

# 星の夢百聞

～ 第153号 ～

発行日:2018年11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

第6回

## オーストラリア

## 研修報告!!

9月16日～23日の間、3か所の施設見学（高齢者・障がい者・ホームレス）、DTナショナルカンファレンスへ参加してきました。

私にとって初めての海外進出、パスポートも初めて作りました。写真は ホームの庭で、大好きなお孫さんに髪を切ってもらっているところです。毎回、この時間を楽しみに待っているとのことでした。

また、オーストラリアではボランティア活動が盛んに行われており、見学先の高齢者施設には、世界各国の楽器を持って歌を歌ってくれる男性が来ていました。

『せんり』は介護を受けるばかりではなく、入居者様にとって『生活の場』であってほしいと考えています。

入居者様の「自分らしく生きたい」という願いを叶えられるようサポートできたら良いと思っています。



せんり 近正さん



てんやわんや 堺本さん



今回のオーストラリアDT研修では、3つの施設の見学・現地でのカンファレンス（DTの発表会のようなもの）に参加させていただきました。ある施設では、ここが『我が家』と思えるように心がけているとのことでした。お庭には植物があり、どなたでも水やりがしやすいように、テーブルの上に鉢植えがあり、腰を曲げずに植物のお世話ができる工夫がありました。新しく入居される方には、ここが安全で安心できる場所だと思ってもらえるように、関わりを多く持つことが大切だと話されていました。

別の施設では、施設全体が『街』になっており、その中に美容室や教会、にわとり小屋などがあり、施設と感ぜさせないコミュニケーションの場となっております。人生で初めての海外旅行で、とても貴重な1週間を過ごすことができました。オーストラリアの施設の入居者さん・職員、皆さんが楽しく生活している理由が『DT』にあるのだと、実際にその環境に行き、触れることで理解できました。

少しずつですが、私が学んできたこと、見てきたことをてんやわんや本町の職員へ伝えていきたいと思っています。

オーストラリアのシドニーとメルボルンで3つの施設見学とDTカンファレンスに参加させて頂きました。写真の方々はご姉弟で、いつも一緒に過ごされているそうです。この日は私達も一緒に昼食を頂きました。

DTカンファレンスではドールセラピー、ダンスセラピー等、様々な事例発表を聞く事が出来ました。共通していたのは、どの事例も利用者様の背景をよく知り、アセスメントをとる事がいかに重要かと言う事です。オーストラリアではDTワーカーが職業として確立しているので、様々なアクティビティを提供出来ていました。またボランティアの協力も大きいです。

日々、業務に追われてしまいがちですが、レクや行事を行うだけがDTではなく、入居者様の事を深く知っていれば日々の関わり合いの中でもDTは行えるのだと感じました。

今回学んだ事を活かし、うららの入居者様一人一人と向き合い、ケアをしていきたいです。



うらら 似鳥さん







# 恒例！秋の温泉ツアー！洞爺湖へ

GO!  
GO!  
GO!



行つてまいりました。おいらーく旅行！今年は洞爺湖1泊2日ツアー！毎年参加してくださる常連利用者さん・初参加の利用者さん合わせて7名+職員3名 総勢10名で、おいらーくのカツコイマイクロバスに飛び乗り出発です。

今年を楽しみにするあまり前日に眠れなかったのか：お寝坊さんがいらつしやり、時間通りに出発できるか心配でしたが、間に合いました。そんな話も行きの車中では笑いのタネに、小運転手さんの計らいで札幌の中心部を走りながら街並みや紅葉、昔と今の時代の流れを感じながら話は盛り上がり、あつという間に中山峠に到着します。中山峠といえは揚げいも！昼食もそこに揚げいももへロリ♪

今回の天気予報では1日目は日差しもあり肌寒くもないほど良い気候で、2日目が曇り時々雨：洞爺に予定より早く着くことができたので、スケジュールを変更して2日目行くはずだった有珠山ロープウェイに向かいました。山頂は地上と比べると気温が低く、風も強い印象でしたが、昭和新年や洞爺湖を見下ろしたあの景色は圧巻！とつっても素晴らしい景色を一望できました。



