

轍～わだち～

令和7年4月号
(R7年4月21日発行)

ご家族の皆さまやご利用者の皆さまの「これから」を共に歩んでいけるデイサービスを目指します。今まで皆さまが歩んできた道「わだち」を見つけながら、生活の支援をさせていただきます。

デイサービス「楽しもっど」 ってこんなところ！！

～1日のながれ～

8:40～自宅までお迎えに行きます
9:30～入浴、足浴、足温マッサージ
10:00～機能訓練体操
10:30～学び直し教室
11:30～嚥下体操
12:00～昼食
13:00～小集団活動
14:00～歩行運動、体操
14:30～レクリエーション
15:00～音楽体操
15:10～お茶会
15:15～楽しもっど演芸
15:30～自宅までお送りします

楽しもっどストロングポイント① ★ 学び直し教室 ★

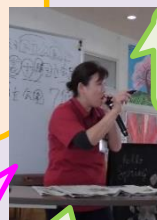
学び直し教室とは…
昔の記憶(長期記憶)を呼び起こし、みなさんの知っている事を発信してもらいます。スタッフが講師となってお話を進めます。堅苦しい感じではなく、ワイワイと「あーでもない、こーでもない」と言いながら。(笑)雑学クイズや健康の事、日本で今何が起きているのかの時事ネタ等、昔の事ばかり話すわけではありません。活き活きとした場を作り、認知症予防を図っています。

この日のお話は、昔の大樹町について。たくさん呉服屋があったし、ボーリング場も映画館もあった…と。若者は知らないことがたくさん！昔話に花が咲きます。

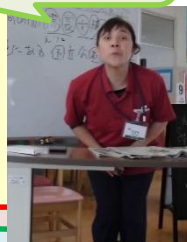


おっ！珍しく(?)真面目にお話してる！？

こっち見た…やっぱりふざけてた…(笑)



今大注目の「大阪万博」の話題も！未来の話や夢を語ります★



みなさんが若いころに流行った歌、人気だった歌手のお話。歌詞を出して、曲名を当てて、みんなで歌います。音楽療法にも繋がりますね。

楽しもっどストロングポイント② ★ 楽しもっど演芸 ★

1日のプログラムの最後に「今日も楽しかった！！」とより感じてもらうために毎週違った演芸を披露しています。

モノマネ、手品、オリジナルダンス、カラオケ等々とにかく色々なことをします。体張ってます！(笑)

セクシー組体操♡全然セクシーじゃないし、全く内容は想像できないと思いますので、ぜひ見に来てください！(笑)とにかくおもしろいです！！



30代と60代のピカピカの一年生★特別メイクで鼻水垂れてます。



マッサージ機を使ってリラックス中♡



プログラムがたくさん組まれています。すべてに参加しなくてもOK！自由にお過ごしください★特に昼食後はベッドやソファでお昼寝している方もいますよ。

井戸端会議～！女子トークは止まりません！



★ 小集団活動 ★

到着後と昼食後に小集団活動というプログラムが組まれています。手芸を行ったり、園芸を楽しんだり、トランプをしたり、カラオケしたり、たくさんの選択肢から皆さんのやりたいことを選んでもらいます。もちろん見ているだけ、参加せずにお話していてもOKです。



こちらはトランプ。「ババ達でババ抜きやるぞー」と大笑いです。昔は親戚が集まると、トランプで楽しんだようですね。

五目並べ(囲碁)でいざ勝負!「ここ置いたら俺勝つよ…」「ぎゃー!また負けた!!」叫び声が聞こえます。



手芸は様々な物を作りますが、今時期は桜の木を作っています。利用者さんの腕前は一流で、売り物になるレベルです。



今年はここに何を植えようか…園芸担当の鈴木係長の妄想は止まりません。

パークゴルフもやっちゃうよ～★



楽しもつとストロングポイント③

★ 年間行事 ★

5月	お花見
6月	楽しもつと運動会
7月	外食ランチ&買い物ツアー
8月	夏祭り
8月	商工会祭り参加
9月	文化祭
10月	ドライブツアー
12月	利用者大忘年会
1月	新年会
2月	節分
3月	ひな祭り

★ 各種移動売店 ★

日常の買い物に不便や困難を感じている方の事を『買い物弱者』と言います。デイサービスに通っている方は対象者が多いので少しでも問題を解決できるように、移動販売に来て頂いています。

自分で選んで、お金を払うって実は脳をフル活用しているんですよ。認知症予防にもなりますね。



小麦の奴隷のパン屋さん。明日の朝ご飯はパンで決まり!

