

謹んで新年のお喜びを申し上げます。

今年もスタッフ一同、全力で皆さまの暮らしをサポートいたしますのでよろしくお願い申し上げます。

デイサービス八重桜本店

「餅つき大会」



クリスマスが終わり、冬の寒さがより厳しさを増すこの時期。年末を感じる行事といえば、餅つきです。今年にはコロナ禍のご時世を考慮し、職員が餅つきを行い、ご利用者さまには応援していただく形で実施しました。杵と臼を前にわくわく感が高まる中、蒸したのもち米が臼の中に入っていくよよスタート。べったん、べったん。よいしょ。息ひつたりの二人による餅つきはリズムカルに進み、あつという間においしそうなお餅がつきあがりしました。このまま第二弾へ突入。べったん、べったん。絶対成功させよつね。年末に流行した漫才のネタよろしく、皆さまの応援のおかげで二回目も大成功。つきあがったお餅はさっそく丸めて、その日のおやつに。つきたてのお餅を使っただせんざいと皆さまにふるまわれ、喜びの声と笑顔とともにおいしくいただきました。

「リハビリ」

八重桜のリハビリメニューの中で、特に人気が高いのがレッドコードを使用した機能訓練運動です。まずは足から始めて前屈を十秒。左右それぞれで前屈を十秒ずつ。開脚運動をゆっくり五回。最後にまた前屈。足の次は手に持ち替えて足と同じ動きを進める、という流れです。

この日も、皆さま真摯に取り組まれ、ご自身が伸ばせる限界まで手足を動かして運動されていました。通所利用の皆さまは運動機能が残っている方が多いので、メニューの最中にご自身で動きを追加される方や、新体操の選手みだいに足を揃えてピンと伸ばされる方も。メニューがしんどい方も、自身ができる範囲で精いっぱい取り組まれています。これからも様々なメニューを試しながら、機能訓練を通して、残存機能の維持やできることが増えていければよい一層の喜びです。



保険外介護タクシー

西 勝康

創業二十周年を迎えた二〇二〇年四月のブルームレター巻頭言で「創」という漢字は「刃物による傷」というのが本来の意味と書きました。だから何かを新たに始めるといふことは傷を負うリスクを覚悟せよということになり「何かを始める、つく」という意味に転じたこと述べていました。

今また、それなりの覚悟を持って取り組もうと考えていることがあります。高齢者の方々の買い物、外出支援に関することです。

桜の広場

「買物難民」という言葉があるように日常の食料や家庭用品の調達が困難になってきている高齢者が増えています。原因は、地域内のご近所にあつたような小売店の廃業などで、歩いて行ける範囲にお店がなくなったり、高齢化によって自動車の免許を返戻して移動手段を失ったり、公共交通機関が減便したり等です。超高齢化、人口減少の続く日本においてはこの傾向は加速することになるでしょう。そこで介護タクシー事業を始め

ることを決断しました。そもそも介護タクシーは訪問介護サービスの身体介助の一種としてあり、病院や市役所等へのタクシーでの移動時の乗降介助に利用されています。但し介護保険の適用を受けるためにはケアプランに位置づけられる必要があります。従って、思いついた時にすぐには利用できません。そこで介護保険適用外サービスとして基本的には一般タクシー同様の使い方もできるようにしています。勿論私たちが利用対象としているのは要支援・要介護認定者や身体が弱った高齢者の方々で、日常的な買物はもとより理美容院やレストラン等のご用向きの所への移送サービスを考えられています。

生活支援の一環として高齢者の、特に独居の方の閉じこもりを防ぎ認知症の予防にも役立つべく、だからこそ割引クーポンの発行などで運賃負担の軽減策や他の付加価値も考え合わせて地域に定着させようとしています。令和五年より始めます。どうぞ、ご利用ください。

デイサービス八重桜 朱雀

「クリスマスハンドベル」

すっかり外も寒くなり冬本番になりました。「冬至」という事でこの日は袖風堂でした。柚子のほのかな香りに皆さま大変喜んでおられました。

さて、柚子の香りに身体もポカポカと温かくなり美味しいお食事も召し上がり少し眠そうにされておられる方もいましたが、今日のイベントは「クリスマスハンドベル」を企画しました。ご利用者さまは真っ赤な帽子をかぶり指揮者の指示のもと、ご利用者さま八名を三組に分けて音楽を奏してくださいました。自分の担当の音符を忘れて間違っ鳴らされる方もいました。

曲目はキラキラ星です。指揮者の指示通りにしっかりとハンドベルを鳴らされる姿に感無量になりました。全ての組の演奏が終わると同時に皆さまの笑顔と拍手が朱雀館を包み込み、冬の寒さも吹き飛ばすような楽しい一日となりました。



