

ご利用者さまのおかげで、毎月 Unicef (ユニセフ) へ寄付をさせていただいています。

9月の寄付額 33,500円

累計金額 99,500円

十一月は霜降月、冬が始まります。

寒暖差は体の不調を招きますので、服装を工夫しましょう。

## デイサービス八重桜本店

### 【運動会】

秋と言えばスポーツの秋。今年も八重桜運動会の季節がやってきました。今年は通所チームとロングステイチームが白組赤組に分かれて、全員本気の運動会になりました。まずは全員でお玉リレーをお玉を使って隣の人にボールを渡していきますが、落としたり持ったままの方がいたりとおバニング続出。壮絶なデッドヒートの末軍配は白組に。第二競技の玉入れは三回戦行きます。こちらもお接戦になり、両チームで六十個以上入れるという白熱した試合はまたしても白チームに軍配が。本気で悔しがる赤組を横目に、白組は連勝に歓喜の声を上げていました。



第三競技の職員による障害物競走では、五回戦を四勝一敗で赤組が勝利しました。ラストの綱引きも白熱し、勢い余って綱ごと引きずられる職員も。皆さま笑顔のまま終わった運動会はトータルポイントで白組の勝ちに終わりました。

### 【アルペジオ】

秋の調べに懐かしの曲を、本日のレクリエーションはアルペジオさんによる演奏会を行いました。ピアノ四台とドラムの編成で懐かしの歌謡曲を演奏していただくこと、ご利用者さま、職員双方より感嘆の声が。「上を向いて歩こう」から始まり、ご利用者さまが懐かしむ音楽が続きます。途中途中では音に合わせて皆さまで歌うコーナーもあり、ご利用者さま皆さま楽しんで口に口ずさんでおられる様子も。何曲目かのハンドベルによる演奏は、音が重なり合うハーモニーが耳に心地よく、よく聞く曲でも新たな一面を見た感じがありました。



八重桜本店はカラオケや音楽好きなご利用者さまが多く、歌のボランティアさんも多数来ていただいております。その中でも今回はいつもと趣向が違ってまた新たな音楽の魅力を見せていただきました。

## 二〇二四年度介護保険法改正②

西 勝康

## 桜の広場

- 「通所&訪問」新サービスの創設が来年度に予定されています。制度詳細の公表はまだありませんが制度設計を巡ってはさまざまな論点があります。
- ①報酬体系 ②専属ケアマネージャーの配置の有無
  - ③定員数 ④ヘルパー資格の要否 ⑤人員配置
- ①報酬体系については包括月額制になるようですが、そうすることでご利用者さまに対しては柔軟で臨機応変なサービス提供が可能になります。一方、事業者に対しては既存の訪問と通所サービスを個別に提供するよりメリットが見込める点数、加算を設定する必要がありそうです。そうすれば参入促進につながるでしょう。
- ②専属ケアマネージャーの配置の有無は小規模多機能型居宅介護の伸び悩みの原因でもあるので、外部のケアマネージャーで可とすべきでしょう。
- ③定員数については非常に重要な点だと思います。小規模多機能型居宅介護のように定員、登録者(契約者)の双方を限定するのにか？もし
- くは一般のデイサービスのようか？定員数だけを決めるのか？定員数は採算性に大きく関わってきます。事業者はメリットがなければ参入は進みません。ヘルパー資格の要否について、そもそも訪問介護従事者は初任者研修終了者以上である必要があります。ただコロナ禍において特例として通所の利用を制限せざるを得ないご利用者さまに対して無資格の通所従業員でも訪問サービスが許されたこともあって、複合サービスの訪問は資格を問われないかも知れません。しかし既存の訪問事業との整合性は問われることになりそうです。
- ⑤人員の配置基準については人員の増員やオペレーションが必要になる可能性が高い。普及には負担の少ない基準の設定が求められます。
- この新サービスを始める以上、ご利用者さまにとっても事業者にとっても「利」がなければ充分な成果は期待できないことを念頭に置いて必ず成功させなければならぬと思います。即ち、背水の陣の覚悟を持って制度設計にあたっていただきたいと思います。

## デイサービス八重桜 朱雀

### 【秋の味覚みつけ】

暑さも和らぐ季節がやってまいりました。ご利用者さまに季節を感じていただきたく、レクリエーションの「秋の味覚みつけ」を開催させていただきました。その内容は、新聞紙の山の中から秋の果物(紙で作ったサツマイモ・リンゴ・葡萄・柿)をスコップですくって籠にいれていただくというゲームです。時間制限は一分間、一対一で競い合って果物を多く採った方が勝ちという内容です。対戦中はご利用者さまや職員応援が飛びかい、皆さまが一丸となり取り組む姿が観られました。勝つためにアドバイスが飛び交い、とても活気がありました。また、秋の果物を観て秋を感じていただけたことでしょう。これからも、ご利用者さまが心を一つにして、また季節を感じていただけるレクリエーションを考えて実施していきたいと思っております。



