

# 星の夢百聞

～ 第174号 ～

発行日：2020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

通所介護

## 銭函デイトレセンター

9月1日  
オープン予定!



通所介護

銭函デイトレセンター



9月オープンに向け、次世代型デイサービス「銭函デイトレセンター」の準備をしています。銭函地区では2カ所目のデイサービスになります。既存の「生きがいサロン銭函」は生活リハビリを中心に活動しておりますが、新しくオープン予定の「銭函デイトレセンター」はAIを駆使し、お一人お一人に合ったプログラムを提案します。

では、どのように提案をするのか：「ICTリハ」を導入します。「ICTリハ」とは、ご利用者様の年齢や性別、既往歴等を入力すると、「筋力トレーニング・認知トレーニング・有酸素運動・ストレッチ・スポーツ・栄養管理・血圧管理・日常生活」この8つのカテゴリからAIが自動的にご利用者様に合ったプログラムを提案してくれます。そしてのカテゴリ事に分かれている活動内容をご自分で選んで頂き取り組んで頂きます。やらされる活動ではなく、ご自分で選ぶ（自己決定）活動です。

ICTリハの他に、銭函デイトレセンターには「秋田玉川温泉の足温浴」があります。足温浴とはお湯を使わず、湯の花セラミックボールを使用する足浴です。このセラミックボールは湯の花を原料として作られている為、10分〜20分を入れておくだけで、足から腰に掛けポカポカしまるで温泉に入っている様な気分を味わえます。1日の終わりに足温浴にはいり、運動をし疲れた体を癒していただければと思います。

(高屋利啓)



メドマー

足温浴



「ICTリハ」を是非お試しください!

# 次世代型デイトレセンター **エルパサ** の 次世代型に向けた取り組み!



## ナイスショット!!



**次** 世世代型デイトレセンターエルパサ（ライルパーク Sapporo）のオープンまで、いよいよあと一か月とせまってまいりました。今までにはなかったような取り組みがエルパサには詰まっています。今回は運動プログラムのお話です。まず目玉となるのがシュミレーションゴルフです。大型スクリーンにゴルフコースが投影され、屋内にいながら実際にゴルフコースをラウンドしているかのようにプレーをすることが出来ます。スポーツクラブなどにも設置されている本格的な設備で、季節を問わずにゴルフが楽しめます。

**続**

いてご紹介するのは「バーチャルリハビリ」です。通常のリハビリトレーニングでは心身の負担も多く、辛いと感じてしまう場面も少なくないかと思えます。エルパサでは通常のリハビリ器具の他に、モーショントレーニングシステム「TANO（タノ）」を導入します。これはテレビ画面の映像と自分の身体の動きが連動する仕組みになっていて、登山・サッカー・魚釣りといった運動メニューや、発声・クイズ・測定といった多彩なプログラムをゲーム感覚で楽しみながら運動を行うことが出来ます。また、家庭用ゲーム機を使ったeスポーツもあります。テレビゲームもスポーツとして分類される時代となり、将来的にはオリンピック競技に加わるのではないかと話もあるほど。著名な研究者さんからも適度な取り組みは頭脳トレーニングにも有効という研究結果も出されています。

もちろん、テレビを使ったバーチャルなものだけではなく、フロアカーリングは氷ではなく床の上で行う競技で、発祥は北海道の新得町からときますので、エルパサでトレーニングを重ねて

「目指せ！全国大会ー？」夢は大きく、エルパサに  
来ると新たな人生の彩りが見つかるかもしれません！  
（大場 絢太）



# DT ダイバーショナルセラピー ってなーに？

# カフェ体験!! ～見て、触って、香って～



えくぼ元町では、不定期ですが利用者様にカフェ体験を行って頂いています。と、いうのも利用者様達は「コーヒーが大好き！通いに来られるなり「兄ちゃん、コーヒー飲みたいな」と熱いリクエストが：それなら自分達で体験してもらおう！」と始まりました。

