

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。

5月の寄付額 33,000円

累計金額 320,500円

梅雨がやってきます。

一日の気温差で体調を崩しがちになりますが、服装で調節しましょう。

デイサービス八重桜本店

【毎回の】

今日は母の日。この日ばかりは飛び切りの感謝を伝えたい日です。八重桜本店でも日頃の想いと感謝をお伝えするべく母の日イベントを行いました。

皆さまから母の日のエピソードを聞いたところ、やはり多かったのはプレゼントを買ったやお手伝いしてもらったなどの回答で、皆さまも共感されている様子。中には母の日にお子さまが結婚されたことやサプライズで旅行に行った話などもあり、様々な母への愛の形に会場はほっこりとした雰囲気。離れて暮らされている方からは寂しい気持ちなども、皆さま思い思いに語ってくださいました。最後に記念撮影ではスタッフも全員参加して、飛び切り素敵な一枚を撮ることができました。感謝の気持ちを来年も伝えられるように、皆さまにはお元気に過ごしていただくことがスタッフ一同の願いです。



【季節のカレンダー作り】

毎月行う季節のカレンダー作りは普段塗り絵をされない方にも人気が高く、皆さまこそご参加されます。この日も皆さま黙々と塗り絵に取り組んでおられました。



今月の題材は、梅雨の絵、カエルが飛び跳ねている絵、茶摘みの絵の三枚でした。いずれもイラストがかわいらしく、「三枚全部作りたい」との声も上がるほどの大盛況。様々な色使いで自身の作品を仕上げてください。作業しながら「この色使い綺麗ー!」なるほどその色使いの「などお互いの作品を見比べてワイワイと楽しませてもらっている様子でした。完成した作品はどれも個性が発揮された素敵な作品で、早速家に持って帰って飾りますと笑顔で話されている方もおられました。

老いとの向き合い方

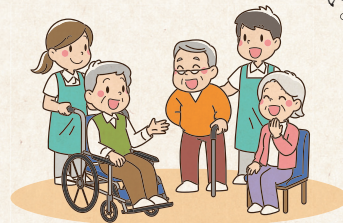
西 勝康

昔できていたことが、齢を重ねることであれもこれもできなくなってくるのが「老化」の本質です。知っておきたいのは、諸機能の低下が程度の差こそあれ連鎖反的に進行する割には自覚症状に乏しく、わかりづらい点です。

桜の広場

例えば認知症も初期はわかりづらく、心不全もある程度進行して、ようやく息切れやむくみといった症状が出てきます。腎機能に至っては間もなく透析が必要となるまで腎機能が落ちていてもフツーに生活できている人がいます。ともあれ自覚症状がないか、あっても極めて乏しいため、機能が落ちていると指摘されてもピンとこないのが「老化」と向き合う点で難しいところ。

しかしながら、やがて加齢に伴うさまざまな「心身の機能低下」と向き合うことになります。「老年症候群」と呼ばれる機能低下のうち、視覚聴覚の衰えやもの忘れ、むせる、



歩く速度が遅くなるなどは、おそらく誰もが経験していることでしょう。それに高血圧や糖尿病など生活習慣病による慢性疾患が加わると「フレイル」という虚弱症状が進むこととなります。ただし、幸いなことにフレイルは早目の確な対応（予防や治療）をすれば、元の状態に戻ることでも可能です。「歳だから当たり前」とあきらめたり放置せず、早目の対応を心掛けましょう。

八重桜では歩行能力改善や認知症予防のための「デイサービス八重桜」や交流を楽しむカフェサロンの「カフェ八重の家」もありますので積極的にお尋ねください。



デイサービス八重桜 朱雀

【母の日】

母の日は、日頃の母の苦勞をねぎらい母への感謝を表す日です。今年も感謝の気持ちを込めて母の日のイベントを開催しました。最初に、皆さまに楽しんでいただけるように「三六五歩のマーチ」の体操と「東京ブキウギ」ダンスを職員とご利用者さまと一緒に取り組みました。元氣よく身体を動かさずさまは楽しそうに参加されていましたし、職員も一緒に楽しむことができました。皆さまから「楽しい時間を過ごせた」との声が多かったです。

次に、お待ちかねの手作りカーネーションとプレゼントをお渡しして一言ずつお言葉をいただきました。このイベントに感謝されてご自身の母親のことや子育て等の思い出を語られる皆さまの顔に、母の偉大さや強さを再認識することができました。今後も様々なイベントを通じて、皆さまが笑顔を見せ、楽しい時間を過ごしていただけるよう取り組んでいきます。

【シャカシャカボトル】



朱雀館では、様々なレクリエーションを実施していますが、その中でも特に腕や手指を動かす「シャカシャカボトル」を実施しました。シャカシャカボトルは大きな砂時計のような構造で、二つのペットボトルの口を繋ぎあわせ、中には数個のデコレーションボールを入れてあります。二人一組になっていたいただきボールの口を下にしてスタンバイ、合図で一斉に「シャカシャカボトル」をひっくり返し、シャカシャカとボールを振ってデコレーションボールを下のペットボトルに落とします。一番早くすべて落とした方の勝ちというゲームです。皆さま、楽しみながらも真剣に取り組まれて、周りからの応援もあつてとても盛り上がりました。皆さまの活気あるお姿やとびっきりの笑顔を見ることができ充実した時間を過ごしていただけたと思います。今後、様々なレクリエーションを取り入れて、皆さまに満足していただけるよう努めていきたいと思います。



