

梅や桃に続いて、桜の花も。窓を開けて、花の香りを楽しみましょう。

デイサービス八重桜 本店

「ハレンタインデーのお返しホワイトデー」

本日はホワイトデー！ 本店では午後の行事で、思いを込めてハート型のポンポンつくりに取り組みました。紅白のポンポンをひとつずつ丁寧にリングに通していくご利用者さまたち。「うまくできるかな」「これ形になるかな？」不安ながらも皆さま真剣に手を動かされていました。徐々に形が出来上がってくると、各テーブルから感嘆の声が上がっています。紅白に彩られた綺麗なハートで、フロア内はパアッと明るく彩られました。

最後に完成品のお披露目に皆さまと写真撮影しました。それぞれが作ったハートを手に素敵な笑顔で写真に納まるご利用者さまたち。コロナ禍を乗り越えてのレクリエーションは、素敵な笑顔と皆さまの思いがあふれる素晴らしいものになりました。



「書道教室と俳句教室」

本日のレクリエーションは、春への思いを込めて書道教室と俳句教室です。どちらもご利用者さまには人気の教室で、お昼前からワクワクされている様子。三月ということで、俳句チームのお題には「卒業」や「春一番」、「蒲公英」などの春を待つ言葉が並びました。ごつかなあ、これ入れたら文良くなるかも。ワイワイ話しながら創作されています。また書道チームは真剣なまなざしで、みな半紙に向き合っています。



合って一字一字筆をとられていました。「できました」「これ見て」との声が上がり、拝見すると力作ぞろい。皆さまの書は壁に飾らせていただきました。俳句チームの方は制作に難航したようで、出来上がったのは一句だけでしたが、皆さま一様に「楽しかった」との声を上げておられました。厳しい冬を超え、桜の季節へ。書に込められた思いと共に、素敵な春を迎えられますように。

プロフェッショナル口腔ケアの必要性 西 勝康

口腔ケアの基本となるのは、毎日のうがいや歯みがきを始めとしたセルフケアです。しかし、要介護の高齢者の方などでは、自分の力だけでは十分なケアを行ったり、口腔内の衛生状態を良好に保つことが難しいので、歯科医や歯科衛生士による専門的なケアが必要です。

プロフェッショナルケアの内容とは、

- ① 虫歯、歯槽膿漏の状況を見て適切な口腔内掃除やアドバイスを実施
 - ② 日常的に掃除できない部分のケア
 - ③ 口腔内機能の維持
 - ④ 摂食支援
 - ⑤ 専用洗浄を用いた入れ歯の掃除
 - ⑥ 認知症などで口を開かない方の口腔ケア
- 等介護士では難しい専門的アプローチをします。そしてその目的は
- ① 虫歯、歯周病や感染症の予防

桜の広場

冒頭に申しましたように、

口腔ケアは子供の頃から日常生活習慣として行ってきた歯みがき、うがいのようなセルフケアが基本でしたが、要介護のごされがちですが、要介護の状態になると、歯科医や歯科衛生士の介入による、専門的な口腔ケアが望ましいといえます。

口腔ケアの効果として、口腔内の状態が良好になると、唾液が出やすくなり、咬みやすくなる上に食事も美味しく感じます。さらに飲み込みの機能向上により誤嚥性肺炎の対策にも繋がることから、口腔ケアは全身の健康維持、ひいては生活の質の向上にも関する重要な役割を持つケアと言えます。

デイサービス八重桜 朱雀

「バレンタインイベント」



大切な人に思いを込めて…。
 今年の八重桜朱雀館では、「バレンタイン チョコレートつかみ取り」のイベントを企画させていただきました。四角い箱を用意し、箱の中には沢山のチョコレートを入れていきます。バレンタインなので先ず男性のご利用者さまにチョコレートのわじぶかみをしていただきました。さすが男性の手というところもあり、一回で十六個も取れた方もいました。「おーすごいー」と周りの方も思わず興奮されていました。

ひとつかみで取れたチョコレートを「これは食べていいの？」と言われる方もおられました。

おやつにチョコレートを一つご用意させていただきました、皆さま揃って美味しいと喜んでいました。次はホワイトデーなので楽しいイベント皆さま楽しんでみましょうね。

「ドミノ倒しゲーム」

八重桜朱雀館では、日々楽しくて、少しリハビリも兼ねたレクリエーションをさせていただいています。この日は「ドキドキドミノ倒しゲーム」です。集中力、指の軽い運動にもなりますので、参加されたご利用者さまはかなり真剣な表情です。何十個もあるドミノを各ご利用者さまと連携を取りながら一つずつ慎重に…。指が少し触れただけで、今にも倒れてしまいそうな緊張があります。

一つのテーブルでチームになり、見事完成したドミノは色鮮やかで倒すのが惜しいと言っておられる方も…。そして皆さまが見守る中で遂に倒していきます。「あーもったいない。」と悲しそう表情をされる方もおられました。