そんなこんなで旅館にチェックイン。まったりした後、少し時間があったので「夕食まであと1時間あるなら入ってこよう」と8階の大浴場を目指すことになりました。この選択が旅行最大の試練になることはこの時誰も知らなかったのです…。どんなお風呂かなとウキウキ・ルンルンで最初は軽快な足取りでしたが、なかなかたどり着けません…。途中外国人の方にジェスチャーで「こっちはじゃないよ」と教えてもらい、階段を下ったと思つたら、今度は上り：やつの思いで大浴場に到着したときには30分かかっていました。しかし皆さんはお世辞にも楽とは言えないこの道のりを大変だった、疲れたなどの言葉は一切聞かれず、生き生きとした表情で、よし、お風呂入るぞ！とおつしやつてくれた時に私は感動しました。日々の生活で培った力を発揮し、やり遂げた達成感や、まだまだできる、という有能感を感じていただけたのだと思ひ、とても嬉しかったです。

美味しい夕食に舌鼓を打ち、夜は遊覧船に乗り洞爺湖でどんぶらこ、どんぶらこ、小船に乗りながら間近で打ち上げ花火を見ました。近くで見られる花火は大きく、迫力満点！遊覧船での打ち上げ花火はおすすめてす！皆さんも一度いかがですか。

2日目は道の途中に、とうきびののほり旗をみつけリターンして野菜の直売所によりました。みんなの輝いた目、お店ごと買い占める勢いに店主も驚かれました。

今回の旅行では紅葉もキレイに色づき、雨に打たれることなく無事に帰ってきました。来年も再来年もこんな楽しい旅行企画続けていきたいですね。記事を読んでくれてるそのあなた！来年一緒にいきませんか？





▲白川郷・荻町集落  
この集落は合掌造りの建物が約60棟あります。



▲五箇山・菅沼集落 ここは小さな集落で、9棟の合掌造りの建物があります。



▲五箇山・相倉集落 ここも小さな集落で、20棟の合掌造りの建物があります。

# まっちゃんの 金沢に行ってきたドーっ!



10月14日〜16日まで金沢旅行に行ってきました。金沢では、たくさん回りたくいとレンタカーを借りていろいろ回りました。その中で、印象に残ったのが白川郷・五箇山の合掌造り集落の見学です。

今回見学して分かったのですが、私はそこに行くまでは合掌造りの集落は1か所しか無いものと思込んでいたのですが、行ってみると何と3か所もあり、白川郷の荻町集落が岐阜県で、五箇山の菅沼集落と相倉集落が富山県にあり、それぞれの場所へ移動するのに車で約20分程度の距離があります。

また、それぞれの集落全体が1995年12月9日にユネスコの世界遺産（文化遺産）に登録され、日本では6件目の世界遺産となりました。

今回行って痛切に感じたのは、鉄筋コンクリート作り等の近代建築があるにも関わらず、時代に流されずに現代までこのような昔からの文化を継承していく町内の強い絆とでも言えますか、何か素晴らしい目に見えない力強さのような息吹を感じました。江戸時代や明治時代にタイムスリップしたような気分になりました。

次回行くことが有れば、集落内に数か所あった合掌造りの民宿に泊まりたいと思いました。皆さんも機会があれば是非行ってみて下さい。

## 2018年11月

### 今月の干支占い



干支	生まれ年	11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）	周囲の期待が重荷に感じる月。
丑（うし）	昭和24年（己丑）・昭和12年（丁丑）・大正14年（乙丑）	見栄を張らず控えめに暮らすことが必要な月。
寅（とら）	昭和25年（庚寅）・昭和13年（戊寅）・昭和元年（丙寅）	失言に注意が必要な月。
卯（うさぎ）	昭和26年（辛卯）・昭和14年（己卯）・昭和2年（丁卯）	失敗を恐れず積極的に行動する月。
辰（たつ）	昭和27年（壬辰）・昭和15年（庚辰）・昭和3年（戊辰）	下手な言い訳は逆効果の月。
巳（へび）	昭和28年（癸巳）・昭和16年（辛巳）・昭和4年（己巳）	好き嫌いで判断すると失敗する月。
午（うま）	昭和29年（甲午）・昭和17年（壬午）・昭和5年（庚午）	家族の問題で振り回される月。
未（ひつじ）	昭和30年（乙未）・昭和18年（癸未）・昭和6年（辛未）	多忙なわりには成果が得られない月。
申（さる）	昭和31年（丙申）・昭和19年（甲申）・昭和7年（壬申）	地道な努力が評価される月。
酉（とり）	昭和20年（乙酉）・昭和8年（癸酉）・大正10年（辛酉）	勝負するならチャンスの方。
戌（いぬ）	昭和21年（丙戌）・昭和9年（甲戌）・大正11年（壬戌）	先手必勝の方。
亥（いのしし）	昭和22年（丁亥）・昭和10年（乙亥）・大正12年（癸亥）	集中力を欠き判断を誤りやすい月。



# 行事

COCO元町&えくぼ元町合同企画!!