### 【運動会】

秋恒例の運動会を開催しました。今年は、紅白玉入れ・パン食い競争・綱引きの三種目です。競技に先立ち、ご利用者さまを代表して二名の方に選手宣誓をしていただきました。紅組と白組に分かれて競う紅白玉入れでは、一生懸命に玉を入れる皆さまの姿が見られ、白熱した展開が続きましたが赤組が勝利しました。続くパン食い競争は、車椅子に乗ってパンに食いつきます。ご利用者さまと職員も必死になります。なかなかうまく取れません。フロアからの応援と盛んな拍手のおかげでゴールに辿り着きました。最後は、職員による綱引きです。ご利用者さまの熱気に負けじと職員も力いっぱい綱を引き良い勝負ができました。最終結果は白組の優勝となりましたが、紅組もよく健闘しました。何よりも皆さまと協力できたことが良い思い出です。皆さまがさらに親睦を深められるように来年もスポーツの秋を楽しみたいと思っております。



## デイサービス八重桜 押熊

### 【本格！屋台の輪なげ】

今月初めてレクリエーションとして取り入れた輪なげに、皆さまで挑戦しました。八月の夏まつりにもゲームの一つとして参加していただいています。夏まつりの時にはなかなか上手く輪を投げることもできないとおっしゃる方や懐かしいと言った方もいらっしゃいましたが、今回はゲームとしてみなさん楽しんでいただきました。場所によって点数がちがうので、みなさん高い点数に輪を投げていらっしゃいましたが、入ると大喜びされ、入らなければ悔しがられていました。



周りについて他の方々も手をたたいたり「がんばれえー」と声で応援していらっしゃいました。ご利用者さまの中にも負けず嫌いな方がいらつしやい負けじと思っばかりにどんどん身体が前に出てしまい、スタッフから心配の声が聞かれました。今後輪なげにみなさんで挑戦されるので、できるだけ高い点数をとり勝ってほしいと思います。

### 【運動会】

今年も押熊の運動会を開催しました。前日から準備していると「明日は運動会なん？」「何をやるのかな」と楽しみにしていらっしゃいました。当日は、職員の選手宣誓から始まり二種目は綱引き、三種目の玉入れまで紅組白組一進一退の攻防が続く、四種目の風船おくりは同点引き分けでした。四種目の職員によるキャスター付きイスリレーも引き分けとなり、勝敗の行方は最終種目の借り物競争までもつれ込みました。職員とご利用者さまで行ったこの競技、それぞれ風呂の力や車イスに付けていらっしゃるぬいぐるみ等をお借りしてゴールへと向かいます。果たしてその結果は…赤組と白組は仲良く同点に終わりました。来年こそはと思いつながらにも楽しんでいただけていました。



## デイサービス八重桜 平城

### 「飛んで飛んでホーリンワン！」

今回のOT監修レクリエーションではピンポン玉をかごに入れる競技をしました。ただピンポン玉を投げるのではなく、パネの力を使いボールを飛ばす装置を作り、それを使ってピンポン玉をかごに入れてもらい得点を競いました。大きなカゴは十点、小さなカゴは百点の設定です。力の加減が難しく、微妙な調整でボールの飛ぶ距離が変わるので慣れるまでは難しく、ご利用者さまも最初は悪戦苦闘され、悔しがる方が殆どでした。しかし、直ぐに小さなカゴにもボールが入るようになられ、「やったあ！入った！」などご利用者さまの大きな声も聞こえ大変盛り上がりました。また機会があればルールを変えてご利用者さまと楽しみたいと思います。



### 「パン食い競争」

「今年は運動会をしたい」という職員の発言から…なぜか今年はパン食い競争をする事になりました。パン食い競争って知っているけどした事のない人が殆どではないでしょうか。ご利用者さまもされた事がない方が多かったです。ルールは、棒に吊られたパンを手を使わずに口だけで掴んでゲットするといったものです。またゲーム性を高めるためにローラー付きの椅子に座っていただきました。皆さま、最初は恥ずかしくて全然参加していただけませんでした。職員がお誘いしてやっと参加いただき、他の方もどんどん参加してくださいました。皆さま、大笑いされ、ティフアアが歓声で揺れる程でした。またいつもお世話をしている顔なじみの職員も参加して、皆さま終始笑顔で喜ばれていました。ご利用者さまからは帰り際、「来週は何吊つてやるのか？」など声を掛けていただきました。大盛況でしたので、毎年恒例イベントにしても良いかもしれませんね。



## デイサービス八重桜 西奈良

### 「運動会」

秋と言えば、食欲の秋や読書の秋と言われますが、それよりも運動の秋！運動会を西奈良館で開催しました。定番の玉入れから始まり、次に風船バレー。この二種目はご利用者さまにも参加していただき、紅組と白組の一進一退の大接戦。皆さまとも力の入っている様子で取り組まれていました。その後は職員による大縄と、障害物競走。大縄はなかなか上手く行かず、職員の連携不足が晒されました。お恥ずかしい。障害物競走は全員息が上がるほどハードな内容でしたが、「頑張れえ！」と皆さまが熱い声援を送ってくださいました。かなり盛り上がりを見せた運動会で、普段はレクリエーションにはあまり参加されない方も始まる前から待っておられたりして、疲れもありますがそれ以上に充足感のある時間となりました。



