

# 星の夢百聞

～ 第154号～

発行日:2018年12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

11月4日 祝COCO東雁来開設10周年ありがとこの会が開催されました。

当日は入居者様・ご家族様・町内会の方々総勢90名での会となりました。ありがとこの会では厨房職員に朝早くから精魂こめて作っていただいた、グラム★千円する高級ステーキハウスや特大エビフライ・バラちらし寿司などの超豪華！特製お弁当を食べながら超豪華！日常生活用品が当たるおたのしみ抽選会が行なわれました。

会場にいた皆さんは次は自分の番号が当りと信じて大盛り上がりでした。当選された方々、だれもが満面の笑顔で喜ばれておりました。これからもCOCO東雁来の更なる進化に向けて入居様・職員のたくさんの笑顔と明るい声がいっぱいのCOCO東雁来であります様、今後ともよろしくお願い申し上げます。



星野代表

東雁来ケアサポートセンター開設

10周年記念!



COCO東苗穂は11月17日に2周年を迎えました。それに先駆け11月11日に全入居者様参加とし札幌市電(路面電車)を貸し切り路線1周旅をしながら「2周年を祝う会」を執り行いました。当日は、初雪もまだ降ることの無い薄曇りの少々肌寒い日ではございましたが、14時30分頃より、COCOバス及び豊生会様よりお借りしたバスに入居者様及びご家族様そして職員総勢32名(ドライバー含み)が一路 中央区南21西14の電車事業所を目指しました。行のバスの中では電車に乗るドキドキ感もあり若干不安気な表情を見せられる入居者様も居られました。バスの窓の外は色づいた紅葉や銀杏など普段あまり外出の機会の少ない入居者様の



目を楽しませてくれていました。電車事業所には予定よりも非常に早く到着し、乗り込みたい私たちの高揚感とは裏腹に少々待たせられながらの乗車が始まりました。車椅子利用の方も居られるためにスロープも用意し、電車の乗り口の段差は想像より少々高く心配する私たちをしり目に、ヘルパーの介助にて歩行の出来る方は、ひよひよいと段差を上がられ無事乗車完了。余裕をもって、定刻16時出発「GO!!!」の予定でしたが、そこはやはりCOCO東苗穂……(汗)10分程度の遅れにて無事出発いたしました。出発後には2周年の挨拶をさせていただき、大藤顧問の声掛けにて「おくいお茶」での乾杯をし、COCO東苗穂来さん特製弁



当をいただきました。お弁当の包みを開ける際には、少々緊張した面持ちの入居者様も笑顔を見せられています。電車はノンストップで運行です。電車内からはすすきののネオンを見物したり、入居者様及び職員のアカペラ独唱があったりととても和やかな、あつという間の1周ぐるっと旅でした。帰りのバスの中では少々疲れた表情をされる方も見られましたが、住宅に到着時には帰ってきた安堵感もあり感謝のカーネーションを受け取られる際には皆さん笑顔を見せられ 楽しかったとの言葉をいただきました。その後、居室に帰られた後 甘酒にて冷えた体を温めていただきました。今月初の全入居者様での外出行事に協賛していただいたご家族様及びお手伝いいただいた本部職員、ヘルパー、ステーションリボン、COCO東苗穂来厨房に御礼申し上げます。電車の旅は1周でしたが、COCO東苗穂は皆さまと3周、4周と時を重ねていきたいと思っておりますので、これからもどうぞよろしくお願いたします。怪我、事故もなく(反省点は数々ありますが)無事終了し安心しております。



# デイサービスのテレビショッピング番組

## 第1回 YUMEZON YUMEZONとは何か

それは夢のみずうみ村版テレビショッピングです。全国の夢のみずうみ村メンバー（山口県・千葉県・鹿児島県・沖縄県・北海道）とテレビ会議を重ね、今回の企画が実現しました。

### 利用の流れ

- ①利用者さんからテレビショッピングに出店する手創り作品や農作物など募集
- ②利用者さんもしくは職員がその商品を動画で紹介（ビデオ作成）
- ③IT部門のスペシャリストが商品の情報をまとめ1本の動画を作成
- ④全国事業所で動画上映・ほしい商品にゆーめ（施設内通貨）を入札
- ⑤入札額が一番高かった利用者さんが落札（商品は出店事業所から落札事業所へ発送）
- ⑥ゆーめ（入札額）を頂き、商品をお渡しする

