

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。

4月の寄付額 34,500円

累計金額 287,500円

夏も近づくと八十八夜と唄われるとおり、  
花の季節が過ぎ、若葉萌える新緑の季節到来です。

## デイサービス八重桜本店

### 「お花見ドライブ」

天気予報では曇り気味という中で不安はありましたがそこは皆さまの力、全日程いいお天気に恵まれ、無事に満開の桜を満喫しました。昨年参加の皆さまはワクワク、今年初参加の皆さまはドキドキ。期待と不安が入り混じる中、車から佐保川沿いに咲き誇る桜を見てまず感動を。中継地で降りて記念撮影の頃には、目いっぱい身体を伸ばして全身で景色を感じられる皆さまの姿がみられました。桜のピンク色と菜の花の黄色のコントラストにも皆さまと一緒に感動され「こんな近くに絶景があったんですね。これは来年もぜひ見たいです」と喜びの声も。ドライブの最後には大仏鉄道公園の立派な枝垂桜も堪能され、桜に負けない笑顔が咲き誇ったドライブになりました。



### 「ドッグセラピー」

ドッグセラピーは皆さま方が楽しみにされているレクリエーションで、今回は暖かくなった四月にボランティアの方に来ていただきました。毎回来てくれる犬のことは皆さま覚えていらっしゃる様子で「また来てくれた」と喜びの声が上がります。今回は初参加の犬も数頭いて、新たな出会いに和気藹々とした雰囲気になりました。犬や猫などの動物を飼われていたご利用者さまも多く、触れ合い方も手慣れたもの。触られた犬たちも気持ちよさそうでした。



質問コーナーではお決まりの好きなもののお話から、仲良くなる秘訣迄様々な答えが、飼い主さまとのほっこりとしたエピソードに思わず笑顔があふれました。今回も大盛況のドッグセラピー。動物の力の偉大さを改めて感じました。

## 自助による「互助機能の取得」

西 勝康

二〇二五年の介護保険法の改正以来、医療と介護の連携強化、自立支援介護の考え方、高齢者の住まいの確保、要支援やフレイルの高齢者に対する生活支援サービスの提供(互助社会の育成)が地域包括ケアシステムの内容として明確に示されています。

地域に暮らす住民の年代やその心身状況も様々であり、自宅で暮らし続けることに困難を抱える人にこそ家族のようなサービスを提供することが地域包括ケアシステムと考えます。このシステムの要素の住まい、医療、介護、予防は今までに一定の量と質の確保に道筋がそれなりにつけられてきています。

ただ、生活支援サービスの担い手が自治会、ボランティア、NPO法人等に委ねられていきます。この部分には何の予算もなく、唯々厚意に期待するということの脆弱性を否定できません。このシステムの成否はまさに自助・互助がうまく機能するかどうかにかかっているといえます。特に互助の部分には住民同士の密接な人間関係が基

## 桜の広場

呼ぶとします。

市街地にある高齢者施設(老人ホーム)を中核としてピレッジを形成し徒歩圏内にコミュニティを確保して日常的な交流を促進する。こうしてなじみのある「近所付き合いを作っていく方が一度壊れてしまった「近所」の中に互助の機運を醸成するよりも手取り早いと考えられるのです。この「互助機能」を包含した「ピレッジ」に一定のフィーを支払って入村することはまさに自助になる訳です。このような自助による「互助機能の取得」という新機軸は団塊の世代の得意とするところではないでしょうか。



## デイサービス八重桜 朱雀

### 「お花見ドライブ」

今年も清々しく桜が咲き誇り、皆さまが楽しみにされていたお花見シーズンの到来です。お花見ドライブまでは、皆さまと一緒に好天を望みながら日々を過ごすこととなりました。折良く雨の合間の良い天気の日にお花見に行くことができました。朱雀館では、ふれあい公園へ行ってお花見を楽しみます。現地に到着すると大きな桜の木が並んでいて圧巻の綺麗さでした。桜の木のままで皆さまと一緒に「今年も観れて良かった」「圧巻やな」ととても感動されて喜ばれていました。しばし和やかな時間を過ごし、最後に皆さまと一緒に記念撮影を。

この日は笑顔溢れる時間と記念撮影になりました。今年も皆さまに桜の季節を感じていただくことができても良かったです。来年もお花見を満喫していただけるような企画を考えていきたいと思えます。



### 「桜ひらひらキャッチ」



朱雀館では様々なレクリエーションを行っていますが、今回は季節に応じたレクリエーションの「桜ひらひらキャッチ」を実施しました。ゲーム内容は、ご利用者さまが作った枝垂れ桜の張り飾りを枠に引っ掛けて垂らし、棒を使って枝垂れ桜を取っていただくゲームです。二人ずつでどちらが多く枝垂れ桜を取れるか競い合っていたり楽しんでいただきました。皆さまの笑顔や活気ある場面を多くみる事ができた良いレクリエーションになりました。春の訪れとともに桜の美しさを観て季節のレクリエーションを満喫していただけて良かったです。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えます。

