

六尾だより

題字 K氏
デザイナーズセンター 株式会社

第13号
 発行
 社会福祉法人長寿会
 京南市信達六尾547
 TEL0724-83-7260
 www.chojukai.or.jp

”困ったなあ” そんなとき… まっさきに頼りにされる存在に

～地域の皆様との交流を通じて～



「フェスタしんだちのワッ!」に参加
 (H17.11.3信達中学校にて)

恒例となった“六尾の郷学校”
 脳年齢をためすゲームやクイズに子どもたちは頭をひねりながらも、笑い声の絶えない教室となりました。



これで見納め!!

「ひらかた大菊人形」へ深まりゆく1日を、六尾地区の方々とスタッフの総勢32名でこの日だけは田んぼも畑も忘れ、楽しんできました。



長寿会独自の配食サービスがスタート!

利用者第1号は、足をねんざした、独居のTさん。良くなるまでの間、毎日ホカホカのお弁当と一緒に“安心”をお届けさせていただきました。(写真に順次記事)

厳しかった冬も過ぎ、ようやく春らしさが芽吹きはじまりました。さあ、新しい一年の始まりです。

昨年度も、長寿会では地域のさまざまな人たちとの出会い、交流がありました。

「秋、六尾の村の方から、「柿がようさんなつたから取りにきて」とお声がかかり、職員が「柿狩り隊」が張りきって出動したりもしました。

それは、日常のなかの、ちょっとしたできごとでしたが、そのとき、私たちの存在を頭に思い浮かべてもらったこと、そして声をかけてもらったことは、私たちにあって、とてもうれしいことでした。

これからも、私たちの持っている資源を生かして、地域の人たちとの肩肘張らない関係を大切に、「いざ」というとき、まっさきに頭に浮かべてもらえる、そんな存在を目指したいと思っています。





「これくらい大きさをどうですか？」と尋ねるスタッフに「いいですよなあ」と返される S さん(92歳)



▲ウィンナーを細かく切っている K さん(105歳)

特養では昔のなつかしみを感じていた。こうと入所者にエプロン姿で調理を通して昔の感覚を思い出したり、他者との交流が深まれば良いなと思い『日曜クッキング』を立ち上げました。1月のお好み焼き作りと2月のたこ焼きの風景を紹介します。

特養 日曜クッキング



▲上田ケアワーカーと一緒に生地作り。 N さん(90歳)

自ら泡立て器を握りいつもとは違う表情で一生懸命混ぜられる姿が印象的でした。



▲出来上がったテーブルから「いただきます。」自分たちで作ったものだからおいしいことは間違いなしです。

混ぜることが得意なチームに分かれ皆で一緒に作り楽しんでいただいています。



味はどうですか？と尋ねると「久しぶりにお好み焼き食べたわあうまいよ」と大満足 M さん(74歳)



一緒に食べるのもっとおいしいですね、あつあつだから気をつけてさ S さん(87歳)

脳活性化運動であると考え、これからは S さんと同じように興味のあることを行っていく予防ができていきます。



みんなで脳を活性化がんばろー。

さらむこの世のほかの思ひ出にいまひとりの逢ふこともがな」と、とても自信に満ちた顔で即答。「これや」と思い、百人一首の札を用意することを決めました。その人の好きなものを行っていくことで、いきいきとした表情を取り戻すことが、



Y さん(夫)に支えられ、がんばる満寿菜さん

ある日、百人一首が好きたったことから、スタッフが百人一首の書かれた本を持ちながら S さんに「好きな句、ありますか」と聞くと、すぐさま「あら

楽

しみづくらの時間

デイサービスセンター つばさ



つばさにも「春」が訪れました。利用者様全員の力の結集で完成した

♪お内裏様とおひな様二人ならんですまし顔♪のお雛様とまさに今!!満開のしだれ桜です。つばさでは女性はもちろん、男性の方にも指先を使った創作活動を通して物作りの楽しさ、完成した時の喜びを実感していただければと取り組んでいます。

?! 頭のトレーニングで認知症予防!

