

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。

3月の寄付額 34,500円

累計金額 253,000円

## 春や春、桜花爛漫の季節になりました。

### デイサービス八重桜本店

#### ひな祭り

三月三日は桃の節句、ひな祭りです。女兒の健康と成長を祝うこの日。本店ではご利用者さまの健康祈願をこめてイベントを行いました。前日までに皆さまに製作していただいた雛人形を飾り、雰囲気たっぴりになったフロア。イベントの最初はひな祭りの歌を皆さまで歌って気分をあげていきます。歌が終わればメインの写真撮影に。スタッフ手作りのお内裏様とお雛様のお面を用意し、男女ペアになってはいいチーズ。皆さまとご少し気恥しそつにされたのが皆さまの笑顔も増えていきます。終わるころにはカメラの中は皆さまのいいお顔でいっぱいになりました。八重桜本店の素敵なお内裏様とお雛様。来年もぜひ元気にイベントを行えますように願います。



#### 「春彼岸、春分の日」

日に日に陽射しも暖かくなり、と思えばまた寒の戻りも感じる三月下旬。この日は春分の日という事で、レクリエーションの時間は春分の日クイズを行いました。まだ寒いのになぜ春分？この祝日だけの特徴は？などのクイズに皆さま真剣に考えて回答されます。さすがに皆さま経験や知識豊富。難問に思えた問題もすいすいと正解されていました。クイズに続いて春をテーマに連想ゲームを。春と言えば、と問うと、桜、入学式、お花見、ふきのとう、筍など思い思いに答えが中には出会いと別れなんて答えるも。お答えを元に経験談などもお話ししていただきましたが、皆さま懐かしい思い出や青春苦労話など話が尽きず、時間いっぱい思い出さ盛り上がっていました。



春分の日は五穀豊穡の祈りや祝いの日でもあります。あと十日ほどで新年度になり春がやってきましたが、八重桜には今年も皆さまの笑顔と楽しさが豊富に実るようにスタッフ一同頑張っていきます。

### 介護保険制度の見直し

西 勝康

三年に一度介護保険制度は見直しされることになっていきます。今年もその年に当たって四月より二〇二四年度の改正のもと始まります。

要支援・要介護高齢者の人口は増加を続けていて介護サービスを受ける人も当然増加しています。そこで平成二十九年度から要支援の人たちを公的介護保険制度から切り離して、各市町村が「介護予防・日常生活支援

総合事業」を始めることになりました。これは「地域包括システム」を二〇二五年までに構築するという、できる限り住み慣れた地域で自宅での生活を続けられるように「医療・介護・介護予防・生活支援・住まい」の五つのサービスを一体的に受けられるような体制を作っていくというのですが、この五つの中の介護予防と生活支援の対策がこの総合事業になります。

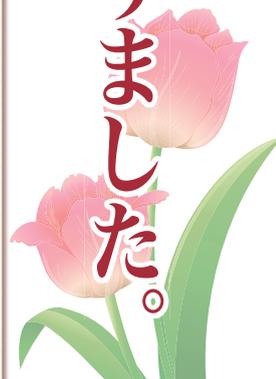
奈良市においてもこの総合事業が始まっています。自治体が主体となって従来の訪問

### 桜の広場

介護・通所介護相当のサービスに加えて多様なサービスを創造することが期待されていますが、現在のところ全国を見廻しても現行の訪問介護・通所介護を要支援の人たちに利用してもらっている自治体が大半のようです。

さて今回の介護保険制度の見直しでは先送りされましたが「要介護1・2の保険外し」が議論された経緯があります。増え続ける介護報酬が問題視されているのです。

要介護1・2が介護保険から外れて総合事業に組み入れられると、設定されている介護サービスの利用の支給上限額も自治体によっては変わるかも知れません。そうなるとう利用者受けられるサービスが削られたり介護事業者の収入が減ることも想定されます。介護費用の削減ありきの施策では軽度の利用者の自立が遠のいたり、安全な生活も危険にさらされたりする可能性があります。「要介護1・2の保険外し」は回避してもらいたいですね。



## デイサービス八重桜 朱雀

### 【ひな祭り】

今月は、ひな祭りのイベントを開催しました。雛人形もフロアに飾りましたが、皆さま喜ばれて雛人形の前に釘付けになられていました。イベントは、ひな祭りにちなんだクイズゲームをしたりひな祭りの歌を皆さまとともに歌っていただいたりして季節の雰囲気を感じていただくなど、楽しい時間を過ごしていただくように工夫して提供しました。ご利用者さまはひな祭りに対する思い出を深め、若いスタンプも日本の伝統文化を体験することができました。また、活動を通じて交流が生まれ、笑顔や喜びの声が多く聞かれ、大変好評でした。今後も、季節の行事を通じて皆さまに楽しい体験を提供し続けたいと考えています。