## 食欲の秋ですわね!

## 秋といったら：秋刀魚



秋といえど柿? 栗? などといつても香ばしい秋刀魚でしょう!!

「焼きたての熱々秋刀魚がたべた〜い」との、入居者様からの熱々いラブコールにお応えして10月6日、14時〜小雨の中、おいらーく玄関前で堂々と炭火で38匹焼きました。いつもいろいろとお手伝いして頂いている入居者様と一緒に、火熾しから始め、煙にまかれながら会話も楽しみつつ、次々と皿に盛り、大根おろしを添えて提供しました。

普段食欲のない方、少量しか食べていない方々がなんと1匹、2匹、中には3匹と食べられていました。

また、ご家族と一緒に居室でビールを飲みながら食べた方もおられ、満足して頂けたようでした。

さほど準備の時間や職員配置を要せず、入居者様の思いを叶えられる、これは行事ではなく、自宅と同様、今日肉食べたいねといった感覚でした。今回、もちろん職員も頂きました!

次は焼き芋だね! と生の声でした! となると落ち葉集めと場所をどうするか.....???



10月25日午後快晴に恵まれて、両ユニット全員18名が大型バスとハイエースに分かれ「平岡樹芸センター」に行ってきました。

噂のカラオケバスに乗り込むと施設長、運転手の挨拶があり、早速「南国土佐を後にして」で楽しくスタートしました。マイクは遠慮するも一緒に歌っていると、ほどよく到着。ちょうど紅葉の赤色や橙色、黄色、緑などが見事に彩っていました。

あずまやでジュースやおやつを食べながら、秋のひと時を和やかに過ごせました。もちろん帰りも到着寸前までカラオケを楽しみ、みなさん喜ばれていました。(記：市原)

グループホーム夢  
カラオケバスツアー「紅葉見学」



# 行事

## 生きがいサロン銭函 紅葉とカラオケバスツアー

生きがいサロン銭函では10月20日〜27日の期間に仁木町にある「きのこ王国」まで紅葉と秋の味覚キノコを食べに行ってきました。

カラオケ付きマイクロバスを使い片道1時間半弱の道のりを仁木町に向かい銭函を出発！！普段カラオケが好きの方もバスの中では緊張し中々歌わず・・・そこでバスガイドに扮した職員が一番乗りで歌いだすと利用者さんは盛り上がり、アンコールのあめあらし。2〜3曲職員が歌うと利用者さんのお尻に火が着き始め「私も歌う〜」とカラオケ大会の始まり。大音量でバスの中で気持ち良さそうに歌い、仁木町まで行く景色そっちのけで大合唱。1時間半はあっという間に過ぎ、目的地である「きのこ王国」に到着。

きのこ王国の食べ物すべてにきのこが入っており、ポリウムが凄いい。みなさん「量が多いよ、全部食べられないよ」と言いながら「美味しい、きのこがたくさん」等言い、普段食事が少ない方もたくさん食べられていました。帰りの道のりはお腹いっぱいウウトウトと居眠り・・・紅葉も凄く綺麗でしたが、利用者さんにとって「歌う・食べる・寝る」の3拍子の外出レクだったようで紅葉を見たのだから・・・(笑)



### 第43弾!

## 話まよもよの人間当たりバチで子すドラム



現在の猫(3才オス)が我が家に来て丁度一年となる。前にいたご家庭に赤ちゃんが誕生し、その子が猫アレルギーのため飼えなくなってしまったのだ。住む環境が変わり、慣れないだろうと名前は以前のままにした。その名を「シャル」という。シャルというのはこの猫の品種「シャルトリュー」に由来している。フランス原産で「微笑み猫」「フランスの宝」などの代名詞があるらしい。

がさつで下品な我が家にはふさわしくない高貴な猫だが、性格は温厚で人懐こいらしい。重量感ある胴体に大きな頭、その割に足が短く「爪楊枝を刺したじやがいも」に例えられるらしい。体が大きいくせに鳴き声は小さいし、ほとんど鳴かない。鳴くときはエサのおねだりか、トイレで用を足したという報告だ。なかなか控え目なやつだな、オマエは。

