

ク ロ ー バ ー

Clover

VOL.24

2018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

ホーム長のご挨拶

毎年のように猛暑！酷暑！と言うが、今年のこの暑さは何と呼ぼう。豊田市でも最高気温がどんどん上昇し、日中の気温が35度を下回ることではなく道路の電光掲示板を見ると「40℃」の表示が当たり前になっている。

とても外へ出られない。息をするのも身体には堪える。「あら、今日は涼しいね」と口にし、温度計を見れば「35℃」。さすが人間！この暑さにも適応し体が慣れ、安堵している自分達に驚かされる。

今年は「人間エアコン」と題し熱中症対策のための水冷服が発売され、例年以上に売れているようだ。店頭では様々な冷感スプレーにハンディ扇風機、冷感衣類に寝具、熱中症予防食品等がずらりと並び、年々そのコーナーは拡大している。ここ数年での熱中症対策グッズや冷却グッズの進化は大変めざましい。

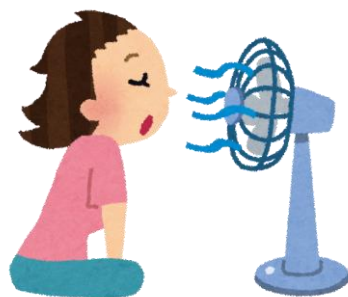
話は変わって新聞などでは、このまま夏の平均気温が上昇していくと東京オリンピックは「死のオリンピック」になると言われている。長年この国に暮らしている日本人でさえ連日熱中症で倒れ、命を落とされた方もいる。

競技によっては長時間にわたり屋外で行われるものもあるだろう。北欧等の日本よりも冷涼で空気の乾いた地域に住んでいる外国人旅行者が安全に観戦できるのだろうか。開催国の状況に合わせ、身体を作っているとはいえ、選手達は大丈夫だろうか？心配がつかない。

そこで今年のこの暑さを基に新たな熱中症対策グッズや冷却グッズが作られ改良され、それらが2年後には大いに活躍し、選手や観戦者、ボランティアの方々が安全に参加されることを願いたい。

☆最近のメリーちゃん☆

猛暑の中、元気になっているメリーちゃん！あんまりにも暑いとフロアに入れてくれるから嬉しいなあ～ 熱中症にならないよう気をつけましょね！



研修レポート

三好春樹先生が講師をされる生活リハビリ講座を受講しました。テーマは「問題行動の分析と対応方法」です。

認知症介護現場で言われる徘徊・不穏・暴力・不潔行為等の問題行動はBPSDと呼ばれています。「認知症に伴う行動心理症状」の英文略語です。ですが三好先生が実際に対応をされていた方にはPTSD（心的外傷ストレス障害）を抱え、何かの拍子にその反応症状が表れる方が多くみられたそうです。沖縄の高齢者のBPSDには本州の方とは違った反応があり、それは凄惨な沖縄戦での体験を思わせるものだったそうです。過去に洪水被害に合われた方は足元に迫る水の幻覚が、PTSDを治すことは難しいです。現代社会では災害、いじめ、虐待、パワハラ等によりPTSDを抱えている人が増えています。過去の出来事に今怯えている方には安心、安全であることを伝える対応を目指すことを学びました。

また、認知症の高齢者は自身の心身の不調を伝えることが難しい方も多く、その手段としてBPSDが出ることもあります。私たちも便秘でお腹が苦しければ気分も重くイライラし、「便秘には運動だね！」と歩いたりしますが、認知症の方はそれが「落ち着かない、徘徊が始まった」ととらえられてしまいます。そう考えるとBPSD＝不調を訴えるコミュニケーションだと先生はお話しされていました。特に高齢者は便秘と脱水になりやすく、様々な病気を抱えている方も多いです。日頃からの健康状態の確認も怠れません。

その方の生い立ちや生活環境も外せません。例えば一人で頑張って生きてきた方は他者に頼ることは迷惑をかけていると考え、後ろめたい気持ちになり、それを否定したくて介護者を「あの人はドロボーだ。お金を盗る」と物盗られ妄想が出ます。ここで大切なのはその方の「一方的にしてもらっている」という後ろめたさをなくすことだそうです。例えば介護者は「お料理や歌を教えてもらう代わりに家事をさせてもらう」等お互いにしてあげる、相互関係を築くのです。

最後は、人間は生まれながらに「快・不快」をもっており成長と共にそれに対する行動を理性でコントロールしているけど、高齢になるにつれそれから解放され赤子のころのようなシンプルな状態へ帰っていくのではという事でした。赤ちゃんが便を触るから拘束しよう、夜泣きが酷いから睡眠薬を飲ませようとはしません。高齢者なら良いというのはおかしいことです。

問題行動には様々な原因が隠されています。多面的に考察・対応をしたり、たまにはとことん振り回されてみたりしながら一人一人の方を大切にしたいと思いました。

あっちこっちそっち

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。

BBQ (5月)

5月13日毎年恒例のバーベキュー大会を開催致しました。今回は初めて天気が雨となり手際良くいかない中、ボランティアさんやご家族の方に色々ご協力いただき、無事に終わることができました。例年通り材料も用意しましたが、外と室内の違いでしょうか？いつもと比べるとあまり食も進まなかったようでした。さち名物の五平餅、鮎の塩焼きは皆さん美味しそうに食べられておかわりをされた方もみえました。雨天の場合の対策も考えていかなければと反省し、この大会を楽しみにされている利用者様に喜んで頂けるよう、企画し続けて参りたいと思っております。



父の日 (6月)

今年の父の日は3名の男性利用者様と上川口町の川口やなへ行ってきました。ここの近くのご出身の方が以前より「やなへ行きたい」とご希望されていたからです。この日は天気が悪かったため鮎のつかみ取りは見られませんでした。店内で美味しい鮎御膳を頂きました。



