

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。

10月の寄付額 29,500円

累計金額 129,000円

厚い雲が空を覆い、冬の気配が深まります。

寒い夜に布団の中の暖房器具はありがたいものですが、低温やけどにはお気を付けください。

## デイサービス八重桜本店

### 「リーベのドッグセラピー」



本店の大人気イベントが今月もやってきました。ドッグセラピーリーベさんにご協力いただき、かわいい犬たちがフロアを所狭しと駆け回ります。ご利用者さまはそんな姿を「可愛い」「癒される」と目をハートにされながら眺めていらつしやいます。恒例のふれあいコーナーでは順番に回ってくる犬たちを抱っこしたりお腹を撫でたり、思い思いに交流されています。撫でられたワンコも嫌な顔をせず、ご満悦な様子で気持ちよさそうにお腹を見せていました。そんな姿にまたかわいい！とフロアが沸き、和気あいあいと楽しい交流の時間は過ぎていきます。犬たちの帰る時には、ご利用者さまだけでなく職員もみな名残惜しそつに見送ったのでした。動物セラピーが流行している昨今ですが、特に犬の効果はさまざまじいものがあると感じています。ご利用者さまの笑顔と癒しに、また次回も企画できればうれしです。

### 「紅葉ドライブ」



こちらも恒例の、秋の紅葉ドライブがスタートしました。気温が十度を下回ると色づくと言われますが、今年は例年にも増して残暑が厳しく紅葉が色付いているかが不安でした。コースは、奈良公園の周りをぐるりとまわり、一番の見どころの浮御堂に立ち寄るコースです。車内では期待にわくわくされた皆さまのお話が弾み、いい雰囲気での目的地へ。さて結果は。一面紅色とはいきませんでした。青と紅の混じるきれいな光景が目の前に。これはこれで趣があり、ご利用者さまも大変喜ばれていました。記念撮影も皆さまの笑顔で写られ、初日としては良いスタートを切れたと思います。記念撮影の合間にはかわいいお客さん(鹿)もひょっこりと現れ、皆さまはびっくりとされておられました。二十日から一週間の予定でスタートした今回のドライブ。後に行かれる皆さまがどんな景色を見られるのか楽しみです。

## 地域包括ケアシステムと互助 西 勝康

介護保険制度が二〇〇〇年に導入され、高齢社会の到来を見越した動きが高まり、互助の重要性が国として認識され始めました。

介護保険制度はまさに互助の仕組みです。高齢者の増加に伴って介護費用が増大し、公助や共助によるサービスの給付が困難になります。そのため、地域包括ケアの提供については益々互助と互助を求められている。従って近年では、「互助」という概念は地域包括ケアの枠組みでは多く使用されています。

互助の取り組みを拡充していくかは明らかにされています。今まではかつての日本のどこにでも見かけられた助け合いの知恵や仕組みが都市化と個人主義の浸透により希薄になってしまった。一旦崩れた互助の仕組みの復活を、団塊の世代を筆頭に戦後教育を

## 桜の広場

互助の重要性はまさに互助の仕組みです。高齢者の増加に伴って介護費用が増大し、公助や共助によるサービスの給付が困難になります。そのため、地域包括ケアの提供については益々互助と互助を求められている。従って近年では、「互助」という概念は地域包括ケアの枠組みでは多く使用されています。

互助の取り組みを拡充していくかは明らかにされています。今まではかつての日本のどこにでも見かけられた助け合いの知恵や仕組みが都市化と個人主義の浸透により希薄になってしまった。一旦崩れた互助の仕組みの復活を、団塊の世代を筆頭に戦後教育を

互助の取り組みを拡充していくかは明らかにされています。今まではかつての日本のどこにでも見かけられた助け合いの知恵や仕組みが都市化と個人主義の浸透により希薄になってしまった。一旦崩れた互助の仕組みの復活を、団塊の世代を筆頭に戦後教育を

