



ニュース

第211号

発行日 令和2年10月9日
 発行者 社会福祉法人 みのり会 中台育心園 園長/千葉桂資
 〒311-2213 茨城県鹿嶋市大字中431-20
 電話 0299 (69) 2222
 FAX 0299 (69) 2237
 ホームページ <http://nakadaiikushinen.jp/>

今月の生活目標

【単元】

日常生活



【目標】

- 生活と仕事の関連を理解し、皆と協力しながら、自主的に動けるようにしましょう。
- 自分の役割りと責任を果たすことができるようになりましょう。

「何気ない日常」

相談支援専門員 千葉浩子

コロナ感染状況をチェックしては、明日は我が身かと恐れながらも、生活が続いています。当園に於いても、利用者さんの健康そして命を守るために、ご家族の皆さんのご理解ご協力を頂きながら感染予防策としての自粛生活を続けています。

自粛生活が続く中でストレスを溜めこんでいるのでは？と心配していました。意外にも「何気ない日常」と捉えているのでしょうか。普段と変わらない姿をみせて職員を和ませてくれている利用者さんが多いと思うのは私だけでしょうか？どんな状況下でも守られているという感覚があるのかもしれない。

利用者さんと職員が信頼関係が結ばれていると、上手くコミュニケーションがとれ、支援しやすく、かゆいところに手が届くような支援ができることは確かなことです。コミュニケーションの取り方も様々です。支援側が発信する場合、言葉だけでなく人・言葉に手本となる動作を加えれば伝わる人・動作や指差し、表情、視線、触覚、経験等フル活用してやっと伝わる人と、利用者によって違います。逆に、利用者側が発



暑さをふきとばす笑顔です

信する方法も、それぞれ違っており、読み取りが難しいといえます。最も困った状況が、感じていること・困っていることを相手に上手く

伝えられずにパニックになってしまい、読み手も解読困難になり、意思が通じ合わなくなってしまうときです。

四年前くらいから、一つの試みを続けています。心身の状況からコミュニケーションがとりにくいAさん。勤労感謝祭で模擬演奏の発表をした際に、発表に参加できずに心配そうな表情で歩き回っていました。その姿が目につき「皆と一緒に模擬演奏を楽しめるようになって欲しい」と、彼とのコミュニケーションがとれるように取り組みを始めました。

- ① 活動時間を変えずに設定。
- ② Aさんの椅子を毎回同じ場所にセットして着席を誘いかける。
- ③ ラチェット(手に振動が伝わる楽器)とAさんの好きなシャボン玉を担当してもらう。

以上の3点を職員と共有し繰り返し支援を続けたところ参加が定着し、翌年の勤労感謝祭ではステージ中央のいつもの椅子に座り、皆と一緒に発表することができました。今では、いつもの椅子の上にAさんの担当の楽器を置いておくと、誘いかけがなくても楽器を持ちスタンバイ、更に椅子をセットしようとしたり、自ら楽器を取りに行ったりするようになってきました。

Aさんとのコミュニケーションと支援については、一つの例となりますが、日々の生活の中での、何気ないかわりに見えるかもしれません。しかし、何気ないかわりやコミュニケーション方法だとしても、利用者さんと通じ合えれば、地道に継続することで更に関係性を深め合うことができると思います。私たちは、それぞれの利用者さんに対して「なつてほしい姿」を描いて目標を立てて支援に当たっています。

コロナ禍の社会状況の中でも日々の生活は続いていきます。何気ない毎日でも、利用者さんたちと前向きな気持ちで過ごしていきたいと願う今日この頃です。

「皆でエクササイズ！」

生活支援員 榊原 怜奈

当施設では、最近あることが流行っています。それは、「ダンス」です。ただのダンスではありません。軽いエクササイズを取り入れて、軽快なリズムに合わせて踊る、エアロビクス要素のあるダンスです。普段は使わない筋肉を動かすので、少し踊っただけでジワジワと効いてくるのがわかります。

このダンスが流行った事の発端は、6月の梅雨の時期にさかのぼります。連日の雨続きで外に出られず、体力づくりも室内で行っていました。室内にこもって十分に体が動かさない中で、何かストレス軽減につながる活動はないかと考えていました。その頃、ちょうどコロナ禍の運動不足解消で話題になっていたエクササイズを取り入れたらどうかと上司職員からアドバイスをもらったことがきっかけでした。

利用者さんに広めるためにはまず自分が覚えなければなりません。余暇時間に練習していると、Tさんがやってきて「僕もやります！」と言って踊りだしました。すると、ダンスが得意なYさんも「私も！」と加わり、いつもは無口なSさんも今ま

で見たこともない笑顔で踊り始めました。そして気が付けば皆が楽しく体を動かしていたのです。曲が終わるとすかさず「もう1回やりたい！」との声。それからもアンコールが続き、最終的に3回踊ることになりました。皆の額には汗の滴が光っていて、「楽しかった」「いい運動した」と大反響でした。

