

ご利用者さまのおかげで、毎月下記2箇所へ寄付をさせていただいています。

12月の寄付額 Unicef (ユニセフ) 20,000円 能登半島地震災害支援 20,000円 これまでの累計金額 559,500円

二月は初花月、春めく季節です

立春過ぎても寒さと暖かさは交互にやってきます。暖かい日の後に来る冷え込みにご注意ください

デイサービス八重桜本店

「餅つき大会」



一年を締めくくる大イベント、今年も無事に開催出来ました。以前より予告していたお陰でしょうか、当日のご利用者さまは期待あふれる様子で始まりを待っていました。この行事が来る年末まで感じます」との声も。

蒸しあがったもち米のいい香りがフロアに漂う中、餅つきのスタート。掛け声に合わせて順番に皆さまに参加いただき餅つきは進みます。皆さま昔の経験を思い出しながら素晴らしい手付きで進められました。最後の仕上げは職員で。男性職員の力強い杵さばきに拍手も起こり、おいしそうなお餅が出来上がりました。ついた傍から丸め、たくさんのお餅が出来上がりました。最後はお待ちかねのおやつです。小さくしたお餅を入れたぜんざいをふるまいましたが、皆さまおいついと喜んで召し上がってくださいました。

「お正月遊び」

新年明けましておめでとございませす。今年も八重桜本店をどうぞよろしくお願ひ申し上げます。

お正月期間中のレクリエーションは毎年お正月遊びをしますが、この日はみんなで福笑いを楽しみました。羽子板、独楽回し、双六などと並び人気の高い福笑いです。早速一人目の方に挑戦していただき、何やら顔の様子が変。スタッフの手作りにより今年も本店に勤務する職員の顔を撮影して福笑いのパーツに使用しました。見慣れた顔で行う福笑いは大盛り上がり。目の位置が寄りすぎたり、たり。見えないからこそその顔の出来上がりに新年初笑いがフロア中に響き渡ります。最後は作った顔と共に記念撮影を。今年もいい笑顔からスタートできたお正月。年中笑顔を忘れず取り組んでいきたいと思ひます。



在宅生活の切り札

西 勝康

桜の広場

今年の四月オープンを目指して奈良市学園中二丁目住宅型有料老人ホームを建設中です。昨年十月から入居者募集のご案内を始めていて今更ながら気付いたのですが、募集開始から暫くは要支援の方や自立の方も多くいらして、この建設中のファミリーモア八重桜学園前館の募集対象より軽度の方が多くて少々戸惑いました。しかしその軽度の方は近い将来のために良いところを探しているところで、四月に入居したいという強い希望があるわけではないように思ひました。以前私もこの小欄にて早目の住み替えをお勧めしてきました。十年近く前のことです。ただ最近では人生百年時代と言われ、私たちの施設やサービスの利用者さまの中にも百才超えの方が決して珍しくなくなりました。そして少しずつですが健康寿命も長くなってきたりもしています。そういうこともあって施設入居はできるだけ遅く、逆に云えば在宅での生活ができる限り長くする。本来

多くの高齢者の望む人生の終盤のあり方だと思ひます。勿論、ひと各々の状況に応じて早目の住み替は否定されるものではありません。ただ老後資金の温存の面からも在宅生活の方が施設より生活費は少なく済みます。そうは言ってもやはり施設の方が安心安全に暮らせるのでは...と考えられる方も多しと思ひますが、定期巡回時対応型訪問介護看護という介護保険サービスがあります。事業者の数が少ないのであまり知られていませんが、毎月一定額で三六五日・二十四時間体制で毎日でも家事援助、安否確認、健康相談・管理、緊急対応をしてくれるサービスです。要介護1の人から利用が可能です。料金の自己負担額も一割負担の方ならば約九千円/月から要介護度毎に決まっています。先にも述べましたが事業者が少ないので、このサービスの利用は定期巡回サービスの提供事業者に直接聞かれた方が早いと思ひます。

デイサービス八重桜 朱雀

【餅つき大会】

毎年、皆さまが楽しみにされておられる餅つき大会を開催させていただきました。石臼が冷えないように、お湯で温めながら餅つきをしました。「よいしょ!!