「餅つき大会」

クリスマス会も終わりのよいよ今年も残りわずか。この日は今年最後の一大イベント餅つき大会を開催しました。席を移動させてフロア真ん中にブルーシートを敷いて石臼を設置し、餅米が蒸しあがるまでの時間はご利用者さまに来年の抱負をお聞きしました。元気に歩けるようになりたい、風邪をひかずに元気に過ごしたいなど色んな抱負を語っていただきました。



いよいよ蒸しあがった餅米の登場です。石臼にいろと同時に真っ白な湯気とほのかに香る餅米の匂いがします。良い感じにほぐし終わり、まずは施設長から搗き始めます。「よいしょー」と皆さまの元気な掛け声がフロア内を包み込みます。搗き終わったお餅をご利用者さま全員にご覧いただき、鏡餅とぜんざい用の小餅を作りました。来年も皆さままで沢山笑い、楽しい一年にしたいと思えました。

デイサービス八重桜 押熊

「手作りおやつの日」

押熊館では毎月のお楽しみ企画として、「お楽しみランチ」や「手作りおやつの日」を設けています。ご利用者さまに「食べる事への喜び」を感じていただけるように、職員がアイデアを出し合い、皆さまの嚙下状態に適したものを工夫して提供させていただいています。

この日は、ちよっとカフェっぽい気分を楽しんでいただけよう、紅茶とパンケーキのセットをご用意いたしました。パンケーキのデコレーションはご自身でいただけます。フルーツをトッピングしたり、ホイップクリームやヨーグルトをかけたりと、材料をご自身のお好みで選んでいただくことで、美味しさも倍増したのではないのでしょうか。「おいしかったわぁ」「うちそうさま」、ご利用者さまからのその言葉がとても励みになっています。



「クリスマスの準備」

師走に入り、一気に冬の気候になりましたね。ご利用者さまのフロアからは「あと一か月で今年も終わりのやねえ」という会話が聞こえてくるようになりました。押熊館では、十二月に入ると早々にクリスマスの飾り付けに取り掛かります。クリスマスツリーの飾り付けは、指先のリハビリを兼ねてご利用者さまに担当していただきました。皆さま「こっちはがええかなあ」「これも付けたらどう？」など、



和やかに相談されながら取り組んでくださいました。フロアの天井には、色画用紙で作られたクリスマスリースがすうらり。こちらの飾り付けは背の高い男性職員にお任せあれ。いつものデイサービスフロアがクリスマスモードに変わっていく様子を、皆さまとても楽しんでご覧になっていました。

デイサービス八重桜 平城

【クリスマス会】

今年もクリスマス会の季節がやってまいりました。今回はご利用者さまと職員でクリスマスパフェを作りました。ご利用者さまに使いたい食材をお好きなようにトッピングしていただきます。カスターラにホイップクリーム、イチゴを乗せたり、アンコを乗せたり、アイスクリームも乗せちゃいました。皆さまそれぞれに、個性的なお好みのパフェの出来上がりです。カップからはみ出るくらいに盛り付けられる方もおられましたよ。乾杯の合図でパフェを食べるつもりでしたが、待ちきれないご利用者さまは乾杯する前に食べきってしまった。クリスマス会の締めは皆で楽器を持ち寄り「シングルベル」「きよしこの夜」をサンタクロースとトナカイに扮した職員と一緒に合唱をしました。皆さま素敵な笑顔で、今年も楽しいクリスマス会が開けられました。



【野球盤ゲーム】



身体を動かすレクリエーションが大好きな平城館のご利用者さま。今日は初めての競技を行いました。その名も「野球盤ゲーム」です。野球盤と同じように、テーブルの上でバットに見立てたペットボトルで球を打っていたら、点数の書かれた箱に球を入れて点数を競います。初めてのゲームなので最初は戸惑いも見られましたが、慣れてくると「入った」「ナイスヒット」「おしい」などの様々な歓声が上がります。あまり上手くないかなかったご利用者さまからも「もう一回やらせて」と再チャレンジのリクエストをいただくなど、皆さま、楽しくゲームに打ち込んでいただけたようでした。今後も、時には目新しいゲームを工夫して、ご利用者さま方に楽しんでいただきたいと思います。

デイサービス八重桜 西奈良

【クリスマス会】

一年で街中が一番きらきら輝く月、十二月。西奈良館もひと月前から玄関からトイシまで、クリスマス飾りでいっぱい。前日には皆さまと歌の練習も行って、準備を万端整えて二十五日のクリスマス会を迎えました。

会の最初は、司会者がプレゼントにまつわる思いつきを語り、続いてスタッフによるハンドベルの演奏（なんと開始五分前に練習をしたのです）。歌が大好きな皆さまは自然に歌い出しました。そして伴奏付きで「シングルベル」「赤鼻のトナカイ」等のクリスマスソングを熱唱いただき、熱烈的アンコールにこたえてハンドベルでもう一曲。

