

星の夢百聞

～ 第 152 号 ～

発行日:2018 年10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

恒例!

敬老会イベント

とお祝いの祝辞!!

9月17日、えくぼ元町では敬老会を行いました。地震の影響もあり、限られた準備期間の中での実施でしたが、皆さんに楽しんでいただきたという一心で実行委員を中心に催し物の話し合いや練習をしました。普段ダンスなどは踊ることが無いため、なかなか振り付けを覚えるのは難しく、完璧とはいかないまま本番を迎えることとなりました。当日はたくさんの方が会場に来てくださり、我々の催し物に笑顔で手拍子や拍手をしてくださったり、笑ってくださったりとても盛り上がり、スライドショーの上映では、今年度行った行事の写真や入居者様の若かりし頃の写真などがナレーションと共に映し出され、笑いあり感動ありの内容でした。

最後は、喜寿や傘寿の方への表彰があり、受賞された皆さんはとも喜ばれ、素敵な笑顔を見ることができ、敬老会は無事幕を閉じました。

今回、私自身は初の敬老会でした。大きな地震の後でなおかつ今後いつまた地震が起きるかという不安が入居者様の中にもまだあるのかと思います。我々はほんの些細なことしか出来ませんが、今回少しでも楽しい思いをしていただき、不安な気持ちが少しでも紛れたのなら幸いです。

今後皆さん楽しんでいただけたようなイベントやレクを企画していきたいと思っています!乞うご期待です!



温泉旅行
企画!

「洞爺湖」へ! GoGoGo!

日程 10月23日~24日

宿泊 洞爺「万世閣」レイクサイドテラス

料金 33,000円

夜は宴会、昼食2食付き 遊覧船&ロープウェイ乗車
当社マイクロバスで移動 1室3名~4名の予定 最小実施人数 6名



今年は「洞爺湖温泉」へGOです。お宿は「万世閣レイクサイドテラス」となっております。23日は「中山峠」経由で宿を目指します。途中、峠で昼食をとり休憩。峠の「揚げも」は有名で、皆さん一度は食べた事があると思いますが、お腹と相談しながらほどほどに。

夜は「宴会」、そして今年の目玉は、夜の遊覧船に乗り、花火を観まーす。間近で観る「花火」、想像しただけでも迫力を感じますね。(私も初めてです) 夜の宴会・昭和新山ロープウェイへの乗車等も企画しております。

24日は室蘭経由で帰ります。昼食は恒例の「回転〇〇の食べ放題!」も予定しております。参加される皆さん、1カ月をきりました。体調管理には十分に気を付けて、お天気になる事を祈って下さい。思い出に残る旅を、ご一緒に楽しみましょう。



デイサービス
生きがいサロン 銭函

やる気!本気度!



高屋 利啓

○生きがいサロン銭函を定員10人で満たす

利用者さんが来たいと思って頂けるデイにする為、まずは今来て頂いている方々一人一人と向き合い、その方が何を楽しみにしているか、何に興味を示しているか、何をしたいと思っているかを考え、察する事で、個々に合わせた活動を提供できるよう、環境面や活動メニューに反映していく。利用者さんが楽しめる環境では自然に笑顔も増え、暖かい雰囲気になり、利用者さん同士の輪ができ、そのような環境を作る事で、見学に来られたご本人やご家族、ケアマネの方に伝わり、生きがいサロン銭函に通いたいと思って頂き、選ばれていく事が、第一歩目と考え取り組んでいきます。



石川 秀美

○地域に密着した活動を

9月6日の胆振東部地震で防災の大切さを痛感しました。今後起こりうる災害時に、利用者様はもちろんですが、地域の為に出来る事も視野に入れ活動できるようにしたいと思っています。

○DTを学ぶ

DTとは何ぞや?から取組まで、自分自身理解する為勉強をしながら活動に取り入れたいと思います。



駒井 美佐

○小さな変化にも気が付く

利用者様が「おはよう」とデイに来て、「あ〜楽しかった」「また来るよ〜」と帰っていく一日を過ぎて頂きたい。家庭的なデイでともに笑顔で毎日を過ごせるように、利用者様の変化に気づける様意識していきたいと思っています。