車もないし、子供たちも忙しいし、ここで買い物出来たら助かるわ～



コープの「かけるくん」は食料品全般、日用品等とにかく何でもあります!

初めての試みの行事もあり、スタッフもドキドキ、ワクワクしています!コロナ禍で中止していたランチツアーも再開したい～!また利用者さんがよく口にして「工藤公園に行きたい」という希望も叶えられたらな～とも思っています。楽しもつとの強みは毎月実施する行事とその楽しさです。みんなで楽しもつとをもっと楽しもうー!

どうですか?楽しそうでしょ?楽しいんです!

デイサービスには、車を運転している方や家事を自分で行っている方、高齢になっても1人暮らしで頑張っている方、近所の催し物に参加して毎日のように外出している方等々、元気な利用者さんが沢山います。**認知症に罹っている方だけが利用する場所ではありません!**

「自宅で入浴するのが不安。」(浴室の中での転倒や、ヒートショックが不安な方が多いです。」「介護予防のために利用する。」(介護予防にデイサービスに来るなんて素晴らしい!!)方が最近は多いです。

今の時代、介護を要するようになってからデイサービスを利用する、では遅いのかも…。元気なうちに!介護予防のために!デイサービスを利用して、現状の心身状況を維持し、要介護状態にならないように努めていきましょう。

看護師 折笠から

お口の動き ～口から食べることの大切さ～ をお伝えします

私は2年前、脳梗塞になり突然何も食べることが出来なくなりました。

唾液も呑みこめず1日箱ティッシュを3箱使い唾液をふき取り、ご飯は鼻から管を入れてそこから栄養を身体に入れていました。はじめは一生口から食べられない事も覚悟していましたが、やはり生きていても口から食べるという楽しみがないことはつらいことだと思ようになりました。毎日、毎日唾液を飲み込む練習をして3週間後に口から食べることが出来るようになりました。久しぶりに食べた食事はおもゆや流動食でしたが本当に美味しく、嬉しいものでした。(今は普通に食べてます！)なので、皆様にも一生口から食事ができるようお口の機能を大切にしたいと思っています。

①お口の働きってどんなことがあるの？

食べる・話す・呼吸する・表情をつくる・身体のバランスをとる など

②お口の機能が衰えるとどんなことが起こるの？

硬いものが食べられなくなる・食事量が減る・口の中が乾燥する・むせる

③さらに起こることは？

低栄養・筋力の低下・体力の低下・閉じこもり・誤嚥性肺炎などの病気にかかりやすくなる

④お口の機能の低下を防ぐには？

口腔ケア(はみがき)・口腔体操・人と話す・歌う・入れ歯の調整 など



そのためにデイサービス(楽しもつと)では口腔機能向上サービスという取り組みを行っています。

でもそれだけではなく、デイサービスに通いおしゃべりをしたり、笑ったり、カラオケを歌ったりすることがお口の健康を保つ一番の秘訣だと私は思っています！！

「ラム」 ～この一年を振り返り～

すっかり春らしい温かい季節となりました。

昨年の四月からデイサービスセンターで利用者皆様との新たな出会いの中、あつという間の一年であり、職員に仕事を教えてもらいながら何とか過ごした一年でもありました。

さて、私、所長として勤務しておりますが、老人ホームの所長も兼務発令を受けています。仕事をすると、社会福祉施設の長の資格要件」が定められており、施設長(所長)として必要な要件を満たしていない者は、通信教育と集合研修を受ける必要があります。当然、自分はそのような資格を持っておらず、必然的にこの一年の間で通信教育を受け、合格する事が自分に与えられた最重要ミッションとなりました。