### 【いちごをお届け】



ご利用者さまには、八重桜朱雀館で人気のレクリエーションの一つである「いちごをお届け」というゲームに参加していただきました。職員が紙で制作した手作りのいちごで箱にいちごを入れて収穫体験を楽しんでいたたくというゲームの内容です。季節のレクリエーションということもあり皆さまはとても楽しんで取り組まれて素敵なお雰囲気と笑顔で盛り上がりました。季節の節目ごとの行事や習慣に触れることで、皆さまの、季節の移ろいへの関心が一層高まり良い企画になりました。これからも、皆さまにイベントやレクリエーションを通じて喜びや楽しみを提供できるように色々な企画を考えていきたいと思います。

## デイサービス八重桜 押熊

### 【ひな祭り】

三月に入りひな祭りの準備をしました。お雛様の飾りは去年作ったものを飾ろうと考えていましたが、一か所飾りがなくて少し寂しい個所がありました。そこで、イラストを貼りつけて飾りを作りました。どんなイラストにしようかと皆さまの意見を聞いたところ、あまりキレイすぎるのより、かわいらしいのがいいなというお声もあってパンダのお雛様にしました。切ったイラストを色画用紙に貼ってもらうとどんな感じに貼るん？など隣の方と話しあって作ってくださいました。出来上がった飾りにひもを付けてフロアの入り口に飾ると、風に揺れてかわいいと皆さまが褒めてくださいました。

おやつ時には手作りおやつを皆さままで食べました。今回のひな祭りでも、皆さまの若い時の話やお子さんやお孫さんなどについてのお話を聞かせてくださりとても楽しい時間でした。



### 【お返しホワイトデー】

ホワイトデーの日がやってきました。バレンタインと違い今回はチョコとお菓子のすくいどりをしました。バレンタインの時のチョコすくいどりではいっぱい取れた方もいらっやいましたが、あまり上手にできなかった方が今回こそはと気合を入れてやり直します。しかし、いざすくおうとするとなかなか上手いきません。お菓子もあるので少しすくいどりを諦めてしまつ方もいましたが、スタッフが応援をするともう一度頑張ってみるわ！と狙いを定めていらっやいました。狙った物がすぐれた時には大喜びでした。すくった物は今日のおやつとして皆さままでいただきました。いつもと少し違うおやつは美味しいなど他の方と見せあいながら食べてらっやいました。来年もたくさんくっていっぱい食べたいなどとスタッフに話されました。



## デイサービス八重桜 平城

### 【ひな祭り】

今月のレクリエーションは「ひな祭り」です。ひな祭りとは幼い女子の健やかな成長を祈る節句の年中行事です。決して子供の行事ではなく、何歳になってもお祝いできる行事のひとつです。ですので、平城館では毎年ご利用者さまの健康を祈ってお祝いさせていただいています。今年も恒例のお内裏様とお雛様の顔が切り抜かれたパネルを使ってご利用者さまの写真撮影をしました。皆さま笑顔でポーズをされたりと楽しそうに笑っておられました。また夫婦で一緒に撮られたご利用者さまは照れ笑いをされ、周りで見ていた皆さまやスタッフも微笑ましい気持ちとなりました。写真撮影の後は、皆さま大好きなチョコレートケーキを食べました。女性だけではなく、男性にとっても楽しいひな祭りとなりました。



## 八重の家

### 【菜の花畑と桜】

八重の家では毎日デイサービスの時間帯に工作作りをしております。今回は、菜の花と菜の花畑の風景作りです。菜の花と桜は同時期に咲くので一緒に見るととても感慨深いものですよね。その風景にチャレンジすることにしました。まず桜は花紙を使用しました。花紙を使った工作は頻繁に行っているのですが、皆さま慣れたものです。スタッフに「こうした方が綺麗になるんじゃない」などと沢山のアイデアをいただきました。次に菜の花は折り紙を使いました。小さい花をいっぱい折っていただいたので、最初のうちは細かい作業に苦労する方も居りましたが、手慣れてくると上手に素早く折ってくださいます。完成した作品を見て皆さ「キレイだわ。作って良かったー!」「やっと終わったー!」などと笑顔でお話しされておりました。桜と菜の花のコラボレーション風景、デイフロアが華やかに彩られました。



## デイサービス八重桜 西奈良

### 【ひな祭りコンサート】

童謡から昭和時代に流行した歌謡曲など幅広く、素材で優しいウクレレの音色に合わせて歌うウクレレ演奏会。西奈良の大人気レクリエーションの一つで、ご利用者さまはいつも楽しみにされています。今月は「おひなさま」「さくら」等、季節にぴったりの歌を沢山歌いました。途中で手や足を休ませて音を出していただき、声だけでなく身体もしっかりと動かしていただきました。今回の演奏日がひな祭りだったこともあり、お雛様を背景にし、職員が女雛と男雛に変身しました。衣装以外の小物は職員が画用紙や身近な物を使って手作りしました。ご利用者さまからは「かわいい!」と大好評で、ウクレレ演奏終了後にはご利用者さまにも着ていただきお雛様になりきった写真を可愛く撮りました。



