

ク ロ ー バ ー

# Clover

VOL.20

2017年夏号



株式会社 さち コーポレーション  
グループホーム さち



## 『故郷に帰ってみて』

65歳を過ぎた姉と私は、もう歳で行けなくなるかもしれないと30年ぶりに2度目の里帰りをしました。私達は長崎の炭鉱町で生まれ育ち、黒部ダム映画のように全身真っ黒になった大勢の男達がトロッコで帰って来る姿を見て育ちました。小学校は生徒1,100人とマンモス校、中学校は当時では珍しい近代的な鉄筋コンクリート作りでした。しかし、閉山に伴い町は寂れ仲間は全国にバラバラになりました。

今回の旅の途中、姉が当時通っていた中学校へ50年ぶりに立ち寄りました。学校の事務員の方がみえお話をすると、「遠い所からようこそお越し下さいました。」と快く校内に入れて下さり、当時の思い出のアルバム等も見せていただきました。「実は最近、この学校に卒業生の方がよくいらっしゃいますよ。炭鉱の閉山によって、あの当時は毎日毎日遠くへ転校していく学生を見送ったと義理の父が話をしてくれました。大変でしたね。」とねぎらいの言葉を掛けて頂き、あの当時の状況が分かって下さる方とお会い出来たことが何よりも嬉しかったです。学校は2年前に建て替えられましたが、玄関先の銅像は当時のまま残っていました。生徒だった姉が「中庭の像は同級生がモデルなのよ」と頬を赤く染め誇らしげに話しているのを見て、全国に散らばっていった人達と50年ぶりに再会できたような気持ちになりました。

人生の一つの節目を迎えてから、こうした人生を回顧することが増えてきました。自分の人生がどのようなものだったのか、教科書やご利用様との関わりを通じて学んだ高齢期の心理状態が、今まさに自分の中に起こっていることに驚いております。人生まだまだ長い、とは言えない歳となりました。限りある時間のなかで悔いのない人生を送りたいと思うとともに、同じような気持ちをご利用者の方もいるんだということ、その気持ちに寄り添い、叶えられるようなお手伝いを今後も続けていきたいと今回の帰郷でさらに強く思いました。

## さち研修会について

スタッフの研修は自分のキャリアアップであり、最終的には、ご利用者の皆様が安心して介護を受け、毎日笑顔で生活して頂く事に繋がります。

4、5月の研修を少し報告させていただきます。

### 4月…キューピーの方による講習会と試食会

高齢者になると栄養バランスが大切になる。特にタンパク質は、骨に必須なカルシウムと

コラーゲンが含まれている為、しっかり摂取することが大切になると。そこで柔らか食の試食、トロミの試飲を利用者さんと一緒にしました。和気あいあいと試食試飲を堪能しました。沢山おかわりするなど…味はもちろん、口腔内の問題が多少有ったとしても柔らかさなど、開発の進歩に驚いた講習会でした。



### 5月…口腔ケア研修会

尾張旭市にある名古屋経営短期大学介護福祉士科の川角先生をお招きした研修会で、今回も利用者さんと一緒に講義とケアの体験を受けました。

毎日普通に口腔ケアをしていましたが、高齢者の方は唾液の分泌が少ない為に舌のひび割れ、口内炎、自浄作用など口内の作用が低下してしまう事など、改めて確認した後の体験では、皆さん鏡を見ながら歯磨きを熱心にされていました。

スタッフ同士では、お互いブラッシングなど、自分のケアについての発見や反省など次に繋がる有意義な研修会でした。また、利用者さんの真剣な眼差しで講義を受けている姿などはとても、微笑ましいものでした。

## BBQ（5月）

毎年恒例の母の日BBQを開催致しました。今年は昨年より又多くのボランティアの方、ご家族の方がご参加して下さり応援やお手伝い頂き職員一同心より感謝いたします。ありがとうございました。

利用者さんもさち名物五平餅、鮎の塩焼きに舌鼓を打ち大変満足されたお顔で過ごされていました。心地良い風も吹き外で皆さんとワイワイしながら食べるご飯は又格別で美味しかったです。



## 父の日（6月）

6月14日水曜日に父の日のお祝いといたしまして、男性利用者様で名古屋のリニア鉄道館へ出かけてきました。久しぶりの遠い外出でしたが、皆さんいつもより食欲もあり見学の間も楽しんでいらっしゃいました。カメラを手に持ち写真を撮る方、普段車イスに乗られている方が立ち上がろうとしたり、いつもよりも良く歩かれた方などそれぞれに活動的になられ同行したスタッフもうれしくなりました。お出かけて皆さんリフレッシュできてよかったです。



## 花火（7月）

夏といえば花火！ということでさちの駐車場で夕涼みも兼ねた花火大会を行いました。意外にも初めて手持ち花火をされる方もみえ、「この年で初体験ができるなんてラッキーね」と楽しめました。職員の姪っ子、お孫さん等小さなお客さんも参加され、老若男女垣根なく大いに盛り上がりました。色とりどりの吹上花火、手持ち花火を眺めながら歓声を挙げ、皆童心に戻った夜でした。