デイサービス八重桜 押熊

【母の日】

年に一度の母の日に、あるご利用者さまへ家族からカーネーションが届きました。娘様からのありがと〜というメッセージカードがついたお花を見てとても喜んでいらっしゃいました。



他にご利用者さまにも喜んでいただきたいので、押熊館ではありがと〜というメッセージがついたプレゼントをご用意しました。今年のプレゼントの袋はスタッフの手作りです。女性のご利用者さまお一人一人に手渡しすると、皆さまとても喜んでくださいました。すぐに開けたい様子でしたが、写真を撮ってもらいまじまじようか〜と言つと、良い笑顔で写真に写ってくださいました。その後、皆さまで手作りおやつをいただきました。フルーツがあり、好き嫌いは分かれてしましますが、好きな方は大喜びをされ、嫌いな方も少し頑張つて食べていらっしゃいました。来月の父の日でも皆さまに喜んでもらえたらと思います。

【特大けん玉】

以前にもブルームレターでご紹介させていただいた特大けん玉ですが、今回は以前と比べて、ご利用者さまは毎月のレクリエーションで特大けん玉の練習をしてこられたので、自信を持ちながらけん玉に挑戦されていました。



初めは恥ずかしそうでしたが、やり始めると集中していらっしゃいます。周りの方の応援やアドバイスで、紙コップに玉を入れることが出来るとご本人は少しビックリしたような表情をされながら喜んでいらっしゃいました。周りの方も自分のことのように手を叩いて喜んでくださいました。うまくいかにすぐに諦めてしまわれる方もいましたが、皆さま根気よく挑戦されています。前回成功したのは二人でしたが、今回は四人に増えました。もっと練習しないと上手になれないとおっしゃりながら時間いっぱい皆さままで練習されていました。

次回も参加された方が全員成功されて喜んでもらえたらと思います。

デイサービス八重桜 平城

【母の日】

今年も母の日がやってきました。日頃の感謝を込めて、レクリエーションを催しました。去年も実施しましたが、ご利用者さまに今以上に綺麗になつていただきたいという職員の想いから、ネイルケアを行いました。まずはホホバオイルで手をマッサージします。手の血行も良くなり、手のツボを押すことによって皆さま気持ちよさそうです。手のマッサージが終われば、爪にお好みのネイルを決めて、職員に塗ってもらいます。完成したネイルを見て、皆さま笑顔になりました。手にケアを施す際は、ご利用者さまと職員で色々なお話もされ、和やかな会となりました。いくつになっても綺麗になると嬉しいものですね。もっともっと女子力を高めましょう。



八重の家

【アロマオイルの香り】

母の日がやって参りました。今年は花紙で作った色とりどりの花と、紙コップの周りを毛糸でデコレーションした鉢を好きなように組み合わせさせていただき、その花にご利用者さまに選んでいただいたアロマオイルを振ってプレゼントいたしました。時間に余裕を持ってレクリエーションを実施しましたが、皆さま選ぶのに悩まれて中々決められない様子でした。どれにしようか職員と相談しながら選んだりして、とても楽しそうでした。ラベンダー・レモン・ユーカリ・オレンジなど様々な匂いがあり、レクリエーションの終盤には、デイフロアに様々なアロマオイルの混ざった匂いが充満しました(笑)。最後は、皆さまの大好きなケーキを食べて母の日はお開きとなりました。来月は父の日ですね。次はお父様方楽しみにしてくださいね。



【母の日】

カーネーションが街の色々な所で売られていると、もうすぐ母の日だなと感じます。西奈良館のご利用者さまで「母親とこんな事があったなあ」と仰る方もいました。お母様との大事な思い出が皆さまにもあるのではないのでしょうか。母の日のイベントとして、ご利用者さまと職員、皆で歌を歌ってからマジックショーをしました。タネが見破られてしまったものもありましたが、それがまた笑いのタネとなって盛り上がりました。次に、紙コップを並べて重ねたものを一つずつ取って行く、ジエンガのようなゲームを職員対抗でしました。落ちてしまいうな時は悲鳴が起き、上手く取れた時には歓声が上がります。倒してしまった職員は、ご利用者さまに墨汁で顔を落書きされる罰ゲーム。落書きをする方は、大笑いで筆を走らせていました。



【季節の制作】

四月は「桜」、五月は「鯉のぼり」、毎月一枚季節に合わせた壁面制作を行い、フロアに飾っています。今月の制作テーマは「バラの花園」です。バラは色によって花言葉が変わります。赤いバラは「愛」や「美」を表し、ピンクのバラは「上品」や「感銘」、そして父の日にプレゼントとして送る黄色のバラは「幸福」や「温かさ」の意味を持ちます。ご利用者さまには、バラを作るチームとバラを飾る為に模造紙に書いた背景に色を貼るチームに分かれて、お好きな色の折り紙を使って貼っていただきました。黙々と手先を動かす方や、色が決めれず周囲の方と相談される方、自分の好きな花や父の日のエピソードをお話しされる方、ご利用者さまの色々な一面を見る事が出来ました。



