

星の夢百聞

～ 第 150 号 ～

発行日:2018年8月1日
発行:有限会社 おいらーく
札幌市東区北25条東20丁目7-1
発行人:星野 二三江

東雁来第2ケアサポートセンター 開設7周年イベント開催!

皆さん、なんとCOCO東雁来式番館も7周年を迎えることが出来ました。思えば7年前の3月、あの東日本大震災が起こり甚大な被害があった年にオープンしました。4月オープン予定が、物資不足で工事が遅れ、ようやく7月にオープンとなりその頃おいらーくに入ったらばかりの私は厳しい管理者の下、右往左往していたことを思い出します。

お陰様で、COCO東雁来式番館は、立地場所は東区でも外れの方になりますが金額がリースナブルで、とてもアットホームな雰囲気を感じ出していると好評です。

今回、7月7日に「7周年記念夏祭り」を開催するにあたり、約3ヶ月前から住宅・小規模職員で話し合いを重ね、様々な催し物を企画、準備して参りました。

途中、実地調査が入ったり、浴連菌でダウンする職員がいたり、台風の接近で天候が危ぶまれたりと何度も挫折そうになりましたが、入居者様とご家族様の喜ぶ顔を見たくて皆一生懸命に頑張りました。

当日は少し肌寒い気温でしたが、考流学舎の方々や本部より応援協力も得て、ご近所の方や見学の方も含め80名超えの方々に参加していただきました。焼きたての豚串、色つきの綿あめ、揚げたてのポテト、温かいそうめん、採れたての夕張メロン、心を入れて用意したお料理は大変好評で、輪投げやヨーヨー釣り、ハズレ無し抽選会も賑やかで笑いの耐えない楽しいお祭りになりました。と楽しみを持って暮らしていただけると、我々職員は、精一杯の努力をしなければなりません。

今後もおいらーくの住宅は、何処に行っても素晴らしいね!と言って頂けるよう10年、20年とご利用者様と一緒に思い出を作っていきたいと思えます。ご協力に感謝いたします。ありがとうございました。



えくぼ東雁来 所長
白鳥 たか子



7月28日(土)。第5回となる「東雁来サマーフェスティバル」を開催しました。当日は最高の天気には恵まれましたが、台風の影響が、風が強くて強く物も飛ばないか、心配しながらの開催でした。

「札幌北中学校ブラスバンドの演奏」「三味線の演奏&民謡」「よきこい」「子供盆踊り」「大人の盆踊り」等、盛りだくさんの内容でした。

強風の影響で、音がなかなか届きませんでした。札幌北中学校ブラスバンドの演奏は、アンコールが出るほどの圧巻でした。毎年来ていただき、感謝です。

当社は出店を担当、「豚串」「フランクフルト」と、今年は「から揚げ」「じゃじゃ麺」を追加提供。「じゃじゃ麺」は早々に完売、「フランク」から揚げも続いて完売。毎年人気がある「豚串」は、昨年の1.5倍の600本を用意、豚串は前日、職員総出で串差しをおこないました。

11時30分の開店ですが、開店前の11時から長蛇の列、焼く方も気合が入り、ただ黙々と焼くのみでした。おかげさまで、用意した食材は全て完売、

昨年は品切れでお断りした「豚串」も、ほぼ皆さんにお買いいただけだと思います。

第5回 東雁来 サマーフェスティバル



高橋 雅博



グループホーム夢 開所1周年 パーティー!!



GH夢1周年記念という事で焼肉パーティーを開催しました。当日は、あいにくの雨でしたが雨にも負けず楽しい一日となりました。テントの中で炭火での本格焼肉!入居者様、職員、家族様、ご近所の方、ボランティアの方など含め総勢71名の方が集まって頂きました。

本部やデイの職員やご家族にも、ご協力いただき、外では焼肉、室内ではなんと流しソーメンもしました。流しソーメンは入居者様はもちろんです、ご家族の子供たちも大はしゃぎ!