互助の取り組みを拡充していくかは明らかにされています。今まではかつての日本のどこにでも見かけられた助け合いの知恵や仕組みが都市化と個人主義の浸透により希薄になってしまった。一旦崩れた互助の仕組みの復活を、団塊の世代を筆頭に戦後教育を

## デイサービス八重桜 朱雀

### 【紅葉ドライブ】

秋晴れの天気の良い日に皆さまに景色を楽しんでいただきたく、紅葉ドライブに出掛けました。皆さま、行く前からとてもワクワクされて待ちどろしい気持ちだったようで、車の中でも笑顔で会話が弾みました。目的地の場所に到着すると紅葉だけではなく、イチョウやカエデ等が綺麗に色づいて素敵な景色が広がっていました。赤や黄色に綺麗に色づいた木々をご覧になり「綺麗だな。来れてよかった。また来たいな。」と皆さまは感激された様子でした。また、紅葉にまつわる思い出話を弾ませておられました。帰ってからも「行けて良い景色を観られて、肌を感じることができて良かった。」と喜んでいただき、とても良い企画になりました。皆さまの素敵な笑顔と楽しそうな笑い声に包まれた良い一日になりました。



### 【くわんのそとへえ】

本日のレクリエーションは新たな取り組みとして、人形劇の「じごくのそとへえ」を上演しました。作品の内容は…綱渡りの最中に、綱から落ちてしまったそとへえ。気がつくところには地獄。火の車に乗せられ、山伏のふっかい、歯抜き師のしかい、医者の方くあんと三途の川を渡ってえんま大王の元へ。四人はふんによる地獄や、針の山、熱湯の釜に投げ込まれ、人を食べる人呑鬼に飲み込まれます。そとへえたちははたして生き返ることができるのかというお話です。

職員が手作りの人形を制作し、力を合わせてご利用者さまに披露させていただきました。ご利用者さまは食い入るように観ておられて、人形劇の懐かしさを観て感じていただきました。終わった後には、「とても良かった。感動した。」と声が挙がり、拍手が鳴りやまない状況で、職員は皆さまに披露できてとても良かったという気持ちになりました。これからもご利用者さま方に懐かしさや良き思い出を贈れるようにレクリエーションを企画していきたいと思っております。



## デイサービス八重桜 押熊

### 【季節の工作づくり】

暑い夏も終わり、急に秋がやってきました。押熊館の近くのお家にも鈴なりに柿がなっています。

今月の季節の工作は味覚狩りとして、柱を木に見立てて柿の収穫をして、その柿をつるし柿にしてみました。ご利用者さまには柿を作るころからお手伝いしていただいたのですが、一つ一つ丁寧に色紙に包んで作ってくださいました。大小異なる柿がたくさん出来てくると、参加していなかった人も少しやってみようとして挑戦してくださいました。ご本人は出来栄えに納得がいかない様子でしたが、周りの方々が褒めてくださると嬉しそうに顔を赤らめていらっしゃいました。

職員の中には干し柿作りの経験がない者もあり、どんなふうに柿をひもに付けようかとご利用者さまに教えていただきながらたくさん吊るし柿ができました。



### 【紅葉ドライブ】

今年は十一月に入っても暖かい日がありましたが、一気に冷え込んできました。この気温差に、層間に暑いとおっしゃっていた方も夜は急に寒くなり服装も冬の装いになっていらっしゃいます。今年も皆さまが楽しみにされている紅葉ドライブです。普段日光浴をかねて施設の庭に出ることはありますが、ドライブ外出では車窓の景色を興味深そうにきよるきよるとご覧になっていました。

春に桜のお花見に行った公園だったので、見たことがあるとおっしゃってくださる方もいてまた次のお花見も楽しみやわとお話をしている様子でした。

紅葉を見に行く少し葉が落ちてしまっている木もあり「落ちずに色付いていたらもっと良かったの」とお話をしながら見られていました。短い時間でしたが、外に出てお日さんを浴びて楽しかったとおっしゃってくださいました。