グループホーム つばさ



▲少し緊張気味の S さん。

いずみの入居者、 S さんは、転倒により骨折、約2週間の入院生活を送ることとなりました。退院後は、車椅子の生活となつてしまい、すべてにおいて無気力になり認知症の進行もみられました。

入院前の S さんに戻ってほしいと考え、脳活性化運動と題し、計算ドリル、音読、発声練習を活動の一部に取り入れ行っていくこととなりました。始めた当初は居眠りも多く関心を持ってもらうこともできない状態にありましたが、毎日決まった時間帯に行っていくことで、 S さんの中で何かが変わっていく、脳活性化運動を行う前と行った後は瞳の輝きが違つたとわかってきました。



ただいまあ



おかえり



グループホーム六尾の郷では、いろいろな「外出」があります。入居者と家族との外出や、職員と入居者マンツーマンでの個別外出やグループ外出、そして全員を対象とした遠足などです。昨年の秋の話になりますが、和歌山緑化センターに、バスにて遠足へ出かけました。



大型バスで緑化センターへ

個別外出は職員とマンツーマンで買い物やドライブ、散歩に出かけています。行き先は本当にいろいろで、近所のスーパーから海、山、ゆかりの土地などに乗ることを楽しめる方、買い物を楽しむ方、雰囲気を楽しむ方、入所者の個性がうかがえます。



「私だけごちそう…」悪いよとグループホームに電話される T さん



家族との外出の見送りと出迎えも職員の一つの楽しみでもあります。家族と顔を合わせた時の普段見られないほにかんだ笑顔を見ることができからです。



こちらは G さん誕生日に美顔エステに行ってきました。

「ただいま」「おかえり」にある言葉はグループホームでは日常的に使われています。

屋上に洗たく物を干して戻った時も診療所から戻った時も、自然に「ただいま」「おかえり」と交わされるとなんだか温かい。

外出の楽しみも今後企画しつつ私たちが旅行から帰ってきた時に思う「やっぱり我が家（笑）」のような、入所者にとって帰ってきてほっと安心できる家（グループホーム）の雰囲気作りも続けていきたいと思っております。



職員手記

グループホーム K

日々の終わりのほ、あつという間、介護の仕事についてはやはり年、恥ずかしながら全く別の職種からこの世界に入った私は福祉にたくさんの資格があることを知りませんでした。

ヘルパーに始まり介護福祉士、社会福祉士、精神保健福祉士、ケアマネージャー、国家資格ではないですが住環境コーディネーター、または認知症ケア専門士など、そして今年の介護福祉士試験は十三万人と受験者も増えているそうです。

目指す人も多く、より専門性が求められているんですね。TVで介護が話題のニュースや番組を見ると、資格や知識と其に人としての思いやりが大事なことを感じます。私も新しい知識を勉強しながら、みなさまの笑顔を励みに初心を忘れず、過ごしていきたいとこの十年を振り返っています。



毎朝の運動のため 動きやすい空間づくり



AFTER



Q 部屋の模様について

毎朝の運動を欠かさない N さんは、広い空間作りに気を付けておられます。運動の内容は、サイクリングのトレーニング、機器を冬場で200回、夏場は700回漕ぎ、晴天時はバルコニーで全身の体操を30分することから1日が始まります。

また、日中も椅子に腰かけ手足・首等の運動をされるため、常に広い空間でのびのびできる環境づくりに気を付けています。

そして、時には同階の友人を部屋へ招き、世間話に花を咲かせるのが楽しみと言われ、毎日笑顔が絶えない生活を送っております。

ケアハウス

快適なお部屋で元気住マイル

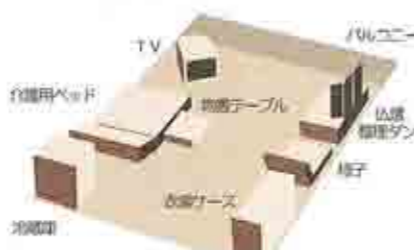
8畳の部屋を、それぞれ心地良く過ごせるよう、みなさん工夫して部屋の模様を考えておられるので、拝見しましょう!!