うに、利用者様の変化に気づける様意識していきたいと思っています。

2018年10月

今月の干支占い



干支	生まれ年	10月の運勢
子（ねずみ）	昭和23年（戊子）・昭和11年（丙子）・大正13年（甲子）	安易な言動は責任問題に発展する月。
丑（うし）	昭和24年（己丑）・昭和12年（丁丑）・大正14年（乙丑）	素敵な異性との出会いが期待できる月。
寅（とら）	昭和25年（庚寅）・昭和13年（戊寅）・昭和元年（丙寅）	揉め事に口を挟むと大怪我をする月。
卯（うさぎ）	昭和26年（辛卯）・昭和14年（己卯）・昭和2年（丁卯）	勝負するならチャンスの月。
辰（たつ）	昭和27年（壬辰）・昭和15年（庚辰）・昭和3年（戊辰）	張り切り過ぎからの体調不良に注意の月。
巳（へび）	昭和28年（癸巳）・昭和16年（辛巳）・昭和4年（己巳）	根回しと準備が成果を呼ぶ月。
午（うま）	昭和29年（甲午）・昭和17年（壬午）・昭和5年（庚午）	迷いや不安が生じやすい月。
未（ひつじ）	昭和30年（乙未）・昭和18年（癸未）・昭和6年（辛未）	今までの努力が実益を呼ぶ月。
申（さる）	昭和31年（丙申）・昭和19年（甲申）・昭和7年（壬申）	事前の段取りが重要な月。
酉（とり）	昭和20年（乙酉）・昭和8年（癸酉）・大正10年（辛酉）	心の油断がトラブルを呼ぶ月。
戌（いぬ）	昭和21年（丙戌）・昭和9年（甲戌）・大正11年（壬戌）	こだわり過ぎるとチャンスを逃がす月。
亥（いのしし）	昭和22年（丁亥）・昭和10年（乙亥）・大正12年（癸亥）	何事も節度を守れば好調な月。

デイサービス生きがいサロン銭函

小鳥のえさ箱！利用者の心配り

生きがいサロン銭函をご利用されている男性利用者さんで大工をしていたAさんという方がいらっしゃいます。利用者さんと職員の「この辺はカラスは見かけるけど他の鳥はあまり見かけないね」「エサ箱あれば来るのかな？」との何気ない会話から、エサ箱を作ろうとなりました。職員は皆日曜大工が苦手・・・そこでAさんの登場！！大工をしていたAさんにどのような形でどうつくればいいのか教えて欲しいと相談すると、「それぐらい朝飯前だから俺が作ってやる」と頼もしい言葉！！すると、その数日後になんと綺麗な青色のえさ箱が！！Aさんが家にある道具でなんと作ってくれたのです。

設置したては中々鳥が来ませんでした。日にちが経つにつれ一羽、二羽とスズメが集まりました。多い時には二十羽以上になる時が。今では他の利用者さんもスズメが来る事を楽しみにしており、「今日はまたスズメが来ないね。ちゃんと餌あるのかい」と言いエサ箱をみに行ったりと、とても皆さん喜んでいきます。Aさんのおかげで他の利用者さんも喜んでいてと伝えると、照れながら「いやあくあれぐらいいつでも作れるよ」と顔をくしゃっとして笑いながら話される照れ屋なAさんでした。



CoCo東苗穂!秋を楽しもう!



9月11日考流学舎が来て喫茶を行う予定でしたが、この度の震災で喫茶は中止になり急遽住宅で予定通りに秋を感じられる様な力ボチャや紅葉を飾り、「東苗穂秋の喫茶店」を開店しました。

それぞれで自分でコーヒーかジュースを選び飲みました。今回のメインイベントのビンゴゲームを行い、ヘルパーと共に数字を探したり、中には自分の思い通り数字をちぎって並べ変えてしまう方もありました。参加者の中から「リーチ・ビンゴ」と次々とあちらこちらから声が上がりました。景品を用意しており、ビンゴの方から順番にどれかを選ぼうか悩んだり、何だろうね?と聞かれたりしました。景品を受け取り、開けて見て笑顔が沢山観られ、最後に皆さんで歌を歌ったり・体操をして午後のひと時を楽しまれました。



行事

介護付き有料老人ホーム うらら伏古 敬老会

平成30年9月12日(水)にうらら伏古の一大イベントの一つ!『敬老会』を行いました!