## 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。

### 継続は力なり

「パタカラ」と、食事前に利用者さんが大きな声で言います。

この言葉は、飲み込み（気管支に入らない）を良くする為の喉の運動です。Oさんも壁に掲示してある文字を見ながらご唱和して下さいます。しかしこれが毎日の日課となっている為インパクトがあるのでしょうか、さちを「ここはパタカラですか？」

と良く聞いて来られます。その都度「ここはさちですよ」と答えます。認知症の方も毎日続けている事はやはり新しい事でも覚えておられますね。継続していく事の大切さを教えて下さいました。



### 見つめ合い、支え合い

5月に新しくご入居されたKさんは、いつも職員の動きを観察されています。同じく5月に採用された新入社員の日々の成長が特に楽しみなようで、「あのお兄ちゃん、入った頃より動きが良くなったね～！体格も少し大きくなったみたいだよ！毎日成長していくから見て楽しいよ」とニコニコ報告してくれます。とても鋭い

です！利用者様方と職員は介護者・要介護者だけの間柄でなくお互いを尊重し、支えあい、励ましあいながら人間関係を築いているのだなと改めて感じさせられました。



## 蛍

夕食後に保見方面へホテルを見に出かけたところ、なんと美しく蛍が光っていました。車内から蛍の光を楽しんで見ている時、一人の利用者さんが「まあ～素敵ね ホテル！」・・・ホテル！？ その一言でスタッフも爆笑♪ 確かにホテルとホテルー文字違いで似ていますよね。間違えても仕方ありませんね（笑）。利用者さんも恥ずかしそうに照れ笑いしていましたが、そんな可愛らしい言い間違いで場の空気がより一層盛り上がりました。蛍も見れて♪ たくさん笑えて♪ 楽しい夜のドライブでした。



## <癒しの時間> lesson18 ピンクグレープフルーツと抹茶のパフェ

厳しい暑さが続き、アイスクリームやかき氷などの冷たいデザートが一際美味しく感じられる季節ですね。ついつい食べ過ぎてお腹を冷やしてしまいますが、夏バテとは無縁の私の胃袋。暑くても甘いデザートを食べたいです。そこで考えたのが今回ご紹介させていただく、ピンクグレープフルーツと抹茶のパフェ。クリームの上にピンクと緑が鮮やかな夏にも合う、爽やかなデザートになりました。

<材料 150cc のデザートカップ 2 杯分>

- ・ピンクグレープフルーツ 1/2 個
- ・カステラ 2 切れ
- ・生クリーム 100cc
- ・抹茶 小さじ 1/2
- ・砂糖 10g + 生クリーム用 5g
- ・水 20g



<作り方>

- ① 砂糖 10g と水を混ぜ電子レンジや鍋で加熱し、煮溶かし冷まします。
- ② ①の粗熱がとれたら抹茶を茶こしでふるい入れ、だまがなくなるまでよく混ぜ合わせます。
- ③ カステラの焦げ目の部分を取り除いたら 6 等分にカットし、②の抹茶シロップを刷毛などで塗ります。
- ④ 生クリームに砂糖 5g を加えて泡立て器でよく泡立てます。搦ったクリームの先が軽くへたるくらいの固さ(8 分立て)です。
- ⑤ ピンクグレープフルーツは実を房袋から取り出し、お好みの大きさにカットします。
- ⑥ カップに③の抹茶カステラ→生クリーム→グレープフルーツと交互に重ね入れて完成です。

抹茶とピンクグレープフルーツの苦みがマッチして、爽やかな風味が増しました。カステラだと甘みが強いと感じる時は、スポンジケーキを 3cm×3cm にカットした物だと甘さが抑えられますよ。

<ゆうこ>

## ☆最近のメリーちゃん☆

さちの花火大会にメリーちゃんも参加。打ち上げ花火、手持ち花火ときれいだ〜ワン♡と喜んでいましたが打ち上げ花火でいきなりバ〜〜と一発！爆音驚いたメリーちゃんは、ハウスに戻ってしまいました。最後まで戻ることなく！



## ご協力ありがとうございます

5月11日～8月10日の間に、たくさんの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 ショウワサウンズのみなさん  
豊田工業高等専門学校インターアクトクラブの学生さん（順不同）

## サポーターさん募集

グループホームさちではサポーターさん（ボランティア）を募集しています。「ボランティアっていつと何か出来ないといけないのでは？」と思う方もみえるかもしれませんが、確かに色ん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（サポート）をしていただける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OK。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

夏真っ盛りとなりましたが、皆さんは夏バテなど大丈夫でしょうか。グループホームのご利用者の皆さんは、多くの方が夏に負ける事なく今日も元気に毎日を過ごしてみえる一方で、職員の方が夏バテや夏風邪でダウン・・・ということもありました。ご利用者様から元気をいただいて、暑さに負けないようにこの夏を乗り切りたいと思います。

発行／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／2017年8月10日（発行予定月 2月5月8月11月）