前の家庭では赤ちゃんが出来るまで寵愛されていたようで、エサを始め身の回りの品物が一級品だったのに驚いた。受け継いだ外国産のエサがなくなり、国産の猫エサを与えたらすぐに吐いた。さすがフランス、なんとこの高潔さだ。いや、感心している場合ではない。外国産のエサは大変高価で我が家の経済事情が許さない。だから徐々にエサのランクを落とし、今では安価な国産エサにすっかり慣れた。従順なやつだな、オマエは。

以前の家庭ではあまり人間の食べ物ももらっていないなかつたようで、食卓の食べ物に執着しない。焼き魚のホッケを一切れやってみた。匂いを嗅いだだけで食べようとしない。わきまえたやつだな、オマエは。

ところが晩、すごい勢いで食卓に上がりすぐに私の皿の焼き魚シャケハラスをつつきだした。ホッケは嫌いだが、シャケハラスは好きなのだ。グルメなやつだな、オマエは。

でも一番好きな食べ物はずチュールというペースト状のもので、狂ったように食べる。チュールから絞り出して与えるのだが、待ち切れずチュールそのものを噛みだす。あちこち穴だらけとなりその穴からペーストが吹き出て自分の顔もぐちゃぐちゃだ。貪欲なやつだな、オマエは。

人懐こい性格で初対面の人間にもごろりと横になって見せる。そのくせ抱っこは嫌がる。無理に抱っこすると爪を立てたり、噛みつきながら脱出する。凶暴なやつだな、オマエは。

そのくせ遊びたいときは自分から飛びかかってくるから怖い。猫じゃらしも好きだが、くわえたら最後絶対離さないからゲームはすぐ終了してしまふ。自己中心的なやつだな、オマエは。

そして最近はそのホッケまでも好んで食べるようになった。自由と平等と権利を勝ち取った我が家におけるフランス革命だ・・・とほほ。





# DTってなーに？

ダイバーショナルセラピー

## 今回は第3回 事例発表会報告！

H30年10月21日(日)に特別養護老人ホームひかりのにて豊生会グループ第3回DT事例発表会が開催されました。

今回は全体で10題の事例があり、おいらーくからは4題の事例が発表されました。

最後には日本ダイバーショナルセラピー協会の理事長である芹沢先生による基調講演もあり、職員の皆さんは真剣に聞き、少しでもDTのことを学ぼうという姿勢が見受けられました。

病院、施設、通所など各分野からの報告で皆さんいろいろな側面から利用者さんをしつかり見てケアをされているということがよく分かる時間でした。

その中でも、せんり本間さんは前年に続きタートル人形を活用した取り組みを報告されて優秀賞に選ばれ東京行きのチケットをゲットされました。

そしてこちらも全国行きを決めました、COCO元町式番館の安齋さん！入居されている方とお孫さんとのどんぐりマネーを活用した取り組みについて発表され、新たな視点での実践内容だったように感じられました。

お二人とも北海道のおいらーくの名を背負って全国大会にて素晴らしい発表をしてくれると信じています。DT発表会も3回目を迎えて少しづつレベルアップしてきており、今後の利用者さんへのケアも必ず良いものを提供できると確信しています。

これからも利用者さんが楽しんで活動に取り組めるように日々精進して参ります。

デイサービスセンター夢のみずうみ村生きがいサロン東雁来 センター長 小原 諭





# 特集! 人間万事塞翁が馬

昭和9年5月8日、4人兄弟の末っ子として旭川で生まれたKさん。生後間もなく母親が亡くなり、子供の居なかつたお宅へ貰われ一人息子として育てられます。

小学生の時に銀行員だった父親の転勤で深川へ。高校1年の時に、父親が脳溢血で倒れたため高校を中退。しかし、その後、倍率10倍の超難関校と言われる旭川工業建築科に編入します。

就職難だった当時、公務員の初任給は6千円。Kさんは公務員試験にも合格しますが、旭川市内の土建会社に初任給8千円を提示され、会社員として就職しました。順風満帆に思われた日常も、2年後、教育大学・旭川分校の体育館建設を担当している最中に会社が倒産。さて、どうしたものか?と悩んでいた時、同じく体育館建設を担当していた高校の先輩から、教育大学の事務員として働かないか?と誘われ転職。大学の奨学金の事務仕事をしながら2級建築士免許を取り、住宅設計などのアルバイトをして生計を立てていたそうです。