敬老会まで職員一同夜遅くまで踊りを練習したり、衣装作りに励みました。「入居者様に笑顔を!」ただその為に私たちは行ってきました。

入居者様もほぼ全員出席され、いざ!本番!まず最初はポプラ保育園の園児による歌の披露。そして町内会の方によるオカリナ演奏。徐々に職員の仮装モノマネの順番が回ってきました。そして司会者から「さあここからは職員による歌謡ショーです!」「それではどうぞ!」緊張しながら仮装した職員が順番に入居者様の前へ…。

「わぁー!」という歓声と共に笑顔が見られました。

音楽が流れ、練習した肝心の踊りはどうだったのか…?

…結局、オリジナルのダンスになってしまいました…。あの練習はなんだったのか…。しかし、入居者様の笑顔はしっかりと見る事が出来たので、結果良ければ全てよしと自己満足に浸る職員一同でした。最後は職員と入居者様で秋の歌を歌い、集合写真を撮り敬老会は無事終了となりました。

来年もまた入居者様が楽しんでくれるような敬老会を目指していきたいと思いますので、ご期待下さい。



テイサービスセンター夢のみずうみ村てんやわんや

国際交流 in オーストラリア



オーストラリアとDTセッション

おいらーくでは、星の夢でお馴染みのDT（ダイバーショナルセラピー）で「個人が自分らしく生き抜く」ための、レジャープログラムを日々考案し実践していますが、この度DTの発祥の地オーストラリアのセラピスト（DTの専門家）ダレン氏とパソコンのインターネットを使ったテレビ交流会を行ったので報告させていただきます。

第1回目は、8月21日火曜日に行いました。時間にすると30分程度ですが、画面を通してパフォーマンスをしてお互いに賞賛し合うという内容になりました。オーストラリアの施設入居者さんはコーラス隊を結成され、数曲生演奏で歌ってくれました。てんやわんやの利用者さんは、「上を向いて歩こう」（スキヤキソング）と、盆踊り（北海盆唄）を披露しました。

第2回目は、9月21日金曜日に行いました。オーストラリアのメルボルンで開催されたDTの全国大会に参加することになり、てんやわんやの利用者さんはアデレードの高齢者施設のコラスにウチワや身体を使ったボディーパフォーマンスで応えました。DT全国大会の参加者はオーストラリア、ニュージーランド、アメリカ、日本を合わせて、200名以上とのことでした。

てんやわんやの利用者さんは、

テレビを使った国際的な交流会ということもあって、興味津々の表情や笑顔がたくさん見られました。



ダレン氏



第42弾!

ドラムす子でバチ当たり人間のよもやま話



9月6日未明の北海道胆振東部地震。北海道全域が大きく揺れた。暗闇のなか驚き起きて不安に過された方も多かったでしょう。そして起こった停電や断水は私達の生活を直撃。不足のものを買い求めようにも食糧を始め関係の品物は売り場から無くなった。

普段当たり前に使っていた電気のありがたさとともに、私達の生活はそこに大きく依存していることを思い知らされたこの大停電でした。

暖房を使わないこの時期の停電だったのが不幸中の幸いだった。冷蔵庫や冷凍庫のなかの食品はぎりぎりセーフ。トイレにはバケツに汲んだ水で対応。夜、明かりがないのが一番不便。こんな時懐中電灯は絶対必要だ。火災の危険があるからロウソクはお勧めできないけれど、それに頼った人も多くいた。コンビニではロウソクを買い求めにきた人が、売り切れでやむなく必要ないお線香も一緒になったお墓参りセットを買って行ったそうだ。

私は手回しで自家発電してラジオにも灯りにもなる機器を使った。停電時の情報収集にラジオは必要だ。冷静に状況を伝えながら、被災者に寄り添ってくれるアナウンサーの言葉に安心できる。ところがこの手回しのハンドルを酷使したせいで内部が破損し、機器が使用不可となった。徒労感のなかふと見上げた夜の星のきらめき。こんなにたくさんの星があったのだと改めて思う大停電の夜。

かつて電気がない昔々、夜は今よりもずっと暗かったはず。人間の生活はお日様と共にあったらと思う。ところがいつか我々は経済活動を優先し、お日様のリズムを無視した生活をするようになった。我々人間は自然と乖離してしまったのだ。

