

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。

6月の寄付額 31,000円

累計金額 351,500円

夏の到来。湿度も気温も高くなります。

季節の変化に体が慣れるまで、無理をせずゆっくりしていきましょう。

デイサービス八重桜本店

【暑中見舞い作り】



最近では送られる事も少なくなっている暑中見舞い。季節外れの暑さを感じたこの日、レクリエーションでは暑中見舞いを作っていた事にしました。予め職員が用意したイラストを選んでいただき、そこに自由に文章を書いていただきます。スイカに花火に海に、夏を感じるイラストにご利用者さまの類も綴み、「懐かしいわあ」「手書きで何十人分も書いて大変だったよ」と思い出話にも花が咲き、和気藹々とした雰囲気の中で作業が進みます。誰に出したいですか？との職員の質問には「疎遠になってしまった友人に送りたい」という回答が一番多く聞かれました。

さて、皆さまの作品の出来栄は。それぞれ思いの文章が綴られた素敵な作品が並びました。夏のイラストと共に綴られたそれぞれの思い、皆さまの思い人に届きますように。

【父の日】

先月の母の日に続き、本日は父の日イベントを行いました。

男性ご利用者さまにフロアの前方に集まっていたいただき、あいさつのは後は職員から一言ずつお祝いの言葉を送りました。自身の体験を交えて話す人笑いを取りに行く人。時折笑いが起きつつご利用者の皆さまは挨拶をしっかりと聞いてくださっていました。その後はお待ちかねのプレゼント贈呈。一枚一枚職員が手書きしたメッセージカードと共に手渡ししていきます。袋の中身は？ なんやろ？ と待ちきれない様子でもう一つご利用者さまが次々に開封していくと中から靴下も聞かれたくさんの笑顔が見られました。

最後は皆で記念撮影を。「はい、皆とびっぴりの笑顔で」の一言と共に撮られた一枚にはこの日一番の笑顔が集まっていました。この笑顔を来年も撮影できそうですよ。



訪問介護

西 勝康

地域包括ケアシステムを構成する五つの要素は医療、介護、住まい、介護予防、生活支援ですが、今日は訪問介護についてお話しします。

そもそも訪問介護とは訪問介護員が要支援、要介護、高齢者の居宅を直接訪問して入浴、排せつ、食事等の介護や調理、洗濯、掃除等の生活支援を行うサービスです。

その訪問介護を取り巻く環境を見ますと要支援・要介護者の増加は二〇〇〇年に介護保険制度が始まった時には二百八十八万人でしたが、二〇二五年には八百万人を超えるといわれています。このような増加に伴い介護給付費も二〇二五年には二十一兆円にまで膨張することが見込まれていて、国の厳しい財政事情からも介護給付費の抑制が喫緊の課題となっています。

このような状況のなかで介護報酬のマイナ改定が避けられないと考えられています。

桜の広場

環境に陥ることになります。訪問介護を取り巻く環境は厳しさを増しており、近年では廃業、倒産に至るまでに業績が堅調なうちにM&A、売却、譲渡を考慮する事業者も増えています。

上記のように大変厳しい経営環境の中ではありませんが、今後の高齢者数の増加を考えると潜在的な市場は非常に大きく、訪問介護サービスは在宅で暮らし続けるための中核的サービスなので八重桜としてもしっかりと運営したいと考えています。



デイサービス八重桜 朱雀

【傘でボン】



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、梅雨の時期にピッタリな「傘でボン」というゲームを実施しました。これは傘を幾つか床に並べて、事前に職員が作っておいた紫陽花とてるてる坊主を傘に投げ入れて、入った点数を競うゲームです。ご利用者さまお一人ずつゲームに参加していただきましたが、皆さま真剣に楽しみながら取り組まれて、梅雨の暑さを吹き飛ばす応援の掛け声が上がりととても盛り上がりました。湿りがちな梅雨の時期でも楽しいイベントを企画していきたいと思えます。

【父の日】

年に一度、日頃の感謝を込めて。今年も父の日のイベントを開催させていただきました。最初は、ご利用者さまによるハンドベルの演奏が始まりました。ベルの素敵な音色がフロア全体を温かい雰囲気に取り込んでいきます。次に職員によるダンスです。職員の普段なかなか観られない姿に驚かれて喜んでおられました。次はお待ちかねのプレゼント贈呈。女性のご利用者さまから男性のご利用者さまへ、日頃の感謝を込めたメッセージとプレゼントをお渡しさせていただきました。今までの感謝の気持ちを伝えさせていただくと「ありがとう」と男性のご利用者さまは口を揃えて感謝されて、笑顔の良い表情が溢れています。感謝の気持ちを伝えると相手にしっかりと届くことを再認識できたイベントでした。これからも感謝の気持ちを忘れずに皆さまの幸せを追求するために、様々なイベントを企画・実施していきます。