このような一連の流れで進んでいきます。北海道からも13点出品し、利用者さんに動画の撮影許可をもらおうとお話しましたが、シャイな方が多く、職員が笑いの要素も含めて商品を紹介することになりました。完成した動画はクオリティー高く面白い動画になっていて、何度見ても面白く興味を引くものでした。沢山の入札者が全国にいて、現在落札してくれた方々に向けて発送の準備中です。喜んでいただけるように心こめてお送りします。

今回第1回目ということで手探りで不慣れな部分がありましたが、利用者さんが興味を持ち、また参加したいと思ってもらえるよう、これからも職員一同取り組んでいきたいと思っております。

また全国の夢のみずうみ村の仲間たちとこのような一大イベントを共に作り上げられたこととても嬉しく思います。

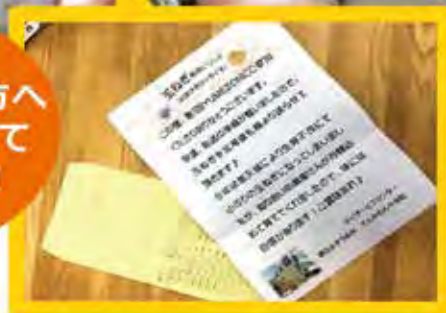
**Yumezon**  
【ユメゾン】  
2018年9月24日（月）  
～10月8日（月）

制作された利用者さん本人のPRを行い販売する、夢のみずうみ村グループ独自のテレビショッピングを開催いたします！

現金は一切不要！  
全国から出品される商品を「ユーメ」でお買い求めいただけます！



落札された方へ感謝をこめて送ります！



組み木（猫）

商品番号: 01  
500ユーメ  
(最低価格)



# 行事

## てんやわんや 食後のデザートを食べに行こう！

in  
ココス

てんやわんや11月の外出行事は「食後のデザートを食べに行こう！」と題して「ココス本町店」に行きました！  
立冬も過ぎ、すっかり冬になった外の寒さに負けず、しっかりと防寒をして、午後1時にてんやわんやを出発。てんやわんやからココスまでは車で10分程。送迎車では同じ車にならない方向士で隣に座るなど、普段では出来ない交流も外出行事の醍醐味です。

ココスに到着すると店員さんが笑顔でお迎えして下さい、「ご予約席」と書かれた広いテーブルへご案内。トイレの近い席にして頂けるなど配慮して頂いておりました。事前に注文を伝えていた為、五分程度でデザートが登場！やはり秋の味覚「モンブラン（栗のケーキ）」を注文する方が多いようです。

洋菓子だけではなく、白玉ぜんざいもあるんですよ。（しかもバナナアイスまで乗ってる！）その他にもチーズケーキやコーヒージェリー、そして、なんとと言っても「ココスさんには「ロカボ」デザートがあるんです。

ロカボとはなんぞや？ロカボとは「おいしく楽しく適正糖質」の事。つまりは糖質を抑えつつも美味しく食べられる食品の事なんです。ココスさんでは「ロカボのかぼちゃプリン」があります。糖質を抑えながら美味しいデザートを食べられるなんて！

出発前には「ご飯の後だから食べられるか心配」「もうお腹いっぱいではないか」と言っていた皆さんですが、昔から言いますよね？そう「甘いものは別腹」なんです。残す方なんて一人も居ませんでした。皆さん笑顔でペロリと平らげましたとき。



# ココス喫茶店

えくぼの利用者様が  
喫茶店を行いました

先日、えくぼ利用者様がCOCO元町式番館の食堂で、移動喫茶店を開いて下さいました。今回、喫茶店を出店して下さいました皆様は、会社の元経営者や、実際にカフェを運営していた方、茶道の講師をしてきた方、調理師免許をもって学校給食を作っていた方と経歴も様々。コーヒを淹れる、盛り付けをする、ウェイトレスをするなど、それぞれの得意な場面での仕事をこなして下さいました。

メニューにあるロールケーキは元調理師の方が実際に焼いてくれたものですし、コーヒを淹れて下さったのは元カフェ運営の方です。元会社経営の奥様はウェイトレスを務めて下さいましたが、目配り気配り、接客場面での言葉遣いはさすがで、その様子を見ていて皆が感心していました。

お客様として来店して頂いたのは、COCO元町式番館の入居者様。その場で豆を挽いてから淹れるコーヒに、「こんなに本格的とは思わなかった」「おやつのかきも美味しい」との声。ただ、時間をかける分だけ注文からテーブルに運ばれるまで時間がかかるので、中には待ちきれないという声も聞かれました。ただ、全体としては「またやってほしい」と大好評を頂いた結果になりました。