### 「フリースローゲーム」

秋晴れの陽気が心地よい頃となりました。本日は西奈良で人気ゲームのフリースローゲームで身体を動かしました。

フリースローゲームの人気理由は、ルールが簡単であり、一人五回ボールを投げる事が出来るので、「参加できた」と満足感が得られる所です。また点数や、カゴの置き方もその日によって違うので「今日のフリースローはどんなルールになるのだろうか？」と心が弾みます。

ボールの投げ方もそれぞれであり、慎重に一球一球投げる人もいれば、確実に入る所にいれる人、逆に得点の高い所を指す人等もおられます。ボールがカゴに入ると皆で喜び合い、入らなくても「ガンバレ！」このカゴならボール入りやすいよ！と応援が入るのでご利用者さま同士の交流が深まるゲームです。また次も楽しませようね。



義父との同居

樋口 さくら



私が夜勤専従という働き方を選んだのは、義父との同居がきっかけでした。義父には軽度の認知症があつたのです。主人が日中働いているので、私が日中家にいる時間を作らないようにしました。

いざ同居してみると想像していたより認知症が進んでいました。排泄の失敗は日常茶飯事、賞味期限切れの食べ物をもつたいたないからといつまでも隠し持っていたり、夜中に冷蔵庫の食べ物を食べ漁っていたり、通販で購入した未開封の健康食品や軟膏等が、タンスの中に大量にありました。私達が処分するように説得しても聞き入れてくれることはなく、言い合いになることもよくありました。また、妄想も強くなり、買つてもいない宝くじが当たつたと何故か銀行に電話をしたり、次第に時間も理解できなくなり、深夜に「おはよう。朝ご飯まだ？」と起きてきたり、食事を食べたばかりなのに「ご飯食べてない。」と催促したりするようになりました。

ですが、同居はそれほど長く続きませんでした。私達も大変でしたが、住み慣れた家を離れ、全く違う環境の中で生活しなければならなくなつた義父は、もつと大変で辛かつたに違いありません。義父の持病が悪化し二ヶ月程の入院の末、亡くなってしまったからです。私達は今になってあの時もつこうしてあげれば良かった、こういうやり方もあつたんではないかと話をし、後悔しています。ですので、仕事では入居者様に寄り添い、後悔の残らないように支援していければと思つています。

俳句教室発表句(敬称を略します)

軒先に 大根干して 日々細る 磯野弘子
日本の冬をゆつくりと味わいましょ
初雪や 生駒山にも 薄化粧 大城聖三
冠雪は壮大で綺麗ですね
だんだんと 日暮れるの早い 田中鶴太郎
冬支度しないとダメです
扉開け 鮮やかな山茶花 廣川菊代
目が覚める
玄関に咲く山茶花がお好きだったようです
立冬や 朝の冷気に 矜立てる 大瀧欣子
少し寒くなった朝の光景が目につかびます
紅葉の葉 鮮やかにうつす 初霜かな 塩見尚登
鮮やかな赤色、黄色と紅葉の綺麗な季節がやってきましたね

こころの遊歩道

新しい自分が見たいのだ 仕事する

陶芸家 河井 寛次郎



八重の家通信 38 良質な睡眠を

「ハーブティー&アロマテラピーの効用」という講座を開きました。場所は、L・ファミリーモア八重の家、講師は西裕聖子さんです。季節の変わり目を健やかに過ごすには、ハーブティー&アロマテラピーを用いて、睡眠のお話をしてくださいました。

心を落ち着かせたいときにおすすめのハーブのハーブティーを飲むこと。淹れ立てのハーブティーのリラックス効果はどれも抜群です。特に、カモミールティーは穏やかな鎮静作用で知られ、寝つきをよくするために就寝前にカモミールティーを飲む人も多数おられるということです。



お話しの際はポプリ作りをしました。ハーブの女王と呼ばれるラベンダーをベースに、ヒースや虫よけ作用があるレモングラスを混ぜて、ドライフラワーにオイルを添加して完成です。皆さま、お土産に持って帰り、枕元や玄関に置いて利用されたようです。今回の講座はとても好評でした。



認知症予防あれこれ ⑦ 誰もが暮らしやすい社会

藤村 俊城

私が好きな言葉の一つに「子供叱るないつか来た道、年寄り笑うないつか行く道」というものがあります。私が考える暮らしやすい社会とは、失敗しても周囲がそれを理解し受け入れてくれる社会です。ここが認知症予防の本質だとも考えていますが、記憶障害があつても感情は蓄積されていきます。不快感情が蓄積すればそれが爆発し、感情的な行動が現れ状態は悪化します。

認知症の教科書のような書籍は大量に販売されており、その内容は概ね正しく原則論でしょう。しかしそれを二四時間三六五日実践していくことは認知症患者さんご家族様には難しいと思います。認知症を患つた方は外的な事を言われる時もありますが、ご家族様にはまず、ぜひご本人様の行動を受け入れ、犯罪にならないのであれば許してあげて欲しいのです。風邪をひいている子供に「熱なんぞ出してっ！情けないわね！」とは言わないはずですよ。