カラオケもたくさん歌いました。ボランティアアでは「ひよっとこ踊り」をして頂ける「笑福」さんに来て頂き、楽しい踊りと音楽でみなさんクグづけでした。最後には、子供たちがスイカ割りをして盛り上げ、みなさんで美味しくいただきました。みなさんで夏を満喫し、笑顔いっぱい、おなかいっぱい、の一日でした。

ご協力いただいた職員やご家族のみなさま、本当にありがとうございました。GH夢はさらなる年へ邁進していきます!

カラオケ口腔リハビリ バス乗車報告！第2弾

（生きがいサロン東雁来編）



7月12日(木)、13日(金)と二日間に渡り毎年恒例の行事として企画しているさくらんぼ狩りにいってきました。場所は南区にある砥山ふれあい果樹園というところで、2日前にはなんと……！くまが出没したという自然豊かな場所です。
今年には西日本の記録的豪雨で北海道にも影響があり例年に比べて農作物が不作というのと、当日の天候に不安がありました。が晴天となり無事に決行することができました。

バスにはカラオケ機が導入されて、口腔リハビリを兼ねての外出行事となり、利用者もスタッフもドキドキ、ワクワクしながら乗車し、出発と同時にカラオケ口腔リハビリがスタートしました。

皆さんに曲をリクエストしていただき何曲か入れていくと皆さん段々とマイクを話さなくなり、真剣に歌う方・口ずさむ方・マイクを使わずに大きな声で歌う方等、様々でした。知っている曲がかかると不思議なものでその当時の楽しさ辛さ苦しさ頭の中によぎり懐かしく感じるのでしょうか……その年代に戻ってしまう感覚があるようですね。歌っている皆さんの顔を見てみると私達も楽しく幸せな気分になっていただきました。

カラオケもちょうどお昼ご飯前だったので唾液もすっかり出て、歌うことで腹式呼吸を行っている心肺機能向上につながったのではないのでしょうか？知らず知らず機能訓練が行えているということが素晴らしいことに感じます。

現地ではやはり、さくらんぼは雨の影響を受けて例年よりも出来栄えが良くなかったように感じますが、さくらんぼを狩るとい活動が何よりも楽しかったように感じます。草むら歩き回り手を伸ばしてさくらんぼを取ることで、これも知らず知らず身体機能向上につながったのではないのでしょうか？

昼食は厨房スタッフが作っていただいた美味しい弁当をいただきました。お腹も心も満たされる一日となったようです。

最後に、今回の外出行事を支えてくれたバスを運転していただいたCOCO東雁来の小林さん、美味しい弁当を朝早くから作っていただいた河合さんを始めとする厨房スタッフの皆さん……ありがとございます。利用者の皆さん……また来年も行きますよ！

生きがいサロン東雁来 介護員 山本 かおる



行事

小規模多機能型居宅介護事業所 えくぼ 夏行事紹介



以前に調理の仕事をしていた利用者様が中心となりアツプルパイ作りに挑戦しました。この方は利き手が使いつらい為、利き手ではない右手で生地を広げ、リングを乗せる、砂糖のふりかけ、卵液を刷毛で塗る作業を行い、出来ない部分もありましたが、もう一人の方が助手として手伝ってくださり言葉を掛けながら協力して取り組んでいました。味はもちろん美味!!他の利用者様にも好評でした。12日にはトリトンまで外食をしています。外食の経緯ですが、好きな食事を食べるといふ事を目標に2か月間特定の活動(リハビリ)を行なうというものです。活動を行なったという見える化としてスタンプを毎日押印します。目標がはつきりした事で活動にも意欲を持ち行っていました。トリトンではウニ、トロ、ツブ等十皿以上をペロリと食べ、えくぼに戻ってから美味しかったと話されていました。又、同じく12日の夜には開成高校の学校祭で花火が上がるので見学をしに行っています。天気も良くサテライトえくぼから歩いて現地まで移動。皆様疲れた様子もなく歩かれ、花火が上がるのを楽しみにしていました。一発目の花火が上がると同時に皆(職員含)の肩もヒクツと上がり驚いている様子でしたが…。それ以降は「綺麗だね」「大きいね」と喜ばれている様子で話しをしながら見学していました。