このイベントは、DTセッションの一環で行ったもので、当日はDT協会の理事長の芹澤先生も参加して下さいました。えくぼ利用者である店員の皆さんが、個性を活かしてイキイキとして働いている姿にDTのアプローチが活きていると評価して下さいました。店員さんもお客様も双方が楽しい時間を過ごす事ができたので良かったのですが、お手伝いに徹したえくぼの職員はそれなりに忙しかったようでした。DTワーカーも一緒に楽しんで下さいます。まだまだDTは奥が深いようです。



2018年12月

今月の干支占い



干支	生まれ年	12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)	うまい話は乗らないことが大切な月。
丑(うし)	昭和24年(己丑)・昭和12年(丁丑)・大正14年(乙丑)	今は機が熟すのを待つ月。
寅(とら)	昭和25年(庚寅)・昭和13年(戊寅)・昭和元年(丙寅)	信頼を得て何事も順調に進展する月。
卯(うさぎ)	昭和26年(辛卯)・昭和14年(己卯)・昭和2年(丁卯)	実力以上の背伸びはトラブルを呼ぶ月。
辰(たつ)	昭和27年(壬辰)・昭和15年(庚辰)・昭和3年(戊辰)	注目が集まる月。
巳(へび)	昭和28年(癸巳)・昭和16年(辛巳)・昭和4年(己巳)	金銭トラブルに注意の月。
午(うま)	昭和29年(甲午)・昭和17年(壬午)・昭和5年(庚午)	多忙な割には成果が期待できない月。
未(ひつじ)	昭和30年(乙未)・昭和18年(癸未)・昭和6年(辛未)	本気度が試される月。
申(さる)	昭和31年(丙申)・昭和19年(甲申)・昭和7年(壬申)	依頼心が強く出やすい月。
酉(とり)	昭和20年(乙酉)・昭和8年(癸酉)・大正10年(辛酉)	感情的にならず冷静に行動することが肝心な月。
戌(いぬ)	昭和21年(丙戌)・昭和9年(甲戌)・大正11年(壬戌)	足元をすくわれないように注意が必要な月。
亥(いのしし)	昭和22年(丁亥)・昭和10年(乙亥)・大正12年(癸亥)	信頼を得て何事も順調に進展する月。

すこやかクリニック 見取り図

キレイなトイレ

レントゲン室

採血室

親切で優しい職員さん!

天井が高く明るい待合室!

診察室

優しい先生

受付

また来まーす!

物療マッサージ室

お待ちしております!

平成30年11月12日、式番館正面に「東雁来すこやかクリニック」が移転オープンしました☆内科と新しく整形外科が診療科目に追加され、物療マッサージ機も完備。早速、整形を受診し、骨密度の測定とマッサージを体験して来ました。柔道整復師の先生に勧められた温水マッサージベットの、とても気持ち良くて眠たくなりました(笑)

内科・整形の先生方、レントゲンの先生、受付のお姉さん、看護師さん、皆さまご親切に有難うございました。これからもこっそり抜けて遊びに行きます! 皆さんもどんどん行きましよう!

すこやかクリニック 移転!

骨密度(カルシウム量)は、1.149 (g/cm<sup>2</sup>)  
平均骨密度と比較すると、113 (%)です。  
新の骨密度と比較すると、125 (%)です。

測定日時: 2018/11/12 09:00

測定部位: 腰椎(L2-L4)

測定結果: 1.149 (g/cm<sup>2</sup>)

測定標準値: 1.000 (g/cm<sup>2</sup>)

測定偏差値: 113 (%)

測定標準値: 1.250 (g/cm<sup>2</sup>)

測定偏差値: 125 (%)

# DTってなーに？

ダイバーショナルセラピー

## Sさんギター弾き語りショー

Sさんは今年の5月からてんやわんや夢をご利用されています。趣味はギターで学生時代から独学で学んだようです。そこで、デイサービスでもギターを弾いてもらおうと以前からアプローチしていました。「人前で弾くのは照れくさい・・・」という気持ちがあるようでしたので、人目を気にせず思い切り弾いてもらおうと、てんやわんや夢の庭で弾いてもらうことを提案いたしました。すると、Sさんも快くOKしてくれました！こうしてSさんのギター弾き語りショーが実現する運びとなりました。当日、Sさんが自宅から愛用のギターを持参し、いよいよショーの始まりです。Sさんの「人前で弾くのはちょっと・・・」というお話を聞いていたので、あえて他の利用者さんへは知らせませんでした。