就きたかった仕事

古川 澄栄



訪問看護ステーションぶらすの古川です。

私は子どもの頃から病院に行くのを嫌がらず、むしろ好きな方で注射(予防接種)も怖がらず周りが泣くのを不思議に思っていました。

小学生の時に虫垂炎で一週間程入院することになり、その時担当していただいた看護師さんに憧れて将来は看護師になると決めていました。ですがいざ進学の時になつて「命を預かる仕事は無理」と家族からの猛反対を受け、泣く泣く会社勤めをしたのを覚えています。会社員の仕事も楽しかったのですが、どうしても医療関係の仕事に就きたくて医療事務の学校にいき、最初は病院の外来、次に病棟の担当になり夜遅くまで残って請求業務をしていても全く苦にはなりませんでした。

結婚を機に病院を辞め、しばらくして就職したのが訪問看護の事務でした。以前していた外来、病棟とは全く違うことばかりで在宅での看取りをはじめ色々な事を勉強させていただきました。以前なら「お大事になさってください」と送り出した患者様が自宅でどんな生活をしているのかなど深く考えたことありませんでした。独居の方、家族がいても日中独居の方、老々のご夫婦で暮らしている方など何かしら不安を持ちながら過ごされていることを知りました。

そういった利用者さまより「看護師さんの訪問を毎週楽しみにしています」という有難いお言葉をいただくようになり、一人でも多くの方に寄り添えるようこれからも訪問看護師と一緒に良いステーションを目指して頑張りたいと思いますのでどうぞよろしくお願ひします。

俳句教室発表句(敬称を略します)

柿の花 ニつニつ落つ 裏の庭

磯野弘子

裏庭が花散る里になつていく季節です

しとしと雨 あざやかに咲く

紫陽花の赤

藤岡久美子

降る雨ごとに色を濃くする花の姿が目につかびます

父の日に 初めて渡した

プレゼント

貴久子

照れくさがりながら受け取るお父様の様子が想像できます

玄関の 紫陽花たちは 元気かな

湯浅有子

自宅を離れていても、花の様子が気になります

あじさいや 花おち花あつめ 雨蛙

窪田安子

紫陽花が雨に打たれるのを蛙が離し立っているようです

父の日に 肩を揉める 相手なし

石倉信雄

肩を揉まれる立場になつても、父を思う時は子供に戻ります

夏至の日に 衣替えして 夏を待つ

井上修子

気候不順でも、暦通りの習慣で気持ち落ちつきます

八重の家通信 44

お花見ドライブ

今年のお花見は例年より早く開花が始まりました。カフェのお客様にも一週間の予定で、佐保川沿いお花見ドライブのご案内をさせていただきました。

初日は満開の桜は数本でしたが、後半になると、花筏は見られないものの花びら舞い散る中のお花見ができ、皆さまに春を感じていただきました。最終日近くには桜と菜の花のコラボまでご覧になっていただけました。「自分で歩いて行けないので、車に乗せてもらって、こんなに近くで桜の花が観られるなんて嬉しいわ!」「今年も桜が観れてありがたいわ!」と喜んでいただけました。

また、ご来店時に、桜の花だけでなく、ご自宅の庭に咲いた、椿やフリージア、チューリップ、菜の花、バラなどたくさんのお花を持ってきていただいています。お花があるとカフェも明るくなり皆さまも「たくさんのお花、きれいなね!」と笑顔になり「この花はなに?」とか「これは挿し木で育てたのよ。」と皆さまとの会話にも花が咲きます。カフェも一年が過ぎ、ご来店を楽しみにされている方が増えて、皆さまに愛されてきたなと感じる今日この頃です。



認知症予防あれこれ ⑭

助けないという優しさ

藤村 俊城

私のいるデイルームに通われているご利用者さまに言われました。「歩く時も「一人で歩け」って手伝ってくれへんし、クイズも「どれだ」と思います?」って聞いて、先生はいけずばかりする。でもそれやから自分で歩かなあかんって頑張るし、分からなくても考えるようにした。いつも「もう死にたいわ」ってばかり言ってたけど、生きる気力がでてきて、少し前向きに考えられるようになったように思う」と。身体分野であれ精神分野であれ、私がリハビリを行う際に心掛けていることの一つは、介助量は最小限にしておくことが本人様にとって一番のリハビリになる、ということ。結果として、冒頭のご利用者さまは九十代後半の方ですが、また頑張ろうという気持ちになられ、素晴らしいと思います。

他にも色々なお声がありますが、認知症予防を通してご利用者さまの生命力にもアプローチできていくことに我ながら驚いています。

ここらの遊歩道

新紙幣の顔に取り上げられた渋沢栄一翁の言葉をシリーズで掲出いたします。人道を踏み外して成功の地位に達するときは、全然価値なきものである

渋沢 栄一