大規模な停電時には何故か出生率が上がるという説がある。暗闇で電化製品も作動せず他にすることがないからなのか、非常時に種保存の本能が働くからなのかはわからないが、これが真実であれば少子高齢化を突き進む我が国において、この事象は救国的プロジェクトとなるかもしれない。夕方から思い切った計画停電してみてもどうだろうか。私達は日の出とともに起き、日没とともに活動を休止するのだ。これこそ働き方改革だ。自然のリズムで暮らす我々は健康を取り戻し、出生率は間違いなく上がる。計画停電というより家族計画停電だ。政府に進言してみよう。

だが停電となれば必ず経済は停滞するし、夜陰に乗じた犯罪も多くなるだろう。テレビも観られないし風呂にも入れない。先日その不便を味わったばかりではないか。んーん、だからこの提案はあまり現実的ではないな。何より私達夫婦には停電になったところで何も起きないし、お年寄りや单身者も困るだろう。そうだ、若い夫婦のときだけ停電にしてみよう。そんなことできるわけないか・・・とほほ。

紹介!

各事業所 自慢の特別メニュー! 第6弾

CoCo 東雁来



ホッとしたカレーライス

今回の地震により、メニューの変更により入居者様にはご迷惑また、ご心配をおかけしました。納品業者と8日に連絡が付き、翌週からのめどがついたことにより9日の夕食は安堵の『(´▽`)ホッ』としたカレーライスです。敬老の日は、メニュー通りお赤飯、煮魚、和え物、卵とじでした。

うらら伏古



敬老の日

昼食に赤飯・天ぷら盛り合わせ・和え物を、提供しました。天ぷら量が少し多いかと思いましたが、皆様ほとんど食べておりました。

CoCo 東苗穂



炊き込みご飯・天ぷら しらたき卵とじ・澄まし汁・オレンジ

今月は炊き込みご飯と天ぷら・しらたきの卵とじ・澄まし汁・オレンジを提供致しました、天ぷらも完食され特に今日の炊き込みご飯は美味しかったと話してくださりました。

CoCo 東雁来式番館



敬老の日

敬老の日のメニューです。お赤飯（北海道のソウルフード?甘納豆入り）そうめん汁、天ぷら3種、煮物、みかん他を、お重に詰めてみました（中央は、かぼちゃだんごで、先日星野代表に頂いたかぼちゃを使って作ったものです）と、ある入居様が、蓋をあけ「うわー!」と声をあげ喜んでいた、という話を聞き、普段あまり感想を言葉にしない方でしたので、うれしく思いました。今回は、夢のデイサービス、グループホームにも同じ量で提供しました。今田センター長にどうでした?と、聞いたところ一番喜んでいたのが、お赤飯だったと…

特集!

人間万事塞翁が馬



似顔絵作: 松田 郁美

Nさんは昭和7年6月3日、北海道上川郡剣淵町で男3人女2人の5人兄弟の長女として生まれます。

両親は従業員を15名ほど抱えるでんぶん工場を営んでおり、その工場で使用するイモを作る兼業農家でもありました。工場は冬期間は休みますが、それ以外は昼夜問わず稼働し、職員は交代で勤務していました。毎日、大勢の方と寝食を共にする家で育ったNさん、特に小さい頃本当の孫のように可愛がってくれた、でんぶん粉干しを担当していた留萌出身のお爺さんの事が懐かしいと話されています。

兄2人は高校に進学、Nさんは中学を卒業すると家の畑仕事と職員の飯炊きなどの手伝いをするようになります。毎日朝早くから夜遅くまで、休む暇なく働いていました。お見合い話は数多くありましたが、「絶対に農家にはお嫁に行かない!」と頑として首を縦に振らず、ご近所さんには「選んでいるからいつまでも嫁に行けない」と陰口を叩かれたそうです。

25歳の時、近所の郵便局で働いていた5歳年上の男性を、江差追分の師匠だった祖母が気に入って、結婚の運びとなりました。ところが、ご主人は名古屋生まれの名古屋育ち。結婚してす

ぐに名古屋の郵便局に転勤することになり、知らない土地で知らない人に囲まれて生活する事に。最初はむにやむにや何を言っているのか分からなかった名古屋弁も、一人息子の長男が生まれ子育てしている中に段々と慣れ、社宅や近所にお友達も出来ました。