転倒防止にひと工夫



AFTER



Q 部屋の模様について

畳だった部屋を、転倒防止のために、カーペットをひき詰め、壁には手芸の作品が飾られるなど、洋室に早変わり。椅子に座り、TVや本・新聞などを読みながら、コーヒーを飲むのが楽しみという。E さんが、部屋で一番気に入っているのが、自宅から持ってきた、自分の思うマイペーパーを送られています。

POINT.

転倒防止のため
カーペットを引き詰める

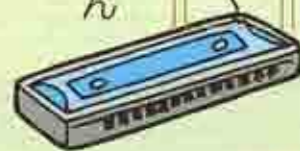


青春ひろば

「ハーモニカと共に過ごして80年」



N さん



利用者さんのお誕生日会やデイサービスの行事などがあると、ハーモニカで素敵な曲を演奏してくださる。N さん。童謡や歌謡曲など数十曲以上の譜面に自ら伴奏をつけて軽快に奏でるハーモニカの音に、利用者さんや職員もうっとり。最後は拍手喝采です。

N さんがハーモニカと出会ったのは、高等小学校2年生の頃。両親と近所の楽器店にふらりと行ったのがきっかけでした。きれいに光るトランペットや気品あるフルートなどたくさん並んでいて、いろいろさわってみたいという好奇心から独学で練習に励みました。練習していき辛かったことと言えば、大好きなハーモニカを戦時中は中断しなければならなかったことでした。戦後しばらくして再びハーモニカを演奏するようになり、吹ける楽しさ、喜びをより一層感じるようになった。

当時教えてくれる人はおらず、それでも「ハーモニカを覚えたい」という一心から独学で練習に励みました。練習していき辛かったことと言えば、大好きなハーモニカを戦時中は中断しなければならなかったことでした。戦後しばらくして再びハーモニカを演奏するようになり、吹ける楽しさ、喜びをより一層感じるようになった。

デイサービスセンター六尾の郷の利用者の方々には、詩吟や手芸など趣味や特技をもっている方がおり、日々楽しく過ごされ、今でも青春といわれています。今回は2名の方のご紹介をさせていただきます。

「川柳ミニ発表会」



S さん

S さんが初めて川柳を作ったのは、今から14、15年前のお正月。初孫が家に遊びに来た時のことでした。かわいい孫にお年玉をあげようとした時、小さな手を一生懸命広げて待っているその姿がとても愛しく、この川柳がふと頭に浮かびました。

「もみじの手
さし出す孫に お年玉」

それ以来、玄関に咲く花や散歩中に気づいたことなど、日常生活での何気ないひとコマや旅先での景色などを見ると、自然と頭の中で川柳ができてくるようになったと言われます。

次の川柳は、S さんが病院の待合室で待っていた時の作品です。

「亡き人の
思かげを知る 医師の窓」

診察室を見ると、先生に上着を着せてもらっている一人のおじいさんがいます。

「日も暮れし
日々の幸せ 手を合はす」

息子夫婦と孫たちが優しく、何かと良くつくってくれており、何よりもありがたくS さんの宝物の一つとし、感謝と共に大切に持ち続けたいと思いついた一言でした。

もともと友人に手紙を書くことが好きなS さん。相手のことを思い出しながら内容を考え、文章で表現する。またそれが頭の運動にもなり楽しいと言われます。「川柳はただ今趣味のひとつとして楽しんで作っています。上手か下手かわからんけど、やっぱり作るの好きやな」と照れ笑いしながら話されていました。

長寿会との交流のあゆみ



六尾地区民生委員 棟より

高齢化社会を迎えた現代、長寿会との地域交流が2年になります。六尾集会所では月1回、脳の活性化をはかるためのリフレクソコ教室を開き、地域住民の生活状態の把握・相談と熱心に取り組んでいただいております。



