七・一% |
| 要介護3 | 一三・二% |
| 要介護4 | 一二・四% |
| 要介護5 | 八・五%  |

## デイサービス八重桜 朱雀

### 「久しぶりの「南京玉すだれ」です」

寒さは本格的になって来ましたが、コロナ禍も少しは収まりかけてきました。

朱雀館では、寒さも吹き飛ばすような楽しいイベントが再開しました。ボランティア「南京玉すだれ」の方々が朱雀館へ訪問してくださったのです。

「南京玉すだれ」の登場に、ご利用者さまは満面の笑みを浮かべ拍手喝采となりました。三〇センチ程の、一見ただの「すだれ」ですが、歌や踊りと共に「すだれ」が伸びて色々な形を作る度に、「思わず「おー！すごい、綺麗や〜」と驚きの声があがり、その鮮やかな若さにご利用者さまは感激されていました。

寒さもこれからどんどん厳しくなりますが、これからも皆さまと色々なボランティアを見て楽しみたいですね。



### 「元気に蹴ってボーリング競争！」

真っ赤な紅葉もだんだん枯れてきて、冬らしさが増してきましたね。

朱雀館では、日々楽しいレクリエーションで盛り上がっています。その名も「蹴ってボーリング」です。三メートル離れた場所からボールを蹴ってピンを倒すゲームですが、簡単なようで難しいこのゲーム。思いつき切り蹴っても思っている方向にボールが行かず、ご利用者さまも「そこじゃない」と思わず声に出してしまつ程です。スタッフも利用者さまと対決をしましたが、双方苦戦していました。足の曲げ伸ばしの軽い体操にもなりますのでゲームが終わったご利用者さまは少しお疲れの様子でした。もうすぐ今年も終わりますが、まだまだ朱雀館では新しいゲームを企画させていただきます。風邪などを引かないように皆さままで楽しんで過ごしてくださいませ。

## デイサービス八重桜 押熊

### 「皆さまと一緒に餅つき」

毎年恒例のお餅つき大会を皆さまと一緒にいたしました。石臼での餅つきで、石臼が冷えないようにお湯で温めながら餅つきをします。「よいしょーよいしょー」皆さまで大きな掛け声をかけながらの、賑やかなお餅つきになりました。

杵をつけるご利用者さまには、職員と一緒に餅をついていただき、つきあがったお餅は女性のご利用者さまと職員とで丸めてもらいました。その餅は、おやつ時間に小さく切っしてこのに入れて皆さまに召し上がって頂きます。ご利用者さまの中には、飲み込みを考えてお麩で代用させていただく場合もありましたが、大変喜んでいただきました。甘い食べ物好きな方もあり、お代わりをしたいと思います。方もおられました。

また、鏡餅をこしらえてお正月を迎えるお鏡もちの準備も出来ました。くる年も良い年が迎えられるように。



### 「押熊館のクリスマス会」

今年も楽しいクリスマス会を行いました。

先ずサンタさんが登場して踊りながら歌いました。「上手く、踊ってはるわ。上手上手。」と拍手喝采。次は女性職員によるクリスマスソングのコーラスです。「赤鼻のトナカイ」サンタが街にやってくる」などを美しい声で皆さまと一緒に歌いました。

それが終わると、男性職員の手品師が登場。色のついたコーラがでてきました。それに息を吹き込んで、しばらくすると見る間に無色透明へと変化！これには見学していた皆さまも「えー！どうなるの？さっきまでの黒いコーラの色はどこいったの？」。種明かしは秘密ですといつこと謎のままに終了。いったいどうして色がなくなったのでしょうか。