デイサービス八重桜 押熊

【フットでゴール】



机の上を使ってフットサルをしました。今回ゲームをするのにチームの名前を決めました。チーム名はきのことだけの、チョコレート菓子からの連想です。座っている場所から遠い方のゴールにボールを入れていただくように説明しましたが、いざゲームが始まると練習ではできていたのに近くのゴールを狙ってしまう方もいて、「こっち！こっち！」と周りが声がかかります。

もうすぐ、百歳を迎えられる方がとても活躍されて、ボールを投げられる時には守備側に対してフレイントをかけられるなど、普段あまり見られないお姿を見せてくださいました。なかなかゴールが決まらず気落ちする方もいらっしゃいましたが、ゴールが決まれば誰よりも大きな声で喜んでくださいました。結果はたけのこチームの勝利となりましたが、今後も楽しくゲームができるよう工夫をしていきます。

【父の日】

母の日に続き、今日は年に一度の父の日なので、日頃のありがたの気持ちを込めて手作りおやつを作りました。出来る上がるまでは、何が出来るのか少しワクワクされている様子。レモンケーキにミカンなどの果物を添えてお出すると、待っていました！という表情で召し上がられ、美味しいと喜んでくださっていました。プレゼントには靴下を手作りの袋に入れて渡しました。中身がなにかとても気になる様子ですぐに開けている方や、部屋に帰ってから見るわと少し我慢していらっしゃる方もいました。男性の方はシャイな方が多いですが、押熊館の方はお話し上手な方が多いので、父の日にまつわるお話もたくさんしていただきました。

年に一度の母の日、父の日だけではなく日頃より感謝の気持ちを忘れずに過ごせたらと思います。



デイサービス八重桜 平城

【父の日】



今年の父の日レクリエーションはテラスで行いました。天気は良く、少し暑いぐらいでしたが、風が吹いており気持ちよかったです。折角の父の日ですので、ノンアルコールビールと枝豆を用意して皆で食べながら交流を深めることにしました。ご利用者さまの中にはサマースーツを着てこられた方もおられて、とても格好良かったです。職員の「がんばーいー」という掛け声と共に皆で冷えたノンアルコールビールを飲みました。冷えていて皆さまとても美味しくお話しされておられました。男性ご利用者さまはおとなしい方が多いので、職員が場を回して話しかけていましたが、話始めると皆さま楽しそうにお話しされておられました。ビールをおかわりされる方もおられ、楽しんでいただけて良かったです。また来年も乾杯したいですね。

八重の家

【カラオケパーティー】

今年も父の日がやって参りました。毎年、八重の家では男性ご利用者さままで集まり、カラオケ大会を開いて交流をしています。今年は違う催しも考えておりましたが、「いつものカラオケやるう」という声が多く、今年もカラオケ大会となりました。

まずは焼肉を焼いて皆で食事をしました。食事をしながら、野球の話や音楽の話や昔の思い出話など、男性陣で盛り上がりがおられました。お食事が終わると、皆さまの大好きなカラオケ大会。いつも行っているカラオケですが、今日は特別な日でもあり、いつも以上に熱唱されています。終盤になると職員も飛び入りしたりして、ご利用者さまも職員も笑顔でした。「楽しかったわ、また来年もやってくれな」とご利用者さまも上機嫌、そんな言葉をいただけるご利用者さまも嬉しそうです。また来年も歌いませう。



デイサービス八重桜 西奈良

【べらべら玉入れ】



西奈良の新ゲーム、「べらべら玉入れ」です。傘を玉かごにする事で、今の季節感を味わえますね。傘におじやみが入るたびにべらべらと揺れるので、皆さまにはスリルと楽しさを感じていただきました。今回は傘を二本使い、奥の傘を最高点にしました。傘がひっくり返ると点数は無効になります。無効にならないようにと、皆さま慎重に投げようとされますが、ゆっくりする間もなく、三十秒と時間制限も作っていたので、時間が迫られると勢いよく投げてしまっぴっくり返ってしまい、「一斉に「あー！」と大きな声。歓声と笑いに包まれた時間でした。次は、傘を一列にしてみたり、点数を変えたりと今回とはまた違った楽しみ方が出来ますね！皆さま、適度に運動して動かして暑さや湿気に負けない身体づくりをしましよ。

【父の日】

母の日に比べて世間的に大々的には取り扱われませんが、それを覆すような熱気で父の日のイベントを開催しました。西奈良館では男性の方は多くないですが、今回は男性がメインのイベントなので、男性にちなんだプログラムとなりました。職員がエルフアントカシマシの「俺たちの明日」という曲を披露すると「男に向けたええ歌や」と好評をいただきました。その後は父の日や男性に関するクイズを出題。なかなか難しい内容でしたが、なるほどと勉強になるような良問が続きます。最後は職員考案のバランスゲーム。皆さまヒヤヒヤした様子で箱を積み重ねておられました。おやつは回転焼きにフルーツを添えての提供です。皆さま「こんな久しぶりやあ」と嬉しそうに召し上がっていました。



私の原動力

堀田 真琴



八重桜平城館で働き二年が経ちました。通勤のしやすい距離と夜勤のない正社員に魅力を感じ就職しましたが、今は風通しの良い社風がとても働きやすい会社だと感じています。介護職に就き十二年