## デイサービス八重桜 平城

### 「紅葉ドライブ」

紅葉の季節がやって参りました。今年も例年どおり浮御堂へ紅葉狩りに行きました。車が目的地に着くまでに、奈良の街並みや公園の景色や鹿の姿などを見られ、皆さまその都度歓声を上げられておられました。浮御堂に着いて、ご利用者さまには車から降りていただき、外の空気を吸っていただきました。少し肌寒かったので、温かいお茶を飲みながら浮御堂で紅葉の彩を堪能していただきました。ご利用者さま同士で、紅葉にちなんだ思い出話などをされ、懐かしい気持ちになられておられました。帰りの車でも皆さま興奮冷めず、お話が盛り上がりつつでした。短い時間でしたが、秋を感じていただけたのではないのでしょうか。来年もまた見に行きましょつね。



### 「出張パート」



八重の家に出張パートがやってまいりました。というのも今回は(株)シニアリンクコミュニティケーションのサービスの一環で、衣類や雑貨などの販売スペースを八重の家の一階に作っていただきました。以前よりポスターを掲示して告知していたので、ご利用の皆さまは大変心待ちにされており、開催時間の前からまだかまかかとフロアに出てこられ、行列を作っておられました。お買い物が始まると、友達同士でワイワイしながら皆さま楽しんでそこにショッピングをされていました。買物をしなくても、見るだけでも楽しそうです。お買い物を楽しむ気持ちはさまざまおられ、「また来てねー」と店員さんに笑顔で言われておられました。

## デイサービス八重桜 西奈良

### 「季節の制作」

今回の制作は、「紅葉ドライブ」をテーマにしたちぎり絵と、新聞紙と折り紙で秋の食べ物を作りまして。ご利用者さまには、ちぎり絵チームと工作チームに分かれてお好きな活動に参加していただきました。ちぎり絵では色の指定はせず、ご利用者さま同士で紅葉の色や山の色を相談して決めていただきました。赤と黄色と緑を混ぜた山の色は本当に鮮やかになりました。完成が楽しみです！工作ではご利用者さまが思い浮かぶ秋の食べ物色々と出していました。頭の中でイメージが出来ても、実際に作り上げる事は今までの制作ではなかったの



で、「こんな出来ない」「手先が上手く使えないから」と消極的な発言をされる方が多かったです。作り始めると夢中になられ「次は柿を作ろうかな」と、箱にいっぱい秋の食べ物が出来上がりました。完成品はゲームの道具として使用させていただき、ゲームも大変盛り上がりました。

### 「紅葉ドライブ」



冷え込みが強くなり冬の訪れを感じられると同時に、山の木々も綺麗に赤や黄色に色付てきました。紅葉を見ているとなんだか心が癒されるような、そんな気持ちになります。皆さまが楽しみにされていた紅葉ドライブの季節がやってきました。昨年に引き続き、西奈良館ではあやめ池の周辺にある公園へドライブ。大きなメタセコイアの木や、モミジ、イチヨウ、カエデと様々な木々がお出迎え。それらの紅葉と池を望む景色がなんととも言えぬ美しさ。閑静な住宅街の中にあるので、静かなところでゆつくりと景色を堪能していただきました。少し紅葉を見ながら温かい缶コーヒーを飲みたくはなりませんが、それ以上に素晴らしい景色に満足感が満たされた秋のイベントとなりました。