行事

デイサービスセンターてんやわんや本町 文明堂札幌工場へ



てんやわんや本町では7月16日から1週間、外出行事で「文明堂」へ買い物に行ってきました。御利用者様から「そろそろ買い物へ行きたいな」という声が聞かれ、札幌市白石区にある銀座文明堂札幌工場売店で買い物を企画しました。カステラ一番、電話は二番、三時のおやつは文明堂の歌が昔はテレビコマーシャルが流れ有名なお店ですが、ここは札幌にある唯一の工場。お店の前を通るとカステラのあまーい香りがして甘い誘惑に惹かれ店内へ。カステラだけではなく、どら焼き、羊羹、かりんとうや煎餅、冷菓も並んでおり、御家族、お孫さんへお土産等を沢山購入されました。工場直売店ならではのB級品の商品があり、カステラやバームクーヘンを作った時に出てしまう切れ端、形がくずれてしまったどら焼きの皮等が格安で販売しており、もちろん味は変わらないおいしさ。数に限りがありそれを目当てに行った方も「買えたよ」と喜んでました。本町から車で10分程の距離なので、昔ながらの懐かしい味を食べ、たくさんたっらぜひ行ってみて下さい。



DTってなーに？

ダイバーショナルセラピー



せんりでもたあたらんを養子に迎えました。おやつ時間などにホールでたあたらんをあやしなから過す事も多くなっています。なかでも特に熱心なのがO様で、ミニちゃんと呼ばれて、ご自分のベッドで添い寝をしてあげながら可愛がっているのです。ガラガラを振って寝かしつけ、さも愛おしそうにお布団を掛けてあげています。もちろん人形である事はわかってはいるけれど、可愛くて仕方がないそうです。

夜泣きもなく、おしめの取替えも必要ない、お気軽子育て、皆さんも始めてみませんか？

(せんり本間)

人には最後まで壊れない機能が2つあるといわれます。それは「感触と感情」。特に自分が最も幸せで自信に満ちていた頃の感触と感情は、高齢になっても認知症であっても忘れないものです。あなたにとつての最も幸せな思い出はいつですか？多くの女性は自らの赤ちゃんを抱いたときに強い感動と共に幸福感を味わい、子育ての時期に最も自信と幸せに満ちているといわれています。

そこで今回ご紹介するのが赤ちゃん人形「たあたらん」を用いたドルセラピーです。赤ちゃんの抱いた時のあの「感触」や、愛らしい表情で語りかけるような目といった「視覚」を通して、わが子に注いだ「感情」を蘇らせ、実子の有無にかかわらず、失いかけていた「愛し、世話をする対象」「生活の目的」を回復し、潜在的にもっている想像性や感性、感情を心置きなく表出できる対象となるのです。さらに、たあたらんを抱いていると周囲の人の目が変わります。たあたらんのかわいさに思わず表情が和らぎ、笑顔で話しかけてきてくれるようになります。コミュニケーションが生まれるのです。

お気軽子育て中



まっちゃんのマイクロバス免許とったドーっ！



私が保有している免許証は『中型』『中型車は中型車(8t)に限る』でした。おいらーくで所有しているマイクロバスは中型免許での運転は可能ですが、『限定解除』でなければなりません。その為、今回久々に自動車教習所に通い中型自動車限定解除の免許を先月の6月に取得しました。

教習時間は5時間+卒検です。マニュアルのトラックが教習車でした。教習料金は6万円台と、かなり値ごろ感がありました。もちろん自腹です。

私の勤務するCOCO元町では軽自動車2台しか保有しておらず、外出レクには大人数での実施はできませんでしたが、今回の免許取得によりマイクロバスを運転することが出来るので今後の外出に楽しみが広がりました。

今回、7月17日(火)に利用者6名、職員4名で石狩湾で潮風を感じた後、佐藤水産サーモンファクトリーに行ってきました。

紹介!