ご主人は曲がったことが大嫌いな几帳面過ぎる方、右の物が左にあると怒るので大変だったそうです。しかし、よく人の面倒を見て職場の若い人にお嫁さんを見つけては仲人をやり、家と呼んではご飯を食べさせるなど人望のある立派なご主人でした。長男さんは近所では珍しく4歳からピアノを習い、高校は東京の音楽学校に通いたい、と単身家を出ました。寂しくて泣いたこともありましたが、現在はピアノストとして立派な音楽家になられています。

母の日やNさんの誕生日には欠かさず洋服やお菓子などのプレゼントが届き、電話では「おやじの写真の顔、ちゃんと拭いてあげてるか?」と言う優しい自慢の息子様だと話されています。

名古屋では金さん銀さんとご主人の祖母を通じて仲良くなり、一緒に撮った写真も部屋に飾られています。

名古屋から札幌の東苗穂の郵便局に転勤し、ご主人亡き後ココ東雁来式番館に入居されましたが、当時の社宅で仲良しだったご友人とは今でも頻りに遊ばれ、デイサービスにも楽しく通われています。

原田悠里の「明日を信じて」は大好きな歌。趣味のパッチワークをやりながら口ずさんでいるそうです。これからも元気で素敵な笑顔を見せて下さいね。

DT ダイバージョナルセラピー ってなーに?

ーさんは昔、北海道新聞に短歌を書いてよく投稿されていました。が今は若干手の震えがあり、自力で葉書を作成するのは難しくここ数年は投稿していませんでした。久しぶりに短歌を投稿するお手伝いをしてみようと思いい立ちました。①北海道新聞の日曜文芸欄に掲載される。②最終的に字を1人で上手に書けるようになる。を目標として始めました。ーさんは葉書を出すのに意欲的で、職員が投稿してみようとお話するととても喜ばれていました。短歌はーさん所有のノートから職員が抜粋し、字を書くに当たっては職員が手を添えて誘導する形で葉書を作成しました。話し好きな方で書く時も、投稿するために外出している間も短歌について色々話をしてくれました。

そして目標の①新聞に掲載されるが1回目の投稿で見事に採用され達成できました。掲載された事を伝えると非常に驚き、また喜んでくれたので取り組んで良かったと思えました。新聞には短歌の先生が一部添削して頂いた短歌が載りました。

まだ見える 書ける喜び
見つけて 手がふるえるも
まだ頑張ろう。



おいらーく

9月行事内容と10月行事予定

平成30年10月行事予定

平成30年9月行事内容とイベント風景

平成30年10月行事予定

平成30年9月行事内容とイベント風景

せんり	○誕生会
うらら伏古	○下旬 外出レク
CoCo 聖麻来	○お茶の間カフェCoCoよ ○ランチへGo
東雁来式番館	○買い物レク ○訪問販売「セブンイレブン」
CoCo 元町	○外出レク（紅葉見学）
元町式番館	○誕生会
えくぼ東	○外出レク（紅葉見学） ○収穫祭 ○ジギスカン
CoCo 東苗穂	○喫茶
ホーム夢	○ハロウィーン ○お誕生会 ○紅葉狩り
銭園お散歩 カフェ	○6・20日 趣味の会 ○12日 民謡と踊りの旅 ○24日 映画上映会 『ロビンフットの冒険』 ○25日 二胡演奏会

○敬老会 ○中庭で保育園 の子供たちと			
○12日 敬老会 ※行事報告をご覧ください。			
○11日 お茶の間カフェCoCoよ ○25日 猫目 衣料品販売会 ○26日 ランチへGO ユッピー			
○買い物レク ○訪問販売 「セブンイレブン」 ○敬老の日 「特別メニュー」			
○敬老会 ○おはぎ作り			
○17日 移動動物園見学（第3区町内会行事） 敬老会			
○8日 室内ゲーム ○12日 ジャガ芋収穫 ○18日 おはぎ作り （サテライト・本体）			
○11日 喫茶とピンゴ大会 ○16日 ひまわり落語寄席参加 ※行事報告をご覧ください。			
○敬老の日 ○お誕生会			
○1日・15日 趣味の会（紙粘土の回） ○14日～ ちぎり絵作品展 ○19日 ローズウィンドウ教室 ○25日 ピアノ演奏会 ○28日 ちぎり絵教室			

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。