しかし、てんやわんや夢はどこからでも庭を見渡せる全面ガーデンビューとなっております。この日は雲ひとつない快晴で気温も高かったため、窓とカーテンを開けフロア内へ聞こえるような、そして自然と目に入るような美しいギターの音色に引き寄せられるように、フロア内にいた利用者さんが一人・また一人・・・と庭に集まってきました。気になるSさんの反応ですが、嫌がる様子もなく、淡々と弾き続けます。観衆（利用者さん）の拍手に気をよくしたのか、Sさんは2曲目、3曲目と弾き続けました。このようにSさんによるギター弾き語りショーは大成功のうち、幕を閉じました。

その後もSさんは「今度は中（フロア内）で弾きたい」と自ら演奏場所を提案され、ギターも「いつでも弾けるように・・・」とマイサービスへ置いていかれています。今でも定期的にデイサービスでギターを弾かれています。Sさんにとっても、心地よい刺激となっているようです。今後はもっと規模を拡大しての開催も考えていきたいと思います。



# 行事

## うらら伏古 ハッピーハロウィン

### ハロウィンとは・・・？

「万聖節（キリスト教で毎年11月1日にあらゆる聖人を記念する祝日）の前夜祭。秋の収穫を祝い悪霊を追い出す祭り」とのこと！！

うららの年中行事の一つとなつて来ているハロウィン。今年もお化けやホラーのコスプレに仮装した職員が居室を訪問しました。

職員の仮装姿を見た入居者さんの驚きの表情に内心「やった〜」と心に思い、また、何時もと違った雰囲気「怖い」と顔をこわばらせる人や「おもしろい・・・！」と自然に笑顔がこぼれる人など様々な入居者さんの反応に、この日一番楽しんでいたのは仮装姿で居室を練り歩いていた職員だったのではないのでしょうか？



# 特集! 人間万事塞翁が馬

Kさんは昭和12年10月4日、ラベンター畑で有名な北海道富良野市近郊の農村地帯で生まれました。父親は町で唯一の時計屋を営む時計職人でした。高身長で勉強も運動も何でも一生懸命頑張る努力家だったKさんは、小学校高学年の時に健康優良児北海道1位として表彰され、新聞に掲載されたことがあったそうです。中学卒業後は、地元の日本電信電話公社、通称でんでん公社(現・NTT)の電話交換手として働いていました。22歳の時、上富良野町にある警察予備隊(現・陸上自衛隊)に勤務していたご主人と恋に落ち結婚。1男1女に恵まれます。その後、上富良野から千歳駐屯地へ転勤。家事と育児の合間に電話交換手や販売員などのアルバイトをしながら、将来一軒家を建てる為に夫婦で一生懸命働いたそうです。

ご主人の定年後は、定山溪温泉近郊にあった「ほくでん」の研修保養施設に夫婦住み込みで働くことになりました。施設の管理長となったご主人を支えるべく、毎日早朝から深夜まで、宿泊のお客様の受け入れから、厨房や接客などで働く職員の仕事まで熱さなくはいけない。肉体的にも精神的にも疲労し「今思い出しでも、あの頃は本当に辛くて、何度も死にたいと思った。でも主人には言えなくてね。頑張るしか無かったの」と話されました。保養施設を辞め、コツコツと貯蓄を続けた甲斐あって、江別に二戸建て住宅を建てた時は本当に嬉しかった、とのこと。

同じ江別市内に娘様も住んでおり、孫の面倒を看たりまた近所に沢山の友人も出てきてご飯を食べに行ったり、とても楽しく過ごされて居たそうです。

ご主人が脳梗塞で倒れ車椅子生活、常に介護が必要となりココ東雁来式番館に入居され、小規模多機能を利用するようになると、Kさんはご主人が寂しくないように、何度も足を運びます。Kさん自身もまた心臓が弱く、無理が出来ない身体でありながら献身的にご主人のお世話をしていました。皆が羨むくらい仲が良く、今年最初の書初めでは、「Kさん命」と書いたご主人、あっぱれです!