各事業所 自慢の特別メニュー! 第4弾

うらら伏古 (高山さん)



岡山ご当地メニュー

デミカツソース、スナップエンドウと卵の炒め物、ブドウゼリー白桃添えです。お肉も柔らかく、美味しかったとの声を頂きました。

CoCo 東雁来 (河合さん)

かにのちらし寿司



蒸し暑い日が続いていますので小豆と抹茶の水ようかんを作ってデザートに添えてみました。

CoCo 東苗穂 (山田さん)



漬け丼



今回は、生チラシのネタ(まぐろ、サーモン、はまち、ホタテ、ポタンエビをしょう油とお酒、みりん、そしてやまわさびを入れたタレに)を漬けにして、丼ぶりの中央には、伊達巻玉子をのせ、すし飯に大葉、ノリ、白ごまをトッピングさせた漬け丼を提供しました。また、お昼のプチ夏祭りでソーメン流しをしたときの軽食としてざんぎとおにぎり、白花豆にゼリーを提供しました。

CoCo 東雁来式番館 (四宮さん)



イベントプチ弁当

7周年だから7月7日(土曜日)東雁来式番館とえくぼ東雁来のイベントを開催。配食では、朝からプチ弁当を作成しました。中身は、お稲荷さん2個、唐揚げ、お漬物、考流学舎さん経由で購入したおいしい夕張メロンです。そうめん汁は、天気に合わせて暖かくしました。豚串はその場で焼き上げ、配りました。こちらは、ベテランN野さんが手際よく焼き、熱々を食べて頂き大変好評でした(焼きたてを食べさせる! T副部長たっでの希望でした。成功です)さて、来年はどうでしょうか?今度と鬼は出たことが、無いとか、あるとか…

特集! 人間万事塞翁が馬



似顔絵作: 松田 郁美

Ｔさんは昭和14年、北見市端野町で3人兄妹の長女として生まれます。時代は戦時中、Ｔさんがまだ幼い内に、父親は戦争に出たまま帰らぬ人となってしまい、母親、祖父母と共に農家をして暮らして育ちました。

23歳で斜里町の男性と縁談があり結婚。2人の男の子に恵まれます。31歳の頃、斜里のバス会社で整備士だったご主人が脱サラし、Ｔさんの生まれ故郷である北見市端野町に移り自動車整備工場を立ち上げます。工場には2名以上の整備士を置く事が義務付けられていたことから、ご主人を支える為にＴさん自身も整備士の資格を取るべく講習に通い始めます。それから6カ月、端野町で唯一の女性3級整備士として見事に資格を取得します。その後、夫婦2人3脚で約25年に渡って自動車整備工場を運営してきました。その間に長

男は札幌で、次男は北見で、やはり自動車整備工場勤務という整備士一家となりました。次第に工場運営は厳しくなり夫婦で札幌に移ります。が、まもなくご主人を病気で亡くしてしまいます。

それからは回転寿司店でのパートを経て、ホームヘルパーの資格を取り、主に訪問介護の仕事をして10年以上続けていました。ある朝、脳梗塞で倒れてしまいますが、幸いにも後遺症は比較的軽度で、今は札幌で住み慣れた家の近くにある「住宅型有料老人ホームCOCO元町式番館」に入居されています。週に2回デイサービスに通い、花や野菜を育て、趣味で短歌も詠んでいます。時折、足を運んでくれる2人の息子さんと、お孫さんの成長も見守りながら、これからも末長く暮らして下

さい。



第40弾! ドラムす子でバチ当たり人間のよもやま話



カジノを含む統合型リゾート実施法が先日可決成立した。2020年代には国内に最大3カ所のカジノが開業する予定。北海道でも誘致に積極的だ。カジノは本来刑法が禁じる賭博罪に当たるが、この法により例外的に認められることになる。カジノを中心に複合的な商業施設によって多数の観光客を呼び込む計画で、多大な経済効果が見込まれているが課題も多い。治安悪化や資金洗浄などの問題もあるが、怖いのがギャンブル依存症。国内には依存症を疑われる人がすでに500万人以上もいるそうだ。

ギャンブルから抜け出せなくなるのはその勝利体験が強烈な記憶として脳に刻まれてしまうからだという。ジャンジャン玉が出たときの快感が忘れられず、私も若いころパチンコ店に随分と通ったものだが、当然負けて帰ることが多かった。当時は熱病のようなものだったが、今でもパチンコ台のチューリップ（古！）が開いたり、数字がそろって興奮する夢を見ることがある。