それからも機会があると皆でダンスをするようにしています。『この通りにしなければいけない』というルールはなく、お手本通りでなくてもOK！誰もが自分のできる範囲で無理なく踊っていると、あまり運動が好きではない人も周囲につられてリズムに乗っています。シルバースンたちも座ったままではありますが、若い人に負けじと腕振りと足踏みで体を動かしています。自分に合ったレベルの運動を、皆で一緒に、軽快な音楽に合わせて楽しく体を動かすことで、いつの間にかストレスフリーな時間が持てるようになりました。

新型コロナウイルス感染予防のため、活動が制限されている今、手洗い、うがい、消毒の徹底はもちろん大切ですが、健康を維持するためにはストレスの発散と適度な運動も必須です。皆で楽しくエクササイズを続けて、免疫と体力アップをできましよう！

職員紹介

生活支援員

小 嶺 るみ子

星 座：みずがめ座
好きなこと：パン粘土、パッチワーク

《ひとこと》

この度、ご縁をいただき古巣に戻ってまいりました。利用者の皆さんや他職員に色々教えてもらいながら、楽しい時間を過ごしていきたいと思っています。よろしくをお願いします。



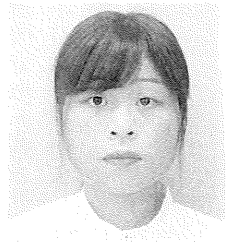
調理員

浪 川 由 佳

《ひとこと》

お菓子づくりが大好きです。料理はまだ勉強中ですが、先輩方にご指導いただきながら日々精進していきたいと思っています。

皆さんにおいしいごはんをお出しできるよう、一生懸命がんばります。よろしくをお願いします。



調理員

中 村 和 栄

星 座：みずがめ座
好きな事：仕事後の一杯

《ひとこと》

7月から厨房で調理を担当しています。早く仕事を覚えて頑張っていきたいと思っています。よろしくをお願いします。



調理員

高 崎 真由美

血液型：AB型
星 座：みずがめ座

《ひとこと》

調理員としての仕事は初めてで、ご迷惑をかけることが多々あると思いますが、一生懸命がんばりますのでよろしくをお願いします。



グループだより

★ひまわりグループ

『傘寿と還暦』

今年の一月のことでした。「今年何歳になるのですか？」と大谷さんに聞くと、ニコッと笑って、「今年ね、初めて80になるよ」とのお答え。他の職員にも「今年80になるんだ。初めてなんだ」と、誕生日を迎えるのが楽しみのようでした。

それから半年。7月の誕生会では、司会の職員に「傘寿、おめでとうございませう」とお祝いの言葉をもらおうと、満面の笑みでお礼の言葉を返していました。そして、翌8月は飯塚さんと細田さんがそろって還暦を迎えました。大谷さんはプレゼントを務め、「初めての60歳、おめでとうございませう」と、お祝いの言葉を送りました。どんなに年を取っても「初めて」の喜びを忘れない大谷さん。そして還暦を迎えた飯塚さん、細田さん。これからも健康に気を付けて元気に過ごしてくださいね。お誕生日、おめでとうございませう！

〈千代田〉

★すみれグループ

『お元気で』

7月30日をもって栗原さんが中台育心園を退所しました。栗原さんが当施設で過ごした期間は約30年。共

に長い時間を過ごしてきたグループの仲間から「寂しくなるね」「元気でね」と口々に饒別の言葉をかけられると、栗原さんは涙、涙、涙・・・



栗原さんを囲んで

お別れ会でも他グループの利用者さんたちから温かい言葉をもらおうと、再び涙腺が決壊してしまう栗原さん。皆で一緒に食べたシュークリームが涙で塩味になってしまうのではと心配してしまっただけでした。

退所当日の朝、見送る職員にも深々と頭を下げ、「お世話になりました」と感謝の言葉をくださいました。誰に対しても優しく、穏やかな笑顔がよく似合う栗原さんですから、新しい環境でもきっと健やかに過ごされることでしょう。お元気で。そして、今までありがとうございました。〈海老澤〉

★あざみグループ

『虹を呼ぶ』

ある日の夕方、急に天気雨が降りました。竹添さんは、晴れた空から雨が降っていることに不思議な気持ちになったのか、窓辺に立ってしばらくの間じっと眺めていました。すると、おもむろに窓を開けようとしています。止めようとしましたが、さっとテラスに出た竹添さんは、小雨の中両手を広げて空を仰ぐポーズ。満面の笑みでたたずむその姿は、神々しくもありました。

その後すぐに雨は止み、室内に戻った竹添さんはいつものクールな顔に戻っていました。濡れた竹添さんをタオルで拭くために向かうと、窓を背に座るその背後にキレイな虹がかかっているのが見えました。竹添さんが虹を呼んだと、坂本さんは驚いていましたが、その絶賛する声に、竹添さんはただ静かな笑みを返すだけででした。〈長岡〉

★なでしこグループ

『みんなのお母さん』

私があゆみホーム担当になって半年が経ちました。入職以来初めてのホーム移動で、最初は緊張していましたが、あゆみホームの皆さんは優しく迎えてくれました。そして、これまででは知らなかった皆さんの一面を見ることができると喜びを覚