通信教育では四学期制で、学期毎に四科目ずつ取り組み、郵送にて答案を提出し、提出科目が合格点に達した場合に当該履修科目の合格となります。これとは別に、集合研修(スクーリング)も必須で神奈川県葉山町にある研修施設で連続五日間の講義と演習を受講し、最後に筆記試験があり、これに合格して晴れてミッション完了となります。

通信教育も順調に進み十二月五日、いざ神奈川県川県の研修施設に向け出発です。久しぶりの飛行機に戸惑い、電車とバスを乗り継ぎ移動中、車窓から夕陽に照らされているきれいな山が見えました。調べてみると、なんと富士山ではありませんか。肉眼で見えるのは初めてで、研修期間中は毎朝早起きをして富士山を見ることが日課となりました。

本題の研修では、北海道から鹿児島県まで総勢百三十名の研修生が一堂に会し、グループワークを中心に参加者と色々な視点で意見を交わすことができ、ここで学んだことを日々の業務に是非生かしていきたいと思える内容でした。

研修も無事終了し、きつと、皆さんがこの記事を読まれている頃には修了証書が手元に届いているはずですよ。見かけたら是非、所長」と大きな声をかけてください。もし、万が一ダメだった場合には、背中を丸めながら、手で小さくx(ハッ)をしますから……。

瀬尾



★節分★

2月上旬に節分行事を実施しました。自宅では豆まきをしている方はほとんどおらず…デイサービスで鬼退治が出来ました！今年一年の無病息災を願います。



スタッフが鬼に仮装して、利用者さんがお手玉を当てます！小室鬼、埜口鬼は珍しく(?)機敏な動き！(笑)



ボール落としゲーム。鈴木係長の考えるゲームは本当に楽しいなあ。発想力がすごいのです！

おやつは利用者さんから頂いた乾燥小豆でお汁粉を作りました。一から作るお汁粉は絶品！折笠看護師が検食ならぬつまみ食いです…大きな口だなあ…(笑)



★ひな祭り★

3月上旬にはひな祭り行事。お雛様とお内裏様が素敵な衣装を着て登場です。一緒にゲームをしたり、お話ししたり楽しみました。



独特なメイクをしたお雛様です。お雛様役はくじ引きで決めましたが、立候補しただけあるよ…埜口さん…最高！北村さんともナイスコンビ！



今はなかなか見られなくなった7段飾り。



楽しもつとの行事では珍しく(?)今回は景品付き！勝利チームには素敵な刺し子のプレゼントがありました。みんな気合い入ってた～！

手作り輪投げ。スタッフの顔がついた的に、みんなで作った花冠を投げて入ったら得点がプラス！



★オンラインレク★

～中田亮 昭和歌謡コンサート～

我らが中田亮さん！CDデビューもしていて、紅白出場を目標に頑張っている歌手です。高齢者施設向けにオンラインで配信をされていて歌謡曲を歌ってくれます。約1年ぶりに参加してみました！



何百という施設が参加している中、「大樹町デイサービスさ～ん！」と私たちの名前を呼んでくれて、大興奮でした♡ カツラを被ったり、うちわを振ったり、気分はコンサート♡すっかりファンです♡



★新規スタッフ紹介★

(にしお きみえ)

総務係長 西尾 公栄

コスモス苑の事務所にいます



がんばります！
よろしく願いいたします！

(かまだ さちえ)

介護スタッフ 鎌田 幸恵

デイサービスでの勤務は初めてで、日々先輩方の背中を見て学ばせて頂いています。利用者の皆様に、いつまでも元気に、笑顔で過ごして頂けるよう頑張ります！



～編集後記～

すっかりと雪が溶けて、暖かい気持ちの良い天気が続いていますね。春は入園式、入学式、入社式など出会いが多い季節です。ドキドキ、ワクワクしている方も多いのではないのでしょうか。楽しもつとでも新しい仲間をお待ちしています。見学からでもOKですので、どんどんお問い合わせください。楽しもつとに来て、人生を豊かに楽しみましょう！ 廣瀬