昭和37〜38年頃、国会は戦争で半倒壊した木造の、全国に約100校ある国立大学等を、全て鉄筋コンクリートに立て直す方針となり、Kさんは札幌・旭川・岩見沢・釧路・函館の北海道5つの教育大を統括する札幌本部に異動。施設課に勤務し、札幌を除く全ての教育大の立て直しに携わります。

仕事をしながら勉強を続け、1級建築士の資格も修得。その後は旭川医科大学の施設課役員を始め、山形大学、東北大学、弘前大学など数々の大学で役員として勤務しました。

定年後は北海道に戻り、娘さんが居る江別市野幌に自宅を建て、数年ほど札幌市内の建設会社理事として仕事をしていました。

平成24年、文部省の推薦により「瑞宝双光章(すいほうそうこうしょう)」を授章。後日、皇居で天皇陛下の拜謁を賜りました。



似顔絵作:松田 郁美



Kさん 思い出の曲は、転勤する度に挨拶代わりに披露していた、千昌夫さん「北国の春」だそうです。

## ドリーム保育園 秋の遠足!



10月3日、おいらーくで運営している保育所「ドリーム」の遠足に同行してきました。2か月前から日にちを決めていましたが、台風等の心配で1週間前から、ハラハラどきどき、そんな心配も何のその、最高の天気でした。

今回は2歳児10名と「円山動物園」へGO!行きのバスの中では園児たちのモチベーションを上げる為、いつも歌っていると思われる歌を、元気に歌い動物園を目指しました。

園内ではちいさい体で坂道を一生懸命に歩き、おさるさん・カバさん・きりんさん・シロクマさん・ライオンさん・アザラシさん等々。出会いがたくさんありました。

子供たちは「ウーさん」を楽しみにしていたようですが、立派な建物はほぼ完成していましたが、会うことはできなく残念でした。

お昼はお母さんの「手作りお弁当」(気合と愛情たっぷり)を、嬉しそうに完食していました。

私も子供たちと手をつなぎ、一緒に歩き、楽しいひと時を過ごせました。





おいらーく

# 10月行事内容と11月行事予定

## 平成30年11月行事予定

## 平成30年10月行事内容とイベント風景

平成30年11月行事予定

平成30年10月行事内容とイベント風景

せんり	○誕生会 ○運営懇談会 ○インフルエンザ予防接種
うちら伏古	○14・15日 おしゃれ写真レク ○17日 運営懇談会
CoCo東雁来	○10周年記念祝賀会(4日) ○喫茶ココよ(13日) ○雪が降る前に「遠足」(下旬)
東雁来式番館	○外出レク「イオン東苗穂」 ○買い物支援「ザ・ビッグ」 ○訪問販売「ファイブ」 ○1丁目カフェ
えくぼ元町 CoCo元町	○外出レク 買い物ツアー ○鍋パーティー予定
えくぼ& 元町式番館	○外出レク
えくぼ東	○買い物レク ○食事レク(鍋)
CoCo 東苗穂	○11日 ○CoCo東苗穂2周年記念 ○11月中旬 出前喫茶
ホーム グループ	○誕生会 ○外出行事(どんぐり通貨)
銭函お散歩 カフェ	○9日 認知症カフェ ○17日 趣味の会

○誕生会	
○24日 丘珠空港見学(外出レク)	
○9日 喫茶「ココよ」 ○11日 衣類の訪問販売「タケイ」さん ○31日 インフルエンザ 予防ワクチン接種	
○1丁目カフェ ○ファイブ ○洋服ネコ目 ○買い物支援 ○避難訓練	
○秋刀魚炭火焼食事会 ○西友買い物 ○真駒内公園散策 ○出前カフェ	
○18・19・23日 外出レク ○20日 誕生会 ○23日 ココ喫茶店 ○26日 サテライトパン作り ○30日 ネコカフェに行こう	
○誕生会写真撮影(4名) ○22日 食事レク(成吉思汗) ○17日 避難訓練	
○30日 「秋を感じよう」出前喫茶	
○紅葉狩り ○誕生日会	
○12日 お元気隊による民謡と踊りのたび ○24日 映画上映 「懐かしい映画館をあなたの街に」 ○25日 二胡演奏会	

## 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。