軽い指の体操や、集中力を向上させてくれるこのゲームは楽しいと、喜んでくださったの、笑い声と笑顔が絶えない楽しいレクリエーションになりました。



デイサービス八重桜 押熊

「女性にお礼のお返しホワイトデー」



ホワイトデーは、バレンタインデーにチョコレートなどもらった男性が、そのお返しとしてキャンディ、マシュマロ、ホワイトチョコレートなどのプレゼントを女性に贈る日と言われています。この習慣は日本で発生して中華人民共和国や台湾、韓国など東アジアの一部でも見られる行事になったようです。でも昨今の日本では、「友チョコ」や「自分チョコ」「義理チョコ」など贈る理由が多様化してきています。

さて、押熊館のホワイトデーは、男女を問わず全員に柄杓でお菓子を掬って楽しんでいただきました。

「昔のわしらの頃にはバレンタインデーやホワイトデーなんかは、無かったなあ。」とつぶやいておられました。

「屋外の日向ぼっこで早春満喫」

急に温かくなった日差しに誘われて、皆さままで一緒に満開の梅の花の下で日向ぼっこです。この日は寒くもなく、暑すぎもせず、ちょうどいいころ合いの気温で、とても爽やかな空模様でした。

ある方は「久しぶりに外に出てきたなあ。暖かくなってきたんやなあ。気持ちよかったわあ。でも、風が吹くと少し寒いかな。ちょっと日差しが眩しいなあ。」と目を細めておられました。

「薄い春物の服を着ておめかししてみたいわ。この頃新しい春の服を買ったことないわ。」と若いころを思い出されている様子の方も。春は人々の心をウキウキさせてくれますね。毎日、コロナ、コロナで外出禁止、お散歩にも行けませんので、皆さまにとっても喜んでいただきました。



デイサービス八重桜 平城

【春も近づいて庭園でのひと時】



三月に入りようやく春が間近に感じられるようになり、庭園でのひと時を過ごせる季節となりました。今日は午前中の良く晴れた青空の下で、皆さまが庭園での日向ぼっこを楽しまれました。春の花々が咲くにはまだ少し早いです。陽射しが心地よく春らしい朝の清々しい微風が吹いています。毎年、春先や秋口になると中庭のペランダに腰掛けて、合唱したり、コーヒーを飲みながら談笑したり、目の前を通る電車に手を振ったり、昨年の父の日には、李香蘭に扮した男性介護員がお父さま達お一人一人にプレゼントを差し上げましたね。思い出や親しみを感じるこの庭園でくつろいだ後は、スタッフと一緒に中庭一周の散策が始まりました。散策を終えて戻って来ると、他の皆さまの拍手でのお出迎えに、手を振ったり、少し照れくさそうな笑顔で応えておられました。

【ハラハラ、ドキドキのトランプゲーム】

今日のレクは、トランプで「ジョーカー抜き取りゲーム」です。同じ枚数のカードを持った参加者が、順番に左ごなりの人のカードを一枚引いて、同じ数字のカードが二枚揃ったら捨てていく、というルールです。手持ちのカードを捨て終えた人から勝ち抜けしますが、カードの中に一枚余分にジョーカーが入っていて、それを最後まで持っていた人が負けとなります。「昔やったことがあるけど、覚えてるかな?」などのお声も聴かれましたが、テーブルを囲んで、スタッフも参加してのゲームがスタートしました。最初にカードを引いて、幸先よく二枚そろったカードが見つかりました。でも、一巡して「何気ない」表情をしたスタッフからジョーカーを引いてしまい、結局最後まで、ジョーカーはその利用者さんの手に残ってしまいました。勝ち負けに関係なく、数字が揃った様にと願いつつ、ジョーカーを引かない様にとハラハラドキドキの楽しいひとときでした。



デイサービス八重桜 西奈良

【祝百歳ハースデー!】



やわらかな春の日差しがうれしい季節になりました。西奈良では満百歳を迎えらるるご利用者さまの誕生日会を盛大にお祝いしました。はじめはお名前をお呼びしても「何かあるの?」と不思議そうな顔をされるので「ご年齢を伝えると「へー! 百歳かー」と豪快に笑われ、「ありがと」と一言。しっかりとした顔つきで八キ八キとお話される姿に、他のご利用者さまから「百歳には見えないわ」「本当に若々しい」と声が上がりました。

【ジュリーからのホワイトデー】

奈良市長からいただいた「お祝いのごとび」を職員が読み上げてお渡しすると、賞状を上に掲げて笑顔を見せてくださいました。職員のウクレレに合わせて、誕生日の歌をプレゼントしました。体操にも毎日しっかり取り組まれ、習字が得意なご利用者さま、これからは西奈良で楽しく元気に過ごしてくださいね。

バレンタインデーが終われば、一か月後の三月十四日はホワイトデーです。男性が女性にプレゼントのお返しをする日ですね。西奈良館ではそんなホワイトデーに、職員によるウクレレ演奏で皆さまに楽しんでいただきました。懐かしい歌などを口ずさみながら、ウクレレの優しい音色に包まれていました。その後は、ジュリーこと沢田研二のお面を被った男性職員が、女性の皆さまにカラフルなエコバッグのプレゼントをお届け。皆さま「ジュリーや!」「こっちはいいこと、お面をつけただけの非常に簡単な変装にも、笑顔いっぱい喜んでいました。そして、おやつはフルーツ乗せロールケーキを召し上がっていただき、心もお腹も満たしていただけたかと思えます。