よいしょ!!」と皆さまの元気な掛け声のおかげで柔らかなお餅がつきあがりしました。これをぜひに召し上がっていただくと、自分達でついた分美味しさもひとおのようで、「とても美味しかった。」と喜ばれて、とても満足された様子です。

皆さまが日本の伝統に触れ、心地よいひとときを過ごし、互いに交流を深めるためのも良い機会になりました。今後も、皆さまと共に過ごす日々を大切に、今後も皆さまが楽しいひとときを過ごせるように色々な企画を提供していきたいと思っております。

【初詣】

皆さま、新年明けましておめでとうございます。本年も宜しくお願致します。

さて、今年も皆さまに初詣をしていただくべく、フロアに手作りの神社を設置しました。その名も「朱雀神社」です。お一人ずつ朱雀神社にてお参りしていただきおみくじを引いていただきました。お参りの際には、感謝の祈りや家族のことなどをお祈りされていきました。皆さまとても喜んでおられて良いお正月になりました。笑顔と希望に満ち溢れた素晴らしいひと時でした。新年が皆さまにとって幸せな一年になりますように心よりお祈り申し上げます。



デイサービス八重桜 押熊

【餅つき大会】

紅白幕が張ってあるのを見て、餅つき大会があることに気付かれたご利用者さまもいて、お昼から準備を始めると皆さま少しソワソワした様子になり、始まるのを心待ちしている様子。

いざ餅つきが始まると、「よいしょーよいしょー」と掛け声がかかります。皆さまにもご参加いただき、一緒に餅つきをしました。お一人で杵を持つのは重たいという方にはスタッフが手を添えて一緒に持ちます。どんどんお餅がつきあがるのを見て、美味しそう！という歓声があがったり、家族と一緒に庭で餅つきをした思い出を話されたり、それぞれ楽しんでいただけたようでした。

つきあがったお餅はおしるこにして召し上がっていただきました。中にはおかわりをされる方もあり、皆さまに美味しいと喜んでいただきました。



【絵馬しるこ】

三が日の三日目に、皆さまと絵馬を書きました。何を書こうと考え込まれる方や、「おいしいものが食べたい」と書かれる方や、「ほくは毎年これや！健康第一」とスラスラと書き込まれる方も。平和や健康や子の幸せを願う個性あふれる絵馬が出来上がりました。

さて、この素敵な絵馬をどのように飾ったら願いが叶うのか、スタッフ一同考えた結果、鳥居を作ることになりました。今は初詣に行つて絵馬を奉納する機会も減っているので、押熊館で少しでも初詣の気分を味わっていただきたいという思いからです。「押熊神社」と書かれた朱の鳥居が完成すると、ご利用者さまから「いいのができたね」「みんなの願いが叶いそう」という声が上がりました。皆さまの願い事が叶うよう、スタッフ一同今年も様々な取り組みを行っていきたいと思っております。



デイサービス八重桜 平城

【福笑い】
新年あけましておめでと〜ん〜ん
します。

今年最初のレクリエーションは「福笑い」です。「おかめ」と「ひょっこり」の顔を使って行いました。目隠しをしたご利用者さまに顔のパーツを渡し、カンをたよりに正しく並べていただきます。目隠しをとると、ぐちゃぐちゃに並べられた「おかめ」や「ひょっこり」をみて皆さまは大爆笑されます。それにつられて周りの皆さまからも笑いが起こりました。新年早々笑いの多いレクリエーションとなりました。今年も笑顔の絶えない一年になるように職員も励んで参りたいと思います。



八重の家

【餅つき大会】



恒例の餅つき大会がやってきました。馴染みの職員が杵を振りかざし臼に入ったもち米をめぐけてつきます。べったんべったんとティフロアに音が鳴り響きます。もちをつくのに合わせてご利用者さまと職員からの掛け声が上がります。「よいしゅーよいしゅー」つきあがったお餅は、皆さまにおせんざい用に丸めていただきました。餅つきが終わった後に、餅入りのおせんざいを皆さままで食べていただきました。甘くて美味しく大好評で、おかわりをされる方もいました。皆さまに作っていただいた鏡餅は玄関に飾らせていただきました。

デイサービス八重桜 西奈良

【福笑い】
新年明けましておめでと〜ん〜んします。今年も八重桜および西奈良館をどうぞよろしくお願ひ致します。

さて、新年の遊びの代名詞として思いつくもの一つに福笑いがあります。それを少しアレンジしたものを西奈良館で行いました。基本的なルールは本来の福笑いと同じですが、顔のパーツを投げて顔を完成させるというもの。意外と難しく、ちゃんと投げたつもりでも思った場所に落ちないので、なかなか顔が出来上がらず出来上がったものを見て笑いが起きていました。何人かは綺麗な顔を完成され、その時は皆さまから「おー」と歓声が上がりました。笑う門には福来ると言いますが、新年からいっぱい笑ってください。西奈良館にも福が来て欲しいですね。二〇二五年も皆さまが健康に元気で過ごせますように。



【書初め】

新年恒例の書初めを行いました。書初めは抱負や縁起の良い言葉など年初にふさわしい言葉を書く事で、行動を新たにするという意味があるそうです。書道の日は毎回お手本をいくつかお渡ししていますが、今回は「初」の文字をテーマに思いつく言葉を皆さまに書いていただきました。お手本がないことで、上手に書けるか不安な様子の皆さまでしたが、「初夢」「初詣」「初日の出」等、言葉が思い浮かんでくると、筆を手に取り力強い字で丁寧に書いておられました。普段は筆を持たれない方も周囲の方がしておられる姿を見て「書いてみようかな」という気持ちが出たようで、書初めにチャレンジしておられました。皆さまにとって笑顔あふれる一年となりますように。今年もよろしくお願ひいたします。