## デイサービス八重桜 押熊

### 「お花見ドライブ」

四月に入り一気に桜の花が開花したので、今年も皆さまと一緒にお花見ドライブに出かけました。

ご利用者さまには、そろそろ桜の花が咲いてきてるよ！と心待ちにしている方もいらっしゃいますが、まだまだ外は寒いと思ってお出を渋る方もいらっしゃいます。もつ暖かくなつたよ、来年まで行けないよなどと話しているうちに、ちよつと行ってみようという事で納得されました。いざ外に出てみると俄然嬉しそうになり「お花見ドライブに行ってくるわー」とおつしやる姿がとても印象的でした。

ドライブから帰って来ても、皆さま桜のお話を聞いていらっしゃいます。外に出る機会が少ない方もとても喜んでくださいました。来年も一緒にお花見ドライブができるのが楽しみです。



### 「椅子ストレッチ」

今回は椅子に座って行うストレッチに挑戦しました。車椅子の方は、座ってできる体操は嬉しいなとおっしゃっていました。手を上げる時に痛みなどを感じないよう、ご自身で少し加減をしながら無理をしない程度に動かしていただきました。

スタッフも一緒に椅子に座って体操していると、眠そうにしていらっしゃる方も一緒にリズムに合わせて体を動かしていました。日頃はレクリエーションに参加しない方も周りが次から次と参加されているのを見てつられたのか、気が付けばほぼ全員が参加されていました。

レクリエーションで身体を動かす機会はあるものの参加されない方もいらっしゃるので、今回は少し違ったかたちの体操に参加され楽しんでいただけた良かったと思えます。



## デイサービス八重桜 平城

### 【佐保川の桜】

平城館では桜の季節には佐保川沿いの桜を見に行っております。今年は開花予想を過ぎてもなかなか開花せず、まだかまだかと待ちわびるご利用者さまは沢山おられました。天候も不安定でしたので、天気が急に良くなった日に急遽お花見をするようになりましたが、皆さま大変喜んでくれました。満開の桜を見た瞬間に皆さま「ワ〜」っと大きな声を上げられました。桜だけではなく菜の花も一緒に観れるエリアがあり、その光景には声も出さず皆さまただただ黙って感動されていました。途中、車を降りて写真撮影をした際は、温かい空気も感じとれ春の訪れを感じることが出来ました。帰りの車では「また来年も行くね」と言ってくれる利用様もおられました。満足していただけて良かったです。



## 八重の家

### 【お花見ドライブ】

今年も桜の季節がやってきました。去年は施設の周りを歩いて散歩していただき、春を感じました。ですので桜を見られなかったご利用者さまもおられました。今年は皆さまから桜を見に行きたいとのリクエストが多くあり、お花見ドライブを開催する事にしました。天気心配もありましたが、桜の開花した日と天気のタイミングが合い、無事にお花見を執行する事が出来ました。佐保川に着くまで、奈良の街並みを眺めて「ここ昔よく行ったとこや」「こんな建物出来たんだ」などとお話になっておられました。佐保川に到着すると、一斉に車内に歓声が上がります。満開の桜を眺めながら皆さま満面の笑みでした。「キレイだったね」「来年もまた見せてね」と帰りの車内で喜ばれておられました。今年も桜が見れて良かったですね。



## デイサービス八重桜 西奈良

### 【お花見ドライブ】

冬が過ぎ去り、気温がどんどん上がってきました。少し汗ばむような日が続いていますが、それに伴って町がピンク色に染まります。桜が満開になり、あちこちに心打たれるような綺麗な光景が広がります。西奈良館の皆さまには秋篠川、あやめ池、佐保川の三か所に分かれてお花見ドライブに出掛けていただきました。どこも満開の桜が目の前に広がり、「綺麗やなあ」と誰もがぼそりと呟かれていました。それまでしていた会話も忘れるほど。一年に一度限られた期間で見られることの出来ない桜。皆さま目に焼き付けるように、ジッと眺めておられました。帰って来てからも「綺麗やった」「連れて行って良かった」と多くの方がおっしゃり、職員にとっても心が洗われる素敵な時間となりました。



### 【ちぎり絵】

季節の花や旬の食材が描かれた絵に、ちぎった折り紙で色付けをしていく「ちぎり絵」活動を月に一度行っています。ちぎり絵の良い所は、まず楽しみながら手先の運動が出来る所です。また、色のついていない下絵を使っていたので、絵を見て何色が必要なのか、その色に對しどのくらいの折り紙が必要なのかを考えていただくので脳トレにもぴったりです。



今回のお題は「カーネーション」です。カーネーションの花から貼るか、葉や茎から貼っていくのかを考え、皆さま完成を目指し、集中して取り組まれました。同じ色を使っている人も、ちぎった折り紙の大きさや貼り方が違うので、一人一人個性が出ますよね。中には、手が動き難い方もおられるので、折り紙にこだわらず、色鉛筆も用意し、お好きな色で絵を塗っていただきました。皆さまの素敵な作品はフロアに飾っていますので、ぜひご覧になってください。