### 【クローバーの会】

この日は、クローバーの会が西奈良へ来てくれました。歌に合わせて、ドラム、ギター、キーボードやフルートでの演奏はとても華やかでした。西奈良には、音楽を聴く事、歌う事両方とも好きな方が多くいらっしゃいます。演歌、歌謡曲、フォークソング「何でも来なさい」とクローバーの会の方々と一緒に歌われていました。最後はアンコールを希望されるほど盛り上がりました。昭和の懐かしのメロディを、予め用意した歌詞をご覧にならずとも覚えていらっしゃる方が多く、世代の違うスタッフの私たちも一緒に盛り上がる昭和のメロディの素晴らしさを感じました。令和の現在、こんなに皆さまと楽しく歌える歌はあるのでしょうかと考えます。これからも皆さまと音楽を楽しむ時間を多く設けられたらと思います。



笑顔



大湾 美保子

朱雀館で介護員として働いています大湾美保子です。

今年の三月で二年が経ちました。八重桜で働かせていた前回は別の施設で半年程働いていました。そこでは送迎や家事手伝いがほとんどだったので介護をするというのにはほぼ初めての経験で、不安な気持ちもあり初日はすごく緊張したことを覚えています。

一番大変だったのは、ご利用者さまの名前を覚えることでした。「○○さんの誘導をお願いします」と言われ別の人を誘導してしまったりしたので、ご利用者さまの名前と特徴をメモして家で覚えていました。

介助のやり方は先輩方が丁寧に教えてくださり分からないことも優しく教えてくださいました。失敗してしまつて落ち込んだ時も励ましてくださいました。何度もくじけそうになりましたが、先輩方のおかげで頑張ることが出来ました。

一年が経った頃から少し余裕も出来て、楽しみながら仕事ができるようになりました。ご利用者さまとお話をするのもとても楽しく、皆さまの些細な出来事で嬉しい気持ちにもなります。私が心掛けていることは「笑顔」です。今日はしんどい、つらいと思つても「笑顔」でご利用者さまに接するようにしています。そしてご利用者さまも笑顔で過ごしてもらえようように手助けが出来ればと思つています。まだまだ未熟ですがこれからもご利用者さまの為に笑顔で頑張りたいと思います。

俳句教室発表句(敬称を略します)

坪庭の そそと咲きたる 花水木

磯野 弘子

若い花水木はとても可愛いですね

ホタルイカ とても小さく 美味しい

横地 時子

ホタルイカも酢味噌も好きです

草餅の 中に埋もれる 夢を見た

湯浅 有子

すごく幸せそうな寝顔が想像できます

出番待つ 一雨ごとの 八重桜

川井 弘子

どの八重桜もこれからが本番です

ちらちらと 花びら舞う 花見酒

西川 道子

風情のある一句ですね

八重の家通信 42

カフェ八重の家

おかげさまで、カフェ八重の家を開店して、無事に一年が過ぎました。

コロナ禍で外出制限があった皆さまに、送り迎え付きで食事ができる場所の提供を始めました。食事だけでも千円は安い、「送迎の費用は？お金は要らないの？」とはじめは皆さまが驚かれています。「怪しい場所じゃないかしら？」などというご意見もあつたようです。カフェでは、頭の体操や転倒予防のための体操をおこなったり、皆さままで会話を楽しんでいただいたりしております。

週替わりのランチは、介護食士の森村さんが味付けに工夫を凝らした柔らかい食材を提供し、デザートにも工夫、皆さまが大変喜んで召し上がっております。中には、レシピが欲しいと言われてレシピを持って帰られておりますが…。

また、転倒予防講座やヒートショックの注意点についての講座と訪問看護の重要性の紹介などと、普段から皆さまが心配されている関心事について、お話をしています。これまで、ご来店いただいた皆さまの中で、デイサービス八重桜のご利用になられた方が八名、八重桜訪問看護ステーションぷらすのご利用へ三名、介護認定調査依頼が五名。一人暮らしに不安があつた二名の方に、共同生活の場所であるLファミリア八重の家のご案内ができました。

認知症予防あれこれ 12

作業療法を振り返る 藤村 俊城

私の元に最近嬉しい声が届きました。それは家族様から「まだそんなことできるの？」と驚かれたという声です。身体的に認知的にできないと思ひ込んでいたことが再びできる、しようとしたという事が素晴らしし、そんな姿に家族様も感動されていました。

作業療法が目指すところは「応用動作の改善」です。心身機能だけでなく、行動や動

作の改善が目標です。私が病院で身体のリハビリをしていた頃、脳梗塞で利き手が自由になつた患者さんを担当しました。卵焼きを作るのが得意な方で「不自由な右手ではもう料理は出来ない」と傷心されていました。私は一ヶ月ほどリハビリを続け、集大成として調理実習を実施しました。最初は「無理」と拒否されましたが無理強いして卵焼きが完成、実食「先生、卵焼き焦げちゃったけど、味は前と一緒や」と涙を流されました。

それでいいじゃん、ちよつとぶかつこうでも、それが作業療法、私はそう思っています。

こころの遊歩道

全盛期？これからだよ

三浦和良