旅と仕事と私と

福井 諒平



八重桜本店で介護士として働いています。福井諒平です。私が八重桜に入職して丸二年が過ぎましたが、毎日必死にご利用者さまと関わりながら数多くの事を学ばせていただいています。介護の仕事は私にとって楽しく充実している反面、やはり疲労も強く毎日へとへとになる場合も多い。そんな私のリフレッシュ方法は多岐にわたる趣味です。読書、愛犬と過ごす時間、飲酒、食べ歩き、映画鑑賞に音楽ライブにゲーム等々元々の好奇心が高じて数え切れないくらいの趣味があります。その中で一つを選べ、というのは至上の難題ですが、一つを上げるならば「旅行」でしょう。家族旅行も良いけど、ここでの旅行は一人旅が至高です。幼少期より家族旅行で様々な地を訪れてはいたものの、趣味としての成立は大学生時代。大学三回生の時に初めて一人旅で広島を訪れた私は、何を決めるのも自分自身という自由さと責任とに楽しさを覚え一人旅の魅力に気付かされました。その後毎年夏休みや冬休みの長期休暇は勿論、少しの時間があればふらつと旅に出る私がいま。結果現在までに東北地方以外すべての地方を踏破するまでに。来春には東北へ行きたいのと共に、日本が終われば海外へも足を延ばしたい願望も持っています。

「旅の魅力は？」と良く質問されますが、ひとえに現地の方との交流に尽きます。私の一人旅ルールとして「宿はゲストハウスであること」「行き帰りの時間以外は決めないこと」の二点があります。徒然なるままに思いのままにやりたいことをする。そして夜は現地の方や他の旅行者と交流する。それが自分の知らない土地の魅力と楽しみを引き出し、より旅が好きになる秘訣なのです。

俳句教室発表句(敬称を略します)

マフラーの 結び方かえ 旅に出る

磯野弘子

最終形態はどうなるんでしょうか

興福寺 未来を告げる 除夜の鐘

森田美巴子

来年も良い年になりますように

クリスマス 一度は乗りたい トナカイ

森岡榮子

おしゃれたトナカイに乗ってお出掛け しましょう

除夜の鐘 今年も一年 生き延びた

田中鶴太郎

来年も鐘音を一緒に聞きましょうね

マフラーを 首にまきつつ 首すぼめ

川井弘子

寒さが身に染みる一句ですね

寒い冬 おでんはいつも 玉子から

井上修子

アツアツおでんを囲み一家団欒ですね

こころの遊歩道

過去が咲いている今

未来の蕾で一杯な今

陶芸家 河井 寛次郎

八重の家通信 39

手毬づくりを楽しむました

日本手毬を教えておられた清水さんに手毬のキーホルダー作りを教えていただきました。久しぶりに指先をつかつての手芸です。最初は、発泡スチロールに刺繍糸を巻き付ける作業からです。次に、小さな針孔に糸を通して、手毬に花の刺繍を行います。一通り出来上がったら、小さなビーズを刺繍針で一つ一つ拾いながらの根

気のいる作業を行います。

九十六歳になられる横山さんは、老眼鏡もなしで小さなビーズを拾いながら装飾されて、手毬のキーホルダーを完成されておられました。

また、歌も好きでカラオケでも皆様と一緒にマイクを持って歌われます。

いつまでもお元気で過ごされておられ、カフェにいられている方々のお手本です。



認知症予防あれこれ ⑧

心理学の視点から

藤村 俊城

私の持っている「作業療法士」は医療職の資格であり、理系の資格ですが、今回は文系である心理学の視点から認知症予防を見ていこうと思います。

心理学的には、認知症発症の最大の要因は「社会的孤立」であると言われています。これを逆に考えると、「社会的に孤立しない」「他者と交流していく」ことが認知症予防に繋がるといふことです。

要するに、億劫なこともあると思いますが、自宅に引きこもらず外出し他者と交流することが大事ということですが、私もそうですが、外出したって友達なんていないという方もおられるでしょう。そういう方はぜひぜひ八重桜にいらしてください。そして私とおしゃべりしましょう。私にとってもあなたにとっても認知症予防になるはずですよ。

あと、「社会的孤立」を感じるきっかけとなるのが「難聴」です。耳が遠くなったと感じたら、遠慮なく相談してください。