笑顔と優しさ

星合 朋美



八重桜平城館に勤務させて  
いただいで、丸二年がすぎま  
した。

前職は、病院で看護助手  
として六年勤務していました。  
介護の世界に来る前は、全く

畑違いの職種でした。まず、介護の資格を取得  
しようと思つたキツカケが、甥っ子(ダウン症)  
と両親の存在でした。資格を取得していれば、い  
ずれ役に立つのではと思つたからです。とはいえ、  
資格を取得してからもすぐには生かすことが出来  
ず、介護施設での勤務は八重桜が初めてでした。

まず感じた事は、看護助手と介護員の違いで  
した。一番苦労をした事は、ご利用者さまに対す  
る声かけでした。病院では、行動を制限する時  
などは、「危ない」など直接的な言い方をしてい  
たのですが、八重桜の先輩方はもっと優しく否定  
しない声かけでした。それを見て私も優しい声掛  
けを心がけるようになりました。また、病院と  
は異なりご利用者さまと長時間接する事にも慣  
れていませんでした。でも二年たった今ではご利用  
者さまとのコミュニケーションは、とても楽し  
いものになりました。これからは、もっとアイデ  
アを出してご利用者さまとのコミュニケーション  
を豊かにしたいと考えています。

私自身、休日は疲れた体を癒すためバリエステ  
を受けたり、ライブやスキーを楽しんでいます。  
これからは、ますます仕事もプライベートも  
楽しみたいと思います。まだまだ未熟な私です  
がよろしく願います。

一流は弁解せず

二流は責任を転嫁する

野村 克也

俳句教室発表句(敬称を略します)

母の日に わが子より来る 花東よ

森 田 美巴子

離れて暮らしていても母は母です

竹の子ご飯 香り豊かな もう一品

東 出 仁 子

いつもの食卓にも春の香が漂っています

竹の子は 五月生まれの

元氣な子

藤 岡 久美子

やがて青空に向かって真っ直ぐに伸びる竹  
が想像できます

毎年の お花見ドライブ

前 田 たみこ

楽しみだ

その日を心待ちにしている様子が伝わります

八重桜 一つ見てもいい 癒される

政 後 三美子

長く咲く八重桜は落ちついて見ていられま  
すね

母の日や 母のゲンコツ

田 中 巽

なつかしか

過ぎし日の思い出はみな美しいです

可憐な花 マーガレットが

三 枡 節 子

いじらしい

小さな花を愛おしむ様子がうかがえます

今年また 竹の子ご飯の 食来る

村 上 陸 代

春の味覚を待ちかねた気持ちがよく表れて  
いますね

八重の家通信 43

天むす

介護食士 森村 政子

カフェのメニューを天むすと好み焼きにしました。

以前は、天むすは名古屋の、三角おむすびでサクサクのエビ天に甘  
辛いタレでしつぽが飛び出ているものと思つていまし  
た。カフェのお客様から「元祖、天むすが食べてみた  
い」と言われ、改めて調べてお店へ行ってきました。

元祖天むすは、三重県津市の「天むす千寿」です。  
おむすびは、三角ではなく丸い台形でエビのしつぽは  
飛び出しています。味付けも塩味でした。

技を盗もうと必死でのぞき込むのですが、手元は

見えずのりの巻き方だけが見えました。カフェのお  
客様には「元祖天むすの味は私しか知らないの、  
あつているかは分かりませんよね」などと話をしな  
がら、塩味の天むすを召し上がって頂きました。

また、カフェのお好み焼きは「自分で混ぜてホット  
プレートで焼いていただいています。初めてカフェ  
に来られたお客様は「自分で焼くの?いつも家で作っ  
ているから焼いて」と言われたので、お手伝いさせていただきました。

周りからは「お肉は上よ」とか「まだ返すのは早いわ」と声がかか  
り、焼きたてのお好み焼きは久しぶりと喜んでいただけました。



認知症予防あれこれ ⑬

食へるとは生きること

藤村 俊城

私のいるデイルームに通って来られる方で、認知症症状の有無に限  
らず、食事が量が増えた、体重が増えたという方が何人もおられます。  
よくヒトと食事の関係を車とガソリンで例えられることがありま  
す。しかし、ヒトは食事でエネルギーを摂取しているだけでなく、食  
材を元に体を作っています。車にガソリンを入れてもボディが新しく  
なることはありません。動物は動物性、植物性の違いはあれ、必ず生  
物を摂取し、それを自身の体の一部として維持・構成しています。食  
べないということは体を維持できないということです。ようするに食  
べることは生きることです。

様々な要因で食事が減り、認知症の症状によっても食事が難しく  
なったり拒否に繋がる場合もあります。その食事が量が増えたというこ  
とは本当に素晴らしい変化だと思います。認知症の発症、進行の予防  
とともに、健康的な生活をサポートできるよう精進してまいります。