える日々です。

大足さんは、おっとりとして口数の少ない方というイメージがありましたが、これは私の勝手な思い込みでした。あゆみ担当になって初めての夜勤の日、出勤した私に小走りで行って来ると大きな声で「今日は夜勤？よろしくね！」と声をかけてくれました。その笑顔に緊張がほぐれたのを覚えています。洗濯物を運んでいると、「手伝うよ！」と、手を貸してくれたたり、体調の良いくない日には「大丈夫？」と心配してくれたり、仲間だけではなく職員のことも含めて、周囲をやさしく見守ってくれているお母さんのような方でした。

これからもおらかな笑顔で皆を包んでいてください。〈宮崎〉

令和2年度

勤労感謝祭中止のお知らせ

新型コロナウイルス感染予防の観点より、毎年恒例となっておりました中台育心園 勤労感謝祭は、今年度は中止することにいたしました。

大変勝手ではございますが、皆さまのご理解とご協力をお願いいたします。

厨房だより

調理員 飯塚弓子

私は食べることが大好きです。食事はお腹を満たすだけではなく、心も満たしてくれます。『力の源、元気の源、笑顔の源』です。食べることは生きること。そして自然の恵みの大切さや尊さに感謝することです。

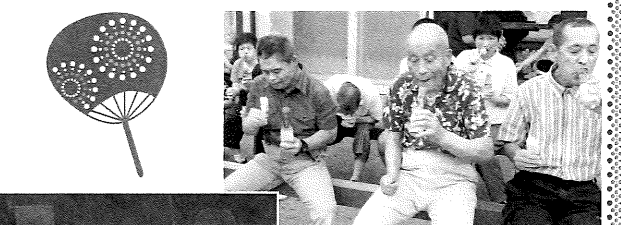
私たち調理員は、給食を食べてくださる皆さんに感謝の気持ちとまごころを込めて、日々調理をしています。利用者の方々は、下膳時に様々な形で「ごちそうさま」を伝えてくださいます。目を合わせて合掌をしてくださる方、「夕食は何？朝食は？」と笑顔で声をかけてくださる方、深くと一礼をされる方、カウンターにつかまって背を伸ばして私たちが気付くまで待っていて笑顔をくださる方。大きな声、小さな声、目で伝えてくださる方。お一人お一人の「お気持ち」が励みであり和みであります。その一つ一つの「ごちそうさま」に、私たちも「ありがとうございます」とお返しをします。この時間がお互いの感謝の気持ちが通じ合えるひとときだと思っています。

これからも感謝の心を深め、安心で安全なおいしい給食を提供していきたいと思っています。

納涼 夕涼み会



キャンプ
ファイヤー!



花火 楽しいね!

跡 跡 跡

〔7・8月〕

〔寄付〕

- ▼ 取次安男様
- ▼ 浜田澄子様
- ▼ 福栄茂子様
- ▼ 沼田精一様
- ▼ アンサンブルウイズ様 (演奏ボラ
ンティア) ▼ 羽生明義様 (絵画指導)
- ▼ 横田裕樹様 (会計監査) ▼ 永光パ
ートナーズ 渡辺様 (会計指導) ▼ 水
戸市役所 蛭田様 (認定調査) ▼ 行方
市役所 飛田様、栗又様 (認定調査)
- ▼ 幡谷匠様 (施設見学) ▼ 鹿嶋市飯
島様、宇佐美様 (打合わせ) ▼ 鹿行
審査会 青山様、山田様、土屋様 (打
合わせ) ▼ 石崎学園 磯崎様 (打合
せ) ▼ 聖徳大学 平塚様、宮崎様 (実
習オリエンテーション) ▼ 藤沼貢様
(面会) ▼ 島村輝久江様 (面会)
- 〔日中一時支援〕
- ▼ 飯野泉さん
- ▼ 梶田浩史さん
- 〔退所〕
- ▼ 栗原久子さん

- ▼ 松川宮子様
- ▼ 菅谷ますえ様
- ▼ 菅谷誠様

- ▼ 野原みち代さん
- ▼ 沼田賢治さん
- ▼ 川尻勝久さん
- ▼ 島村龍馬さん
- ▼ 野口円さん
- ▼ 飯塚秀男さん
- ▼ 細田正弘さん
- ▼ 小沼好静さん

編集後記

今年も連日猛暑猛暑の夏でした。そんなある蒸し暑い日、おやつに何か作ろうと思い台所に立ちました。材料棚を見ると、お正月の残りのきな粉を発見！ きな粉蒸しパンを作ることにしました。きな粉は意外に大量で、大きめの蒸しパンが2つできました。

1つはすぐに食べたのですが、実は味がイマイチで、もう一つは手付かずのまま数日が経過しました。2日目の夕方、ようやくもう一つの蒸しパンに手を伸ばしてみると・・・！なんと、糸を引いているではありませんか！ 臭いも腐っているというよりは・・・？ あ！ きな粉は大豆の粉なので、発酵して納豆になったのか！ きな粉蒸しパンは納豆蒸しパンに進化していたのです！ この事実には少し感動しましたが、これ以上進化されると困るので速やかに破棄させていただきました。食べ物を粗末にしてすみませんでした。(チヨダ)