「鮎はな、頭から食べるんだ！」と通な方は骨ごとばりばりとかぶりつき、食べ終えたお皿には骨も残らずピカピカです。

帰り道は見頃の紫陽花を楽しみ、のんびりとした時間を過ごすことが出来ました。

七夕 (7月)

今年の七夕は石畳町で主に活動されている primrose さんにお越しいただき、ハンドベルの演奏を披露して頂きました。涼し気な音色が響き渡り、ベル演奏者の素早い手捌きを見ながら音楽を楽しまれました。ちょうどお誕生日の方もみえ、ハッピーバースデー演奏では涙を流しながら「嬉しい、良かった嬉しい～(涙)」と感動して下さっていました。ベルの音色と美しい女性の方々の演奏で心癒されたことでしょう。天空の彦星さんと織姫様も幸せな1日を過ごされたのではないのでしょうか(*^-^*)



さちのつづやき

ここでは、グループホームさちで聞こえたつづやきを少しずつご紹介いたします。

大事な家族！！

「私の兄はね戦争で亡くなったのよ 本当に悲しかった。良い兄でね～」と涙ながらにお話して下さいます。家族で写した写真立てを胸に抱きご自分の女学校だった頃の思い出話もされます。寒い地方で生まれた方で結婚と同時に引っ越されこの愛知に來られたようですが、生まれ故郷での事は忘れる事なくご本人にとって一番輝いていた時だったのでしょうか。



「子どもの為、主人の為にご飯を作らないと。私だけこんな所で食べていけないから」と家族の心配をされてソワソワと…。家族を一番に考え、まさに主婦の鏡です。私も見習わないと、と思います。

人生楽しく！～もったいない じゃん！

「アハハア！ きゃははあ～！（大笑）なんでも楽しく、仕事も楽しく働いて稼いで楽しく生活しんともったいないじゃん！！」とポジティブに明るく元気に笑う90歳代の女性！ なんともたくましく頼もしいのでしょうか。一緒に過ごしているといつも元気をいただいています。良く動き仕事も一生懸命で手際も良く、とても90歳とは思えないほどの体力とやる気・意欲がみなぎっています。さらに観察力、機転の良さ、会話上手（お喋り）がまた素晴らしい！「お前とおると飽きない～」とご主人から言われたこともあるとか…うん！納得できます。私も楽しく人生を送れるように、見本とさせていただきます。



プレゼント

奥様がみえると「うるさい、あっち行け！」と言われる男性利用者様。せっかくお顔を見に来て下さったのに、と思いますが「一方的にしゃべって、ワシの話を聞いてくれないのが嫌だ」とご主人の言い分もあります。できれば良い関係を築いてほしいなあとは思いますが、長年の夫婦の溝は深いのか…とやきもきしていました。



ある日、ご主人とカフェへ行くと、店内の一角にある雑貨コーナーを真剣に見てみえます。声をおかけすると、にこにこしながら「これ、あいつ（奥様）に買っていこうか！冗談だ。はははは」と。結局は買われずじまいでしたが、心の中ではいつも奥様を気にかけてみえるようでした。

<癒しの時間> lesson 22 梨のシャーベット

今年の暑さは猛暑というか…凄まじく感じます。熱中症や夏バテには十分気を付けていきたいですね！こんなに暑いとさっぱり冷たいものが恋しくなります。

今回は今が旬の梨を使った口どけふわふわのシャーベットのレシピをご紹介します☆

<材料>

- ・梨 2玉(約 500g)
- ・練乳 大匙 3~お好みで
- ・梅酒 大匙 3
- ・卵白 1個分
- ・砂糖 大匙 1



<作り方>

- ① 梨は皮と芯を取り除きミキサーにかけられる大きさにカットし、練乳、梅酒と一緒にミキサーにかけペースト状にします。
- ② ①を厚手のチャック付の保存袋へ入れ、冷凍します。
- ③ ②が固まるころに卵白に砂糖を入れ、角が立つまで泡立てて固めのメレンゲにします。
- ④ ②を袋の上から揉んだり軽く麺棒で叩いて柔らかくし、③のメレンゲとよく混ぜ合わせて再び冷凍します。
- ⑤ 固まったら再度袋の上から軽く揉んで柔らかくし、器に盛り付けて完成です☆

梨以外にも様々なフルーツにアレンジできるので是非試してみてください♪

お子さんやお酒の苦手な方は梅酒の代わりにレモン汁等で風味付けして下さいね。今回はたまたま家にあった梅酒で風味付けをしましたが、白ワインやラム酒でも合います。りんご味にブランデーやカルヴァドス、ぶどう味に赤ワインやシェリー等組み合わせを考えるのもまた楽しいです☆

メレンゲを加えることでふんわりとした滑らかな口当たりになるので、シャーベットのじゃりじゃり感が苦手な方にはお勧めですよ。

暑すぎる日が続きますが、暦の上では立秋を迎えました。長いようであっという間に過ぎてしまう夏ですが、この時期を元気に楽しんでいきましょう！

<ゆうこ>

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 杉山順子さん
prismrose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しょ？」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

前回の編集雑記で「桜が早く開花した」ということを書きましたが、まさかこんなにも暑い夏がやって来るとは思いもしませんでした。豊田市でも40℃となる日もあり、本当に今年の夏の暑さは災害だと感じております。

例年であれば、夏休みに突入すると面会に子どもたちが遊びに来てくださいますが、今年はちょっと少ないような気がします。これも暑さのせいなのでしょう。少し静かな夏の日々です。

お年寄りや子どもに限らず、みなさん本当に暑さ対策を十分に行って、体調にはお気を付け下さい。

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／2018年8月10日（発行予定月 2月5月8月11月）