今では信頼関係もでき、地域の方との交流を深めるために、年に4回の行事（日帰り旅行、納涼大会、歌謡ショーなど）で楽しいひとときを過ごさせていただいております。今回は、枚方大菊人形が閉館するというので、職員の方たちと、お弁当を食べたり、乗り物に乗ったり、おしゃべりを楽しんだりひとときを作ってくださいました。

最初の頃は、地域の方とのコミュニケーションを図るまでは、大変な努力があったかと思えます。今後ともよろしく願っています。

理由



ケアマネージャー S

いちばんのきっかけ、それは…

私がこの道に進んだ

なぜ私がケアマネになっただのかと言えば、在宅で生活するお年寄りのためになりたかったから、福祉分野に身を置く以上、一度はやってみたい仕事だったから…というようなきっかけは理由もない訳ではなかったのですが、腰を痛め、介護士として続けていくことが難しくなったというのが素直なところなんです。しかし今ではご利用者やご家族と深く関わることができるこの仕事は、難しくもあり楽しくもあり、非常にやりがいを感じています。

まだまだ半人前ですが、最後まで一生懸命がんばります。

長寿会配食サービス

「こんなサービスがあったらなあ」を形に

「急なケガ・病気で他に頼る人もいない、明日からどうしよう…」そんなときの心強い味方、配食サービスがスタートしています。

1食300円で月1金の毎日、昼食をお届けいたします。大事にしているのは、「本当に必要な人に必要な時だけ」「緊急時に対応できるフットワークの軽さ」です。

制度のはずまで困った時、法人として何ができるかから始まった、独自のサービスです。どうぞお気軽にご相談下さい。



介護予防の新拠点 「地域包括支援センター六尾の郷」



地域のみなさんにはおなじみの顔!!

始動!!

介護保険制度改正に伴い、4月より在宅介護支援センターが「地域包括支援センター」に衣がえし、新たなスタートを切りました。市内では、六尾の郷と済生会なでしこりんくうの2ヶ所が指定を受けることに。

住み慣れた地域で継続してケアを受けられるよう、総合的な相談支援を行い、さらに「介護予防の拠点」としても活躍が期待されているところです。

六尾の郷開設以来7年間、地域の皆様に支えられながら培ってきた「顔の見える在介」の良さを見失うことなく、新たにパワーアップしてがんばってまいります。どうぞよろしくお願いいたします。

長寿会ニュース

NEWS

■ (社) 京都馬主協会
 (財) 中央競馬馬主社会福祉財団助成にて
 ケアハウスに特別浴槽ができました。



■ 第4回地域交流会「三門忠司歌謡ショー」
 が開催されました。



掲示板

皆様の生の声をお寄せ下さい!

・この「六尾だより」への皆様の記事を募集します。
 家庭同士の情報交換や、介護の体験記などなど、
 感想もお聞かせ下さい。

〒590-0514 泉南市信達金熊寺130番地
 TEL.(0724)-80-2850 FAX.(0724)-83-3311

だれもにやさしい砂栽培で新鮮野菜を! 『さんさんファーム』

www.さんさん泉南



ひとつぶひとつぶ丁寧に
種をまいていきます。

まだ聞き馴染みのない「砂栽培」で、おいしい野菜を作っておられる「さんさんファーム」をたずねました。
 海の砂を利用したビニール栽培で、砂だけが腰の位置に設置されているため、腰をかがめて作業する負担がないの

障害を持つ人たちも作業に携っておられ、代表の「さんは、「今はまだ実験段階、試行錯誤しながら、ゆくゆくは障害を持つ仲間が、自立できるだけの給料保障をめざしたい。」と夢を語って下さいました。N
 2月からは、当法人の「デイ

デイサービスにも出張販売

が特徴。申いすの方でも作業することが可能です。
 「砂なんかで育つの？」という素朴な疑問をよそに、チンゲン菜や水菜、ホウレンソウたちが、元気に育っていました。

サービスセンター「つばさ」へいびあ内」においても、さんさんファームの新鮮野菜を週一回出張販売していただいています。利用者の評判も上々、今後もこの機会を通して交流を深めていけたらと思っております。



「安い、おいしい、新鮮!」と
ご利用者 M さん

