

ク ロ ー バ ー

Clover

VOL.08

2014年冬号



株式会社 さち コーポレーション
グループホーム さち



グループホームさちも3月23日で6年目に入ります。実はグループホーム開設当初からお客様や皆さんの出入りのたびに、玄関の自動ドアが気になっていました。なぜなら、居者の方が必ずというほど玄関の出入りの際、重たい自動ドアを手動で閉めようとドアに手を触れられるので、危ないのではと心配していたからです。入居者の方にとって玄関の扉はその長年の習慣から手で閉めるということが当たり前と認識されているため、その行為は自然なこと。むしろ、この自動ドアというものが入居者の方にとって異質なモノ。認知症という病気により、慣れない行為に戸惑ってしまう方は結構みえました。しかし、入居されてからしばらくすると、いつの間にか玄関の扉に手をかけることはなくなり、さっさと出入りをされるようになるのです。認知症だからなんにもできない、と思われることはままあることですが、そんなことはない、認知症になっても関係なく新しいことを理解し慣れていく力は十分にあるのです。この自動ドアの開閉一つにおいても、いろんな気づきをこの5年間にみつけることができました。

玄関の出入りを告げるチャイムと共に大きな声で「行ってきます」「ただいま」とみんな笑顔で挨拶をかわして外へお散歩や買い物へ出かけたり、ご家族・友人など遊びに来てくださった方をお出迎え・お見送りしたり、グループホームで最期を過ごされた仲間を見送ったり・・・たくさんのドラマをこの玄関を通して観させていただきました。そしてこれからも、この玄関を通していろんなドラマを見続けていくことができるでしょうね。いつでも！みんなが自由に出入り出来るグループホームさちを目指していきたいと思えます。皆様のご協力に感謝し、これからも日々努力していきたいと思えます。



さちの玄関の様子。寒さの厳しいこの時期は、暖房が入っていないくても外の日差しでとっても暖くなるこの場所に、入居者さんが日向ぼっこにやってきます。

このコーナーは、グループホームさちの活動をご報告いたします。

みなさんの癖がよくわかります（11月）

ちょっとわかりづらいかもしれませんが、右の写真はある日にお茶をしたあとの湯呑の状態です。飲み終えたらコップをひっくり返す人もいれば、ティッシュペーパーを蓋代わりに載せてみたり・・・皆さんの生活の様子や癖がちょっとわかる一枚です。



クリスマス会をしました（12月）

今回のクリスマス会は、『ロックンロール』がテーマ！ロックバンドのcloss youの植田さんご夫婦にお越しいただき、かっこいいクリスマスソングや童謡などを演奏してくださいました。職員のマジックショーや可愛いサンタクロースからプレゼントをもらったりと、楽しくて賑やかなクリスマス会でした。



書き初め大会です（1月）

今年もみんな元気に新しい年を迎えることができました。さっそく皆で今年の目標を習字で書いていただくことに。「筆なんて久しぶりだわ～」と言われながらも、とても達筆にみなさん書いてみえました。



仮装大会！？（1月）

1月の宮崎先生の大正琴コンサート。いつもとちょっと違ってフォークダンスの衣装を先生からお借りして皆で着てみました。普段ズボン姿が多いみなさんですが、ヒラヒラ舞うスカートを履くと少女のように嬉しそうな顔をされていましたよ～。とってもお似合いです！



さちのつぶやき

ここでは、グループホームさちで聞こえたつぶやきを少しずつご紹介します。

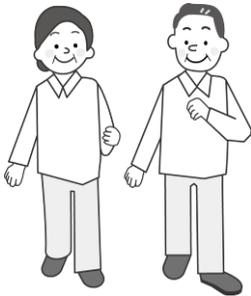
今回は、『今年の抱負』をちょっとご紹介します。

・「やっぱり健康が一番よ」

『今年の抱負』第一位と言っても過言ではないほど、毎年皆さんが必ず仰る抱負です。元気で長生きが一番！今年もみんなで楽しく元気に過ごせるよう、私たちも一緒にお手伝いしますね。