社員投稿欄

我が子

橋本 綾香



私には大河(4歳)と大和(1歳4ヶ月)の息子がいております。とても可愛いです。(笑)
大河は、初めての子供であり、初めての経験をたくさんさせてもらいました。本当に何もわからないままの育児がスタートし、毎日戸惑いだらけでした。赤ちゃんだった大河がもう4歳だということに驚きます。

大和が産まれるまで、パパとママ、おもちや、全て独り占めだった大河に弟ができ、きつと沢山戸惑ったと思います。たくさん我慢もしてると思います。

でも時間というものはすごいもので、今では、好きなテレビを観ていても、大和がぐずると機嫌が良くなる音楽のチャンネルに変えてくれたり、泣いていると、「なんでないてるのかな？」と一緒に考えてくれるまで成長しました。

保育園の帰りに珍しく後部座席が静かな日がありました。見ると大河が大河の手を握ってあげてくれて、2人で寝ていました。とても心が温かくなりました♡
2人は日々、新しいことに触れ合い、挑戦しています。

馳せ走る 食の匠のひとりごと

西 勝康

出前

新型コロナウイルスの感染拡大は、人々の生活のあり様に影響を及ぼしています。不要不急の外出は控えようということで、家に引きこもるような生活が続いています。生活の潤いでもある外食の楽しみも取り上げられています。そこで多様な料理の宅配が盛んになっています。ピザや寿司なんかが思いつきますが、今や本来デリバリーを扱っていなかった街中のお

店も「出前館」「Uberイーツ」に登録すれば、配達してくれる人が用意されているので参加できるお店も増えています。
そもそも「出前」文化は、日本では他国に比べて抜きん出た、その歴史も古く江戸時代中期には盛んに利用されていたようです。そば、うどん、寿司のみならず、アサリ、青菜、鮮魚のような食材から金魚や朝顔のような趣味のものまで移動販売されていました。今様のデリバリーも

俳句教室発表句

(敬称を略します)

春伊吹 鳥さえずりて 梅の花

大 城 聖 三

温かい春全てが嬉しいですね

今年 は かなしき哉行けぬ

修二会

コロナ禍で今年も残念ですね

高 橋 春 江

いそいそと はかま姿の

卒業生 倉 司 寿 代

先生をされていた時を思い出しますね

薄氷 指でつついて 割る楽しさ

森 岡 榮 子

子供の頃の楽しみの一つですね

ホワイトデー 三倍返しだ

ヴフフフフ 溝 口 ナミ子

世の男性は大変ですね

こころの遊歩道

窓あけて

窓いっぱい春

種田 山頭火(俳人)

入居者さま寄稿欄
感謝を込めて 津田 千代子
私は、四国愛媛県八幡浜市から奈良へ来まして、此の立派なデイサービス併設の八重の家に、お世話になっております。私の子供は三人とも奈良におりまして、主人が亡くなり年寄り一人過疎地にいるのも心配だから奈良へ出て来なさい、面倒を見るからと言ってくれました。私も何十年も住み馴れた田舎を離れて都会へ出て来るとは容易な決心では有りませんでした。息子夫婦、子供に頼るしかありませんでした。息子夫婦の所にお世話に成っていました。家庭に事情が出来て、八重桜本店に令和三年二月一日から六月三十日まで、お世話になっていました。七月一日からは「L・ファミリーモア八重の家」でお世話になっております。新築で、ミニキッチン、エアコン、照明器具、トイレ、洗面、収納、ナースコール付きのとても良いお部屋です。人に気をつかわず自分でなんでも出来、自由に暮らさせていたでいて、居室確認も職員様が廻って来られ「困ったこと有りませんか？」と優しく声を掛けていただきます。そして午後の熱しらべにまでコールがかかります。朝は、血圧と熱を測って記録してください。食事場所のレストラン桜では、朝早くからいろいろなメニューを工夫されて、三度の食事を楽しませても嬉しいです。お洗濯も自由に出来て、お風呂は髪も洗っていただいで有難いです。毎月のカレンダー作りや、リハビリ体操、お絵ぬり、カラオケ、ゲームなども楽しく、毎日が楽しみです。
お医者様の往診も月二回もあり、薬等も看護師様にお世話していただいでいます。事務所様や優しい職員様は二十四時間見守ってください。コロナの感染にもとても気を配られ、一生懸命守ってください。
私もこちらの環境に馴れないといけないと思っている間に、はや九ヶ月目になりました。職員様に温かく見守られ、他の入居者様も優しくお声を掛けてくださる、良い人達ばかりで有難く、感謝しながら八重の家で楽しく暮らさせていただきます。今後ともよろしくお願いたします。