ところで依存症には3種類あるらしい。プロセス依存、物質依存、関係依存の3つだ。場合によっては人生を破滅させるほどのギャンブル依存症だが、ある過程で得られる興奮や刺激を求めてその行為自体に執着・依存するプロセス依存に分類される。ただし行為そのものは目的ではなく終った後、たいがい後悔するらしい。思い当たるなあ。ギャンブルの他、買い物・盗癖・ネット・メール・ゲーム・浮気・仕事などもプロセス依存にふくまれるそうだ。

物質依存は過食したり、ジャンクフードを食べたり、アルコールを飲んだり、タバコを吸ったり、カフェインを摂ったり、薬物に溺れたり肉体的な快楽や刺激を得ることで、一時的に現実逃避をしようとするらしい。

そして関係依存とは過保護・過干渉・虐待・暴力・ストーカー・パトロン・性・宗教の教祖などある特定の人の人間関係に依存する。歪んだ上下関係に執着し相手を支配束縛したり、逆にしがみついたりすることで、人とのつながりを求めようとするのだ。

朝、私は仕事に間に合うように妻に起こしてもらおう。着て行く服を用意してもらおう。歯ブラシに歯磨き粉をのせてもらおう。眼鏡をきれいに拭いてもらおう。朝の薬とお水を用意してもらおう。はねた髪をなおしてもらおう。おにぎりをにぎってもらおう。トイレに新聞を持ってきてもらおう。ハンカチとティッシュを用意してもらおう。玄関に靴をそろえてもらおう。まだまだ続くがこの紙面では書き切れない。これって何依存?・・・とほほ。

おいらーく

7月行事内容と8月行事予定

平成30年8月行事予定

平成30年7月行事内容とイベント風景

平成30年8月行事予定

せんり	○元町第2ケアサポートセンター夏祭り ○誕生会
うらら伏古	○29日 円山動物園(予定)
CoCo東雁来	○上旬：小花火大会 ○下旬：外出行事 ○喫茶「ココよ」はお休み
東雁来式番館	○外出ツアー「イオン東苗穂」 ○買い物レク ○訪問販売セブンイレブン
CoCo元町	○サマーフェスティバル
元町式番館	○5日 夏祭り ○10日 第3区町内会盆踊り大会 ○11日 仮装盆踊り ○誕生会
えくほ東	○外出レク…海へ ○外で焼肉大会 ○花火大会 ○丘珠航空ショー見学
CoCo東苗穂	
ホーム夢	○ローソク出せ ○盆踊り ○誕生会
銭函お散歩	○4日・18日 趣味の会 ○11日～15日 お盆休み ○20日 ちぎり絵教室 ○26日 スズキアリーナチャリティーイベント参加

平成30年7月行事内容とイベント風景

○かき氷 ○中庭菜園 ○買い物レク ○運営懇談会	  
○21日 運営懇談会 ○26日 百合が原公園	  
○10日 喫茶「ココよ」 ○17日 いちご狩り「スノーベリーファーム」 ○17日 衣類訪問販売会「タケイ」さん ○28日 東雁来サマーフェスティバル	
○17日 「7周年記念祭」 ○31日 「ねこめ」	  
○17日 佐藤水産合同バスツアー ○25日 出前カフェ ○28日 衣類移動販売	 
○4日 アップルパイ作り ○12日 外食(トリトン) ○12日 開成高校学校祭 花火見学	  
○7日 CoCo東雁来式番館7周年	 
○24日 CoCo東苗穂 プチ夏祭り	 
○札幌北中学校交流 ○一周年記念焼肉パーティー	 
○4日 フラワーアレンジメント ○7日・14日 趣味の会 ○12日 認知症カフェ 「ハーモニカ演奏会」 ○31日 ピアノ演奏会	

経営方針

『高齢者も障害者も住み慣れた地域で、安心して暮らせる地域づくり』を目指し、つねに『ご利用者様の立場にたった総合的な介護・福祉企業』のあるべき姿を探究し続けるオンリーワン企業を目指します。