最後は、サンタクロースからプレゼントをもらい、手作りケーキを食べべて皆さまは笑顔、笑顔。スタッフも皆さまからプレゼントを頂きました。



【突いてボール入れ】

朝の寒さが身にしみる季節がやってきました。今年は四年に一度のサッカーワールドカップが開催され、ベストを尽くす日本選手達の姿に大きな感銘を受けました。今日は次のワールドカップでの優勝を願って、職員が考案した「突いてボール入れ」ゲームをしました。

棒をサッカー選手に見立てて、点数付きの牛乳パックの箱にボールを入れます。テーブルサイドにはボールが落ちないように、他の国の選手達の写真を設置しました。まるで雰囲気はPK戦の様で、高得点を目指すご利用者さまはどこか緊張気味。高得点が入ると、ゴールしたかのようになり大きな歓声が上がりました。職員もチャレンジしてみました。これもまた難しい事。気が付いたら職員の方が夢中になっていました。



十年を過ぎて思うこと

木下 雄介



介護の仕事始めて十年、八重桜では三年程夜勤専従の職員としてお世話になっていきます。

経験が長くなるにつれ、技術面が向上したり経験則から危険を事前に察知できたりしますが、その一方でコミュニケーションにおいては人相手のためいつまでも難しいと感じることがあります。

また、同僚に対しては仕事を教えることもあるので自身の知識や経験が役に立つのが嬉しく思います。人に何かを教えるという事は難しいことですが、それが職員にだけでなく利用者さまに対してもいい影響を与えるところもまた教えてよかったと思えることです。

何か人の役に立てるのが介護という仕事の一番いいところだと思います。「介護とは人間らしい人生を送る手助けである」と研修で聞いたことがあります。自分は夜勤帯勤務なので特に怪我無く過ごせるよう安全に安眠できる環境を、と思い勤務にあたっています。

の道
3歩
こ遊

「寒いね」と話しかければ

「寒いね」と答える人のいるあたたかさ

俵 万智

俳句教室発表句

(敬称を略します)

赤いセーター 一緒に行った 東大寺

片桐 賀子

若いころに、デートに行ったんでしょとか

年の暮れ 男女で競う 紅白よ

高木 静江

紅白歌合戦が楽しみですよ

幼き日 恋したあの子に セーターを

西川 愛子

手編みのセーターが良いですね

あれおかし 去年のセーター入らない

溝口 ナミ子

わたしもよくあります

年の暮れ 八重の庭にも 春よ来い

吉田 章

春が待ち遠しいですね

雪こんこ 重ね着セーター 雪だるま

津田 千代子

まんまるな雪だるまが思い浮かびます

クリスマス 孫の顔見る プレゼント

小泉 和男

サンタじいじの登場ですね

セーターの 網目にたくす 恋の糸

清水 善治

冬の甘い恋の気持ちを糸にのせている様子が浮かびます

初雪に手袋はめて 雪だるま

石倉 信雄

雪が降ったのが嬉しくて、外に遊びに出掛けた少年時代を思い出します



八重の家通信 28

皆さま、昨年はどんな一年でしたでしょうか？コロナ禍で色々な制限があり大変であったと思います。個人的には一年という期間はあっという間でした。皆さまはいかがでしたか？

八重桜では毎月「桜塾」という職員の勉強会があります。毎月色々な議題に沿って勉強をさせていただいています。昨年最後の議題は「今年の反省と来年の抱負」を一人一人考えるところでした。毎日の日々の中で皆さまへの対応はどうであったのか？もう少し出来ることはなかったのだろうか？皆さまからはいつも感謝の言葉を頂いたりしますが、その中でお仕事をさせていただき、私達はもっと皆さまに寄り添いながら、皆さまの幸せのためにさらに頑張っていきたいという思いは職員共通の目標でした。皆さま本当に一年間どうも有難うございました。そして今年もどうぞよろしくお願いいたします。

馳せ走る 食の匠 のひとりごと

おせち料理のいわれ

西 勝康

「数の子」は子宝と子孫繁栄、「田作り」は五穀豊穡を、そして「黒豆」は無病息災を願ったものというのは大方向の人がご存知ですよ。余り知られていないのは、「たたきごぼう」は地中深くに根を張るので家族・家業がその土地にしっかりと根を張って安泰にと願うもの。「栗きんとん」は金銀財宝を意味し、金運を願うもの。「伊達巻」は巻物(書物)に似た形から文化・学問・教養を持つことを願ったもの。「海老」はひげが長く腰が曲がっている様子から長寿を願ったもの、また脱皮をくり返すことから、出世を願ったものなど。おせちはお正月に最初に食べるものなので人々の様々な願いを込めているのですよ。日本人の文化の高さがうかがえます。