最後に、クリスマスプレゼントを皆さまにお渡しして、お楽しみのクリスマスケーキを食べて、クリスマス会は楽しく終了しました。



## デイサービス八重桜 平城

### 「クリスマスライブにサンタさんからのプレゼント」



師走に入り、恒例のクリスマスライブでは、お揃いのドレスとキラキラ輝くタンバリンを頭に載せて登場した三人の女性スタッフによる「ライオンダンス」がクリスマスのムードを引き立てます。続いて「きよしこの夜」おめでどうクリスマス」の演奏では、ハンドベルの美しい音色を通じて三人の心が伝わってくる様でした。美しい音色の後は、キーボードの演奏に合わせ手拍子と笑顔を交えて、「赤鼻のトナカイ」「あわてん坊のサンタクロース」などのクリスマスソングを合唱されました。

しかし、皆さまのお目当てはやはりサンタさんからのプレゼントです。お一人お一人に手渡されたプレゼントを笑顔で受け取っておられる方々のお姿は、来年への願いを心の中でさやいておられるかの様で印象的でした。世代は違っても素敵なプレゼントを授けてくれるサンタさんへの思いと幸せを願う心は同じですね。

### 「ハワイアンダンス」

ハワイアンバンド「奈良MELE OHANA」の皆さまによる演奏会が行われました。寒さ厳しくなる昨今、温かい楽園のメロディーが皆さまの心を陽気にしてくれました。ハワイ語で「MELE」とは「歌」、「OHANA」とは「家族」の意味だそうです。「バリの浜辺」「赤いレイ」「Too Young Sweet Heart A-o-ha」を演奏する毎に、二人のフランダサーが衣装を替えて登場します。皆さまも、メロディーに合わせて手や身体で拍子をとって「歌」を通じて「家族」のよつこ「一体となった雰囲気」で盛り上がりました。南国情緒がオリジナルの歌詞やメロディーと見事に調和し耳に快く響きます。最後の締め「故郷」の演奏に至るまで、エキンチックな楽園の雰囲気でのひと味違った懐古を楽しませていました。



## デイサービス八重桜 西奈良

### 「皆さまで盛り上がった餅つき大会」



年末の恒例行事で、大いに盛り上がるのはやはり餅つきですね。昨年も大盛況で、今年も開催を楽しみにされている方が大勢いらっしゃいました。今年はどうかとハードルが高くなっている感じがありましたが、そんな心配をはねのけるような盛り上がりとなりました。入居者さまにも希望される方についていただき、杵を持った方はもちろん全員「思ったより重い」と仰っていました。それでも頑張って振り上げる様子を見て、自然と「頑張れー」という歓声。「よいしょー」という掛け声とともに力強く杵を振り降ろされていました。餅つきの後は、細かく刻んだお餅を入れたおしるこを、おやつとして提供。皆さまご満悦の表情で、あっとい間に召し上がっていました。

### 「日本民謡「扇成会」の歌声」

冬の寒気が身にしみる頃、「扇成会」の皆さまが西奈良館へ民謡を披露しに来てくださいました。

様々な時代を経て、日本各地で人から人へと歌い継がれてきた歌と力強い三味線の音にご利用者さまは聞き入っておられました。日本民謡で最も古いといわれている「こきりこ節」は歌詞を見ながら三味線に合わせてご利用者さまも一緒に歌いました。

歌の合間には、扇成会のメンバーによる海外公演での話や、演目まつわるエピソードを面白くかつ分かりやすく話してくださいさったり、ウクレレを使って、クリスマスに因んだ「きよしこの夜」と「赤鼻のトナカイ」を演奏してくださいました。

最後は三味線に直接触れさせていたたく機会も作ってください、「いやー重たいね。これを持って一時間演奏していたの凄いな」とご利用者さまも間近で見る三味線に感動しておられ楽しい日でした。



社員投稿欄

ひとを大切に

松井 一人



私はこれまで介護業界とは無縁の世界で生活してきました。

八重桜に事務員として仕事をさせていただき、初めて介護の世界を体験し様々な方との関わりのおかげで気が合える毎日です。親族や知り合いで介護サービスを受けている人がいなかったため、介護施設というのに対して漠然としたイメージしかありませんでしたが、八重桜本店にて一年ほど勤務させていただくなかで施設運営の流れやご利用者さまとの関わり方を勉強させていただきました。今年八月下旬頃、八重桜平城館へと異動となり新たに平城館職員の一員として日々精進しております。