・「自分でやれることはやりたい」



こちらの抱負も複数の方から今年お聞きすることがありました。人の世話にならず、周りに迷惑かけず、自分が好きなことを好きなようにやりたい。健康な若い人たちから見れば、それは当たり前のことかもしれませんが、この当たり前が段々と難しくなっていくことを、歳をとるにつれみなさん感じるのでしょうか。こちらの抱負も、頑張って私達もお手伝いしていきます！

・「みんなに可愛がられるおばあちゃんになりたいわ」

ちょっとかわった抱負を仰って下さった方もみえました。抱負の思いを尋ねると、「いくら健康であっても、みんなにそっぽ向かれたらなんにも楽しくないじゃない。みんなと楽しく過ごしたいからこの抱負にしたのよ」と教えてくださいました。なるほど、確かにそうですね。グループホームに入居されている皆さんは、他人同士が集まって生活していますし、さらに場合によっては他人に身体のお世話もしてもらっています。だからこそ、少しでも生活し易くする為に、まずはみんなに可愛がってもらえる人になりたい、と思われたのでしょうか。そんな思いを入居者のみなさんが持っているということに気付かされ、逆に私たち介護者側も入居者のみなさんが遠慮ばかりしなくて済む生活環境を作りたい、と思いました。



孝母<ころも>見聞録 第7回

記録的な大雪が関東地方に降った頃、豊田市の松平地区ではそんな寒さも吹き飛ばすほど熱い、とにかく熱い二日間でありました。というのも、『松平天下祭』が行われていたからです。このお祭り、実は周りの観客からすると、とんでもなく寒そう。というのも祭りに出ている人、男性なのですが、みなさんフンドシー丁で雪の中を動き回っているのです。そう、このお祭りは『はだか祭り』でもあるのです。大勢の男性が激しく動き回るため、会場はあちらこちらで蒸気が上がっています。そんな様子を楽しみながら横に目をやると、とっても可憐な黄色い花がこの祭りの会場を華やかにしています。冬に咲く黄色い花、「ロウバイ」です。

天下祭は終わってしまいましたが、ロウバイはもうしばらく楽しめそうなので、天気の良い時にぜひ、寒さに耐えながらも鑑賞にお出かけしてみたいかたがでしょうか？ちょっと早い春の訪れを楽しむことができますよ。



また今回も、きれいな花の色をお見せできないのが残念っ！

場 所	松平東照宮 豊田市松平町赤原 13
-----	----------------------



このコーナーでは、みなさんから頂いたコラムやお便りをご紹介させて頂くコーナーです。

崇化館中学校 2 年生ボランティアフェスティバルを終えて

去る 12 月 5 日、豊田市立崇化館中学校の 2 年生の生徒さんがグループホームさちでボランティア体験をしました。1 日体験した感想をいただきましたのでご紹介します。

こんにちは。先日はお世話になりました。今回でのグループホームでの活動は、とても楽しい時間でした。うめの利用者のみなさまは、緊張していた僕に気軽に接してくれました。この体験で学んだことは、人を気づかう事や、思いやりの心です。この経験を将来のためや学校生活に生かしていきたいです。本当にありがとうございました。（JS 君）

先日は貴重な体験をありがとうございました。日常では絶対にできない体験、またたくさんのお話などしていただき、緊張がとてもほぐれました。あまりうまく動けなかったけれど、優しくしていただきありがとうございました。（KT 君）

今回は貴重な体験をさせていただきありがとうございました。僕はこの体験でグループホームさちのような施設でもなかなか暖かい雰囲気ボランティアがとても良い活動だと思いました。みなさんもお元気にしてください。（YN 君）

この度はボランティアというかたちで体験させていただきありがとうございました。生まれた所のお話を聞いて、とても楽しかったです。あたたかく接して下さりありがとうございました。また遊びに行けたらその時はよろしくお願いします。（HM 君）