目で、今まで有料老人ホームや老健、訪問介護事業等を経験しましたが、住宅型有料老人ホームで働くのは初めてでした。介護の仕事は施設により利用目的が変わります。地域性や客層などによっても、利用者への関わり方や雰囲気は違います。八重桜でも驚いたり戸惑ったりする事がありました。同僚や上司に恵まれ、色々助けていただきながら何とかやっていくことができました。

日々仕事や家事に奮闘中の私の原動力は、子供の存在です。小学生の一人娘がいますが、段々と難しい年頃になってきて、口ごたえも一人前です。しかし、生意気を言ってきたり寝顔はまだまだ幼児の頃のまま、毎晩ひっそりと癒やされています。

去年、ステップアップの為に介護支援専門員試験を受けました。働きながらの勉強が辛く諦めようかと何度も考えたのですが、家族がずっと応援してくれたので、何とか最後まで踏ん張る事ができました。迎えた試験当日、テストが終わったら読んでねと娘が手紙を渡してくれました。帰宅中の電車で読むと、「しけんががんばれた？合かくするよにいのつてね！しけんがおわたらいつしよにパフェたべにこうね。いつしよにかるたしよね！だいすきだよ！」と書いてあり、子供なりに寂しい気持ちや我慢して一緒に頑張ってくれていたんだな、と嬉しく思いました。

お祈りのお陰で試験に無事合格し、半年かかった実務研修も六月末で終わります。生活が落ち着いたら、娘と約束のパフェを食べに行くつもりです。その時には「ずっと応援してくれてありがとう」と伝えたいですね。

俳句教室発表句(敬称を略します)

茄子料理 一品添える タの膳

磯野弘子
旬のものが一品加わるだけで夏の到来が感じられますね

夕立や シャワーを浴びて 気持ちよし

森田 美巴子

突然の雨でも、夏ならば涼を呼び込みます

サングラス掛け 悪になる私

塚本 明美

自由律にしたことで羽目を外してワルぶる感じが出ています

夕立の あとにまた鳴く 蟬の声

山田 利子

涼しくなるのかと思えば、また暑苦しい蟬の声ですね

焼き茄子の 香りのどかに 涼をとる

川井 弘子

昔はどっこも戸を開け放ち、夕涼み時にはこの香が漂っていました

幼き日 夕立来ると ふとんの中

西川 道子

カミナリが鳴ると、なぜか子供は布団にもぐり込みましたね

こころの遊歩道

小成に安ずる者は

なお 鉢植の私のごとく、

枝振りには好いが生気が少ない。

渋沢 栄一

八重の家通信 45



お陰様で無事、一周年を迎えました。

昨年の三月よりスタートしたカフェ八重の家です。六月十五日現在、登録者数が百五十二名となりました。オープン時は月間利用者数が六十四名、それから三か月で百名を超えて、令和六年五月には月間利用者数、百四十六名となりました。今では、毎日平均七名の方にご利用いただいております。

ランチは、ちらし寿司、焼肉、天ぷら、フライ物など、人気のメニューを中心にしながら楽しんで美味しく召し上がっていただいております。午後からはカラオケを楽しんでいただき、「送迎付きで千円は、安くて申し訳ないわ、ありがとう。」と、とても喜んでいただいております。

| 令和6年8月 | | 各週のお献立 | |
|-----------------------|-------------------------------------|--------|-----------|
| 週 | 献立 | 写真 | 献立 |
| 第1週 8月1日 8月8日 | 手作りハンバーグ サラダ デザート | | 味噌汁 白飯 |
| 第2週 8月15日 8月22日 | ハモの天ぷら オクラの味噌和え 味噌汁 白飯 デザート | | |
| 第3週 8月29日 9月5日 | お刺身盛り 味噌汁 デザート | | |
| 第4週 9月12日 9月19日 | 手作り餃子 味噌汁 (パンパンター) スープご飯 デザート | | |
| 第5週 9月26日 10月3日 | フライ鶏ひきわり スープ デザート | | |

認知症予防あれこれ ⑮

ボーっと過ごすのは危険？

藤村 俊城

「ボーっとして過ごしていたら余計ボケそうぞ」と、あるご利用者さまが言われました。これを聞いた時、この人は天才か！と驚きました。その通りなのです。何もしていない、テレビをボーっと見ているなどの状態はデフォルトモードネットワークという機能が働いており、脳内のネットワークが活性化します。そのため脳が働いており、不安や心配事が増幅されたりします。これが続くとも認知機能の低下にも繋がります。逆に言えば、何かに集中する没頭できる時間を持つことは脳の疲労が減り、認知機能低下予防にもなります。趣味でも何でもいいのです。

私のいるデイルームで発足当初に手伝っていた田村さんが久しぶりに覗きに来た時に「○○さん、あんな集中してやれるようになったんですね」と驚かれました。集中できる作業を提供し、認知症予防に繋げていく。非常に大切な認知症予防作業療法のコンセプトです。これからも精進します。