

## 秋の大運動会 — 恒例イベント — デイサービス八重桜

八重桜の十月十四日には、大運動会が開催されました。

### 今年も職員が大奮闘しました！

### 必死の人間ピラミッドや組体操をご披露！



ご利用者さま職員が紅白二組に分かれて応援合戦も！  
必死の人間ピラミッドの時は、応援されたご利用者さまも手に汗を握り、肩に力が入って自然と筋肉運動を体感されました。  
一日、運動と爆笑で心身ともにスッキリ！

大ピラミッドの完成！（写真上）  
下段担当はこの後二日間背中が痛かったとか！  
ソウデショウネー！ごころづさま。



借り物競走で仲良く  
ピース！（写真右）



ご利用者様と職員の紅白代表  
が選手宣誓！（写真上）

# 今年も大運動会でバンザイ！と！ 毎年同じお元気なお姿を拝見して写真記者も感激！



ピラミッドの上は勇氣！  
ピラミッドの下は忍耐！



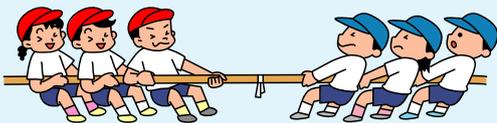
紅組のハチマキで  
バンザイ！  
去年もバンザイでした。



綱引き競技には見る者も  
力が入ります！



障害物競争！  
みんな大笑い。



馳せ走る

食の匠

のひとりごと

西 勝康

## 食とコミュニケーション

「食すること」は生命維持や、生活を豊かにし幸福な気持ちにさせてくれる効用がありますが、コミュニケーションツールとしての「食」も忘れてはなりません。食事の時間を共有することは様々な人との連帯感や帰属意識を育み、豊かな人間関係を築く機会を与えてくれます。

最近各地で一人暮らし高齢者の方々の昼食会が催されているようです。そこに参加されることで孤独・孤立感を緩和する効用があることは疑う余地がありません。私たち「八重桜」も地域の自立高齢者（介護認定非該当者）に対してもそのような高齢者昼食会を考えてみようと思います。



## デイサービス八重桜の十月

ならやま「エコーミニコンサート」が開催されました。

十月十一日の「ならやまエコーミニコンサート」ではピアノ伴奏で懐かしい歌など熱唱して頂きました。親近感を感じる温かいコンサートでした。ありがとうございました。

施設長／綾部 俊治



## デイ&ナイトサービス八重桜の十月

鎮守の森のお神輿を見学！

平城宮跡へドライブもしました。奈良の住民でも平城宮の歴史と雰囲気を感じられることは少ないのではないのでしょうか…？

施設長／荒木 佑輔

しまりじんじや  
倭文神社の蛇祭り



平城宮跡の朱雀門



# Day garden



## デイガーデン八重桜の十月

デイガーデン八重桜でも大運動会をやりました。ご覧下さい。皆さんお元気でしょう。貼り絵も快調！

施設長／森田 浩介

## デイガーデン新薬師の十月

### みんなで小さな傘づくり

「ものづくり」をしまじょう…といつか、折り紙で傘を作りました(写真)「こんな難しいのできるかしら?」と悩んでおられました。結果は「意外と簡単だったわネ!」「大切に使う」「宝物にします」と。

施設長／中川 雅義



### 俳句教室発表句

(敬称を略します)

秋風やそよ吹く風が顔をさす	田中 てる子	季節の変わり目を詠まれた名句!
松茸や一本の値段に手をしばめ	後藤 利喜太郎	まったく同感です。
秋草に鳴く虫の声淋しそう	高畑 龍 子	なぜかのように聞こえますよね。
秋さんまにほいにひかれ足とまる	染谷 久美子	秋の風物詩、さんま焼く香りは格別です。
神苑の鯉の色増す水の秋	池田 隆 子	深い情念が詠まれていて、何度も読み返しました。
大好きな秋の果物柿と栗	上野 三千代	秋と言えば柿と栗ですよ。とてもおいしいですね。
赤トンボ追えば夕暮れ秋の空	北 ヒデノ	子供の頃に赤トンボ追いかけてたのを思い出します!
栗御飯味付けよしの八重桜	塚本 静 子	確かにおいしいですよ。いっぱい食べて下さいね。
お弁当広げて嬉し秋の空	武村 文 子	外で食べるお弁当! 絶品ですよ。
赤トンボ幼き日々を思い出す	西村 トシユ	幼少時代を思い出します。
秋の風かべのうちわもいらなわ	菅居 ヨシエ	今年の夏も暑かったですね。最近では夜も涼しく快適。



長谷川 美紀 (俳句教室担当)

# ファミリーモア八重桜

デイサービス付き高齢者住宅

## 併設 デイサービス八重桜 宝来の十月

十月十六日はフルートアンサンブル「ナラノフエ」の皆さまの演奏をお聞かせ頂きました。懐かしい曲からNHKの曲目まで、生の演奏に皆さんうっとり聞き入っておられました。また、アクリルフルートで音を出す難しさを体験させていただきました。有難うございました。十二月の演奏会が楽しみです。また、新しくマーチジャンセラピーも始めました。(写真下)