このコーナーでは、皆さまからのコラムや作文、ご感想やお知恵など、さまざまな内容をざっくばらんに掲載いたします。皆さまからのご投稿お待ちしております。

投稿先：グループホームさち（担当：神谷）

投稿方法：直接手渡しでも、FAXでもEメールでもOK！

FAX:(0565)35-0806 Email:sachi@eco.ocn.ne.jp

<癒しの時間> lesson 7 スパイシジンジャーシロップ

皆さんお久しぶりです。毎日寒い日が続きますが体調は崩されていないでしょうか？「明けましておめでとうございます」や、「鬼は外～！」などと言っていたのがついこの前のことだと思っていたら、もう世間はバレンタインムードで溢れており、時の流れの速さに戸惑っています。そんな中、さちの梅の木の蕾も日々ふくらみ桃色や白色に色づき、道端には可憐な水仙やおオイヌノフグリが咲き出して、春への移り変わりが楽しみでもありません。やはり季節の変わり目は寒暖差も激しく、油断をすると体調を崩したりしますので、今回ご紹介するのはこの時期におすすめの「スパイシジンジャーシロップ」のレシピです。

<スパイシジンジャーシロップ>

☆材料☆

- ・皮を剥いた生姜 200g ・砂糖(お好きな種類で) 300g ・水 100cc
- ・レモン果汁 1/2 個分
- ・スパイシックス(シナモン、コリアンダー各小さじ 1/2、ブラックペッパー、クローブ各小さじ 1/4)

☆作り方☆

- ① 生姜を薄くスライスし、砂糖と混ぜ合わせて 30 分程置いて水分を出します。
- ② 鍋に①と水、スパイスを入れて弱火にかけます。灰汁が浮いてくるので、丁寧に取り除きます。
- ③ ひと煮立ちしたら火を止め、レモン汁を加えて混ぜざるで濾します。粗熱がとれたら保存容器に移して出来上がりです。

お好みでお湯などで薄めてお召し上がりください。炭酸水で割ればジンジャーエールになりますよ。紅茶や牛乳でもおすすめですよ。残った生姜は網の上に広げて天日で乾かすとジンジャーチップになります。生姜以外のスパイスも体を温めたり強壮作用があったりするものばかりです。冷えは健康と美容だけでなくメンタル面にも大敵！寒さももうひと踏ん張りですので、体をよく温めて元気に春を迎えましょう！

ご協力ありがとうございます

11月11日～2月10日の間に、いろんな方々からさちにご協力いただきました。

さわやか豊田のみなさん 佐橋澄雄さん 宮崎まゆみさん 青山先生 ショウワサウンズのみなさん 島袋大正琴教室のみなさん 豊田工業高等専門学校の学生さん 植田さんご夫妻

(順不同)

ボランティアさん募集

グループホームさちではボランティアさんを募集しています。「ボランティアって何と何か出来ないといけないのでしょ？」と思う方もみえるかも知れません。確かに色々な特技を活かしてボランティアをして下さる方もみえますが、ほんの空いた時間に、入居者の方とお話しをしていただいたり、お茶を飲みがてら一緒に植物の手入れをしたり、ご飯作りを手伝っていただいたり・・・普段の生活にほんの少しのお手伝いをしていただだけでも大歓迎です。お一人でもお友達同士でお越しいただいても構いません。一緒にこ



れからの高齢者の生活を考えながら活動しませんか？

<担当：神谷>

編集雑記

この冬は例年にないほど感染症で対応をしっかりとしなくては、と実感させられています。ノロウィルスに始まりインフルエンザの流行・・・なんとか、今のところさちでは職員やご利用様の中での流行はありませんが、いつ流行するのかわかりません。まずは起こさないための予防をしっかりと行っていこうと思います。皆さんもお気を付けくださいね。

(まり)

発行 行／株式会社さちコーポレーション

〒471-0067 愛知県豊田市栄生町3-58 ☎0565-35-0805

<http://www.e-sachi.co.jp/>

発行責任者／神谷 幸子

発行日／2014年2月10日（発行予定月 2月5月8月11月）