自分がご利用者さまやご家族様とお話させていただく時に心掛けていることがひとつあります、それは八重桜が重視している「ひとを大切に」という心がけです。事務員ということもあり面会にこられるご家族様とご利用者さまをみる機会が多く、本当にご家族様を大事にされておられると感じます。その大事なご家族様を、我々八重桜を信頼し預けていただいているということと肝に銘じ、日々良質なサービスを提供することを心掛けていきたいと思えます。これからも皆さまに信頼していただける八重桜を一致団結して実現して参りますので、どうぞ宜しくお願い致します。

馳せ走る 食の匠のひとりごと

鍋スー

西 勝康

本格的に寒くなってきましたね。冬の食事といえは鍋が定番ですが、昔はカツオと昆布で出汁を取って醤油味のすき鍋かポン酢で食べる水炊き鍋が主流でしたが、最近ではバラエティーに豊んでいるようです。

キムチ鍋、ゴマ豆腐鍋、カレー鍋、トマト鍋、味噌鍋、坦々鍋、トムヤンクン鍋等々のスープが

俳句教室発表句

(敬称を略します)

- 餅ついて きな粉をまぶし 村瀬 静
- きな粉で一瞬むせたんですね。でもおいしいですね
- 今年もね 七草粥に 願い込め 植田 和枝
- 今年も元気で過ごせますようにの願いが届きますように
- 今年も みんな集まり 寝正月 明星 明子
- お正月は、食べてねてゴロゴロですね
- お年玉 今年もくれるか 娘婿 深井 ちる子
- 娘婿さんからのお年玉は凄く嬉しいですね
- 雪が降る 心身しみて 転生を 森岡 榮子
- 来世ではどんな人生を過ごしましょうか?
- 湯豆腐の 湯気の向こうに 愛しき人 森岡 榮子
- 幸せなお二人羨ましいですね
- 池の鯉 動き止まりて 初氷り 大城 聖三
- 寒くなって、皆さんゆっくりとなりますね

スープに並んでいます。鍋の具材は買い揃えるのは当然ですが、スープは自分で作るものだと思いますので、お金を出して買うのはもったいないと考えてしまいます。

私は、事業経営に関しては既成概念にとらわれず新機軸を打ち出すことを心掛けています。出せない職人気質が顔を出すようです。それはそれでいいかな(笑)



八重の家通信 20 寿ぎのいけばな

西 裕聖子



お正月飾りの代表的なものとして、門松、注連(しめ)飾り、鏡餅などが挙げられます。これらの正月飾りは、新しい年とともに各家々を訪れて豊穰をもたらす「年神様」を迎え祀るためのものです。

「豊葦原の瑞穂の国」の美称をもつ日本一、五穀豊穰の実りをもたらし、人々に生命力と幸せを与えてくれる「年神様」をお迎えし、

皆さまが健やかで笑顔溢れる素敵な一年となりますよう、華道家の田中俊行氏を招聘し、お正月の花を生けながら、いけばなの歴史や日本人の花への思いを講義いただきました。

室町時代にいけばなや茶の湯、能楽などの文化が隆盛を極め、そのなかで日本の伝統的建築様式である「書院造」が完成しました。この「書院造」における「床の間」の設えがもてなしの花である「たてはな」を生み、伝統を守りながらその時代々々の流行を取り入れ発展し、今日のいけばなの文化として受け継がれています。

講義の終盤、完成したいけばなを前に、皆で『喜びの歌』を合唱し、新しい年を迎える支度を整えました。

道の遊歩

方法は見つかる。なければ作る。

政治家 ハンニバル

あきらめなければ必ず道はある。必ず。

実業家 発明家 豊田 佐吉