江別のご自宅に独居していたKさんですが、昨年、もし自分に何かあったら娘に迷惑を掛けるから、とご主人と同じ式番館に入居されました。入居当時はご主人との距離感が掴めず一日中そばで見守り介護していたせいで、Kさん自身もてんかんの発作で倒れてしまうこともありました。今ではご自分の時間も大切に、デイサービスにも通い、江別のご友人とも食事に出掛けたりと気分転換を図り、体調を見ながら無理せず生活されています。

穏やかで誰にでも優しく笑顔の素敵なKさん、高嶺三枝子さんの「湖畔の宿」が大好きだそうです。これからも夫婦仲良く元気に過ごして下さいね。



似顔絵作:松田 郁美

## 第44弾! ドラムす子でバチ当たり人間のよもやま話



小樽市張碓町の国道において、あおり運転をした男が逮捕されるといふ事件が先日報道された。あおり運転の暴行罪適用での逮捕は北海道では初めてのことにらしい。8月に起きた事件だったが、被害者の車にドライブレコーダー(以下ドラレコ)が設置されていたため事件の一部始終が記録されていた。事件後警察に相談に行った被害者のこの記録が決め手となり逮捕に至ったのである。その内容は前方を走っていた被害者女性の軽乗用車に対し、後方の男は運転するRV車で約2キロにわたって車間距離を詰めたり幅寄せを繰り返したりした後、前に割り込んで停車させるといふ悪質なもので、さらにこの機器は録画だけではなく録音までできるから加害者と被害者の生々しい会話のやりとりまで記録されていた。地方で起きた小さな事件はまたたく間に全国放送で拡散され、ネットでもこの映像や音声ははじめ犯人の名前・年齢・職業・職場・家族構成まで公開されている。

あおり運転にはいくつか種類がある。今回のような至近距離での追走や幅寄せの他、後ろからライトを上向きにしたリ、クラクションを鳴らし威嚇するのもあおり運転となる。なかでも車間をつめてピッタリついてこられ、恐怖感を味わったドライバーは多いだろう。逆にノロノロ運転の車や無理に割り込む車に腹が立ち、自分もあおり運転をやってしまったというドライバーも多いはずだ。つまり私たちは状況によって被害者であり、加害者でもある。いずれ車は自動制御となり違反も事故も起きない社会となるだろうが、感情的生物である人間が操作している現段階ではあおり運転は避けられないことかもしれない。社会に共存や争いがあるように、道路上にもそれらがある。今回の男にも何かの言い分があるかもしれないが、やりすぎなのは明らかだ。

ドラレコを設置する車が増えたとと思う。以前は前方のみの設置が多かったが、今回の事件で後方にも必要であることがわかった。この事件をネットでいろいろ眺めていたら結論としてドラレコが有効であり、その人気商品ランキングで締めくくられていたものがあった。購買意欲をおおる(笑)便乗商法のようなものもあるが、確かにあおり運転抑止効果や犯行証拠としての役割もはたしてくれらるだろう。

私自身も前頭部・後頭部に各1台ずつドラレコを装着し、家庭内においての妻の危険行為を未然に防ごうつもりだ。

おいらーく

# 11月行事内容と12月行事予定

## 平成30年12月行事予定

## 平成30年11月行事内容とイベント風景

平成30年12月行事予定

平成30年11月行事内容とイベント風景

せんり	○運営懇談会 ○クリスマス会
うちらら伏古	○24日 クリスマス会
ココロ東麗来	○7日 訪問販売「猫目」 ○11日 喫茶「ココよ」年内最後 ○24日 Xmasメニュー
東麗来式番館	○買い物支援「ザ・ビッグ」 ○訪問販売「ファイレブン」 ○1丁目カフェ ○洋服販売「ねこ目」さん ○運営懇親会
ココロ元町	○5周年記念行事
元町式番館	○21日 クリスマス会 (サテ) ○25日 クリスマス会 (本体) ○27日 避難訓練 (予定) 誕生会
えくぼ東	○クリスマス会 (コンサート)
ココロ東苗穂	○中旬 出前喫茶 ○下旬 クリスマス会
ホーム夢	○札幌北中学校生徒会交流 ○もちつき ○クリスマス会
銭函お散歩カフェ	○8日 認知症カフェ JAZZ演奏会 ○22日 チャリティ落語

○誕生会 ○ドリームとの交流	
○14.15日 なりきり写真・ネイルレク ○17日 運営懇談会	
○4日 10周年記念行事 ○13日 喫茶「ココよ」 ○23日 ランチへGO「侘助」	
○一丁目カフェ ○セブンイレブン 他色々	
○イオン、アリオ買い物ツアー ○鍋パーティー	
○3日 さとらんど外レク ○18日 ハーバリウム作り ○21日 スイーツ外レク ○28日 出前カフェ	
○漬物作り ○冬の装飾作り	
○11日 運営懇談会・電車でgo! ○18日 豊生会ワクワク広場	
○どんぐり通貨活用 (さとらんど、とんでん外食、釣り堀、美術館) ○札幌北中学校職場体験 ○紙芝居○お誕生会 (運河亭)	
○7日 デコパージュ講習会 ○9日 認知症力 民謡と踊りのたび	

## 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。