「ひとを大切に」

定免 千陽



二〇二三年に八重桜に入社し、二月で一年八カ月になります。

八重桜への転職のきっかけはウェブサイトの求人、「ひとを大切に」をモットーに掲げ、福利厚生... 求し、スタッフの働きやすい環境を整えてい... スタッフも大切に考えてくれる会社なんだな... と、半信半疑でしたが気が付けば応募して... した。

採用していただき、西奈良館で勤務して... したが、二か月後、体の異変に気付き、受診... たところ癌が見つかりました。この先どうなる... か分からないまま、務めさせてはもらえないな... と覚悟を決めて報告したところ、「しっかり治し... て、戻っておいで」と即答。驚きと同時に、ほ... んとに「ひとを大切に」してくれる会社なんだ... と、感動と申し訳なさでいっぱいになりました。

西奈良館のスタッフの皆さまの優しい声掛け... と助けをかりながら、治療の間も勤務させて... もらったことで、辛いはずの治療も乗り越える... ことができました。「ひとを大切に」の言葉は、... 私の命と心を救ってくれたのです。病気になる... たことで、人の優しさに沢山触れることができ... 今では病気に感謝しています。

俳句教室発表句 (敬称を略します)

うぐいすに 春のおとずれ 気持ち晴れ

清 水 玉 枝

冬の終わりを告げる鶯の鳴き声に気持ちちが... 感応したのですね。

急ぐなよ 梅も桜も まだ早い

尾 崎 岩 重

冬の日差しの中で芽吹こうとしている枝を... 見付けたのですね

ふきのとう 香り楽しむ 朝ごはん

倉 司 壽 代

ふきのとうの香りは春の訪れを感じますね。

畑焼く 灰を肥料に 根をしげき

中 輝 子

焼かれた畑の下では新しい芽吹き準備が... 始まっています。

ふきのとう みつけて春の 暖を知る

中 薫

春の暖かさを視覚的に感じさせるふきのと... うですね。

願掛けの 若人に梅 咲う日よ

清 水 成 子

天神様に合格祈願の受験生達、皆に花が咲... けば良いですね。

松の内 過ぎてうぐいす 声久し

川 井 弘 子

松明けに鳴く鶯、春を待ちかねた気持ちちが... 現れていますね。

こころの遊歩道

世の中に処して行くのには、形勢を観望して、気永に時期の到来を待つという事も、決して忘れてはならぬ心がけである。

洪沢 栄一

八重の家通信 52

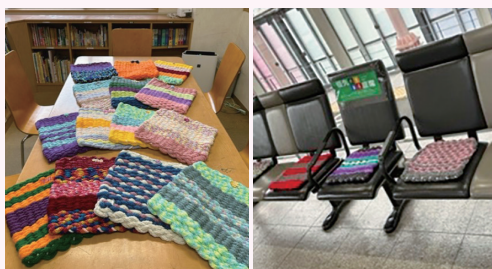


「そーしやるさくらら会」各所に寄贈をいたしました

ホームで電車を待つ間、少しでも寒さが和らぎますように... 始まったこの活動は、早や五年を過ぎようとして... しています。

さくら会のメンバーが作製した手編みのクッションは、公共交通機関(JR奈良駅・平城山駅)への寄贈をはじめとし、地域の小学校、児童養護施設等、少しずつその活動の幅を広げてまいりました。「有難う、暖かいわ」「今年も楽しみに待っていました」「座るのがもつたいなわ」等、寄贈を通じて届く声に、優しさの呼応を感じます。

「寒いね」と話しかければ「寒いね」と答え人のいるあたたかさ (俵万知)



認知症予防あれこれ 22

アルツハイマー病予防 その1

藤村 俊城

認知症を引き起こす疾患は三十六ほどあります。その疾患の中でも認知症原因の約七割がアルツハイマー病です。このアルツハイマー病とは、アミロイドβというたんぱく質が脳に蓄積することで発症します。そして脳は次のような脅威にさらされるとアミロイドβが出ます。

①炎症 ②栄養不足 ③毒素 身体各部に炎症があったり偏食をしている、さらには毒素とはどういうことなんでしょうか。次回以降これから脳を守っていく方法を少しずつ考えていきます。

百歳前の認知症のないご利用者さまの方、よく考えると昼食も残さず完食されています。二年ほど前に食事が細っておられた時は少し認知症が入ったようにも見えましたが、その頃に八重桜本店では桜寿司がスタート。「お酢の物が好き」と言われていたその方は、お寿司をきっかけにみるみる元気になられました。八重桜ですごいです。

それにしても、生活習慣、大事ですね。