施設長／藤本 勉



### 高齢者の住み替え ③

「個人の尊厳を地域の方で支援する仕組みを団塊の世代が75歳を超え、要介護の出現率が高くなる前に創り始める必要がある」との問題意識は広く共有されるところとなっています。そしてそのための仕組み作りが「地域包括ケアシステム」に他ならないのです。

このシステムでは高齢者が地域で自立した生活を営めるように、住まいを基本とした上で、医療・介護・保健・生活支援という4つのサービスが包括的、継続的に行なわれることが求められています。

## 桜の広場

ます。そして重要となる要素のひとつが「互助」です。互助とは日常生活空間の相互扶助を指します。介護分野における互助の例としては、独居高齢者の見守り、外出支援や近隣での昼食会、保険給付外の家事援助などが考えられます。このような互助的生活支援に関しては発達が相対的に遅れています。そして支援を要する高齢者の状態によっても必要とされる互助サービスは多様になっています。この続きは次号にてお話ししたいと思います。

西勝 康



## カメラ散歩



中山 実男 (写真:文)

### 「不退寺」

奈良市法蓮町、八重桜本店のすぐ近くに不退寺があります。平安遷都の後平城京をなつかしむ平城天皇が、上皇として都を再び平城京に戻すことを画策されたが成功せず、譲位されて後この地に隠棲し「萱の御所」と称したのが始まりとされ、その後、平城帝皇子阿保親王、親王の五男在原業平と受け継がれ、業平がこの「萱の御所」を寺として「不退転法輪寺」と呼んだのが今の不退寺である。別名「業平寺」と呼ばれて永く親しまれました。ここで、古今和歌集の選者でもあり、「六歌仙」の一人である在原業平の代表歌を一句ご紹介します。

世の中にたえて桜のなかりせば春の心はのどけからまし  
(古今和歌集より)



「介護員となって」

桑理 恵奈

私は以前、介護とは全く無関係のアパレル会社で働いていました。学生時代に進路を決定する時に興味があったアパレルと介護のお仕事。どちらに進むかかなり悩みましたがアパレルを選択。

洋裁の勉強をした後に、アパレル会社へ就職し長く働いてきましたが、興味があった介護のお仕事の夢を捨てきれず四〇才手前で決断した転職でした。全く違う職種ではありますが、仕事の上で共通するものは沢山あり、笑顔、コミュニケーションはもちろんの事、職員同士のコミュニケーションも重要。八重桜で楽しくお仕事をさせていただいているのは、そのコミュニケーションができてこそだと思っています。

笑顔は幸せな気持ちをもたらし、笑顔には心拍数を下げて、気持ちを安定にし



てくれる効果があるとされています。笑顔を作るために顔の筋肉を刺激すると、楽しい気分になり、笑うという行為は自分だけでなく、周囲の人をも幸せな気持ちにさせます。

桑理さんが居るだけで明るい雰囲気になる、と言われることを目指して、笑顔が一番と心がけて仕事をしていきたいと思っています。

自ら利用者様に対して目標を持ってかわり、その目標のために様々な援助技術を用いて行けるように頑張りたいと思います。

介護技術も自分ではまだまだですし周りの先輩方の技術を勉強させて頂いている毎日ですが、人とかかわる事が大好きでお話することも大好き。自分が時間をかけて利用者様とかかわり、介護をさせて頂くうちに、ふと見せられた利用者様の笑顔に心からの喜びを感じ、私自身の力となっていくように感じています。

今月の名言・格言

チャンスの女神には前髪しかない

レオナルド・ダ・ヴィンチ

1 公的介護保険指定事業  
居宅介護支援事業所 八重桜

〒630-8113 奈良市法蓮町632-2 デュエット山末ビル306号  
TEL:0742-25-5045 FAX:0742-25-0003

公的介護保険指定事業  
デイサービス八重桜(一般通所介護)  
デイハウス八重桜(認知症対応型通所介護)

自主事業  
ステイケア八重桜(短期宿泊所)

〒630-8113 奈良市法蓮町410番地の2  
TEL:0742-20-7205 FAX:0742-20-7201

2 公的介護保険指定事業  
デイ&ナイトサービス八重桜  
(一般通所介護)

〒630-8453 奈良市西九条町2-4-3  
TEL:0742-63-5670  
FAX:0742-50-0277

3 公的介護保険指定事業  
デイガーデン八重桜  
(小規模通所介護)

〒630-8247 奈良市油阪町423  
TEL:0742-93-9080  
FAX:0742-93-9081

4 公的介護保険指定事業  
デイガーデン新薬師  
(小規模通所介護)

〒630-8301 奈良市高畑町626-4  
TEL:0742-25-3070  
FAX:0742-25-3071

5 デイサービス付き高齢者住宅  
ファミリーモア八重桜 宝来館  
デイサービス八重桜 宝来

〒631-0845 奈良市宝来4丁目4番12号  
TEL:0742-93-8470  
FAX:0742-93-8570