実際にコーヒー豆を挽いてもらったり、注ぐ部分だけやってもらったり：その方によって出来る事は異なりますが、あの香ばしい匂いが漂うと、それまでウトウトされていた利用者様も目を見開く程です。「自分で淹れると、余計に美味しいね」と好評です。

お出かけするには、まだまだ気を遣ってしまう時期が続いていますので、屋内で出来て、気分転換も兼ねているDTを行っています。（今野俊介）

## 行事

### 9周年記念行事

小規模多機能型居宅介護

えくぼ東雁来

えくぼ東雁来では、COCO東雁来式番館9周年に合わせて夏祭りっぽい物をみてもらいたい！少しでも夏を感じて欲しいという意味で、制作に励みました。あみだくじで、4チームに分け、各々のチームが趣向を凝らし、花火と海の家、朝顔の散歩路、海の情景。このクジラは自転車のサドルを工夫して立体的に作ったそうです。

どのチームも低予算で、すべて手作り、DTを意識して触れるようにしたり、実際の海に有るものを貼ったりと相談しながらの制作に、職員の目がキラキラ輝いていてとても楽しそうにしていました。

式番館食堂に貼らせていただき、皆さんに見て頂けて大変やりがいを感じているえくぼ東雁来の職員さんでした。もちろん私も、朝顔制作に頑張りましたよー！（白鳥たか子）





私の事業所自慢

第9回目 介護付有料老人ホーム せんり

介

護付有料老人ホームせんりの自慢は星の夢百聞と一緒に送っている、職員からのメッセージです。レクリエーションに参加した際のご様子などの写真も一緒に載せています。

私は平成26年にこのおいらーくに入社し、以来『せんり』で勤務させて頂いています。せんりに入った時にこの取り組みを聞いて感動しました。なんでもパソコンを使う時代にまず各職員が自分の字で書いているのに感動しました。自分の両親が介護サービスを利用した時に、「こうやって手紙を送って教えてくれると嬉しいし安心するなあ」と思いました。文章能力が少し低い職員、字があまり綺麗ではない職員もいますが一生懸命書いていますので温かい目で読んでください！。手書きの方が個性が出て、各職員の名前も覚えてもらえやすいかな？と思っております。手書きでのメッセージは今後も続けていきます！

また、先月号の星の夢百聞でも書きました。コロナ対策でご家族様には面会を控えていただいております。今までは普通に行っていたご家族様との談話・ふれあいが出来ない今、色々と模索しております。今後も今まで以上に良い笑顔の写真を撮りお届けしていきます。お届けていきます。(近正朋子)



一筆一筆、思いを込めて...

# 行事

## デイサービス てんやわんや夢 Sさんギター弾き語りショー開催!

コロナ禍で活動が制限される中、てんやわんや夢ではスタッフ一人一人が、利用者さんへハッピーを届けるために「今何ができるか?」を真剣に考え、また悩みながらも、試行錯誤を繰り返しています。

7月はギターが大好きなSさんを主役に据え、「Sさんギター弾き語りショー2020」と題し、てんやわんや夢の庭で10日と13日の両日、ミニコンサートを開催いたしました。

実はSさんへは以前にもDT実践の一環として同じように弾き語りショーを開催したことがあります。その時は事前の告知なしで、ゲリラライブ的に行ったものでした。ですが今回はポスターを作成し、前売り券も販売し(もちろん施設内通貨で)、入場数も制限。Sさん本人とも契約書にサインをしていただき、出演料として1興行につき5000円お支払いし、この日だけはプロのギタリストになっていただきました。鑑賞してくれた利用者さんにもお菓子とジュースをふるまい、普段とは違うアフタヌーンショーとして特別感を味わっていただけだと思います。Sさんは前回のギターショー以降、午前中はギターを弾くことが日課となっていました。この日は緊張している様子で、「本番まで指を休めとく…」と私にそつとささやいてくれましたが、その優しい瞳の奥からはキラキラと燃えるものを感じ取ることができました。

14時30分、「高校三年生」でいよいよ開演!曲を追うごとにSさんの輝きは勢いを増していきます。観客の手拍子もSさんを後押しします。演奏リストにもない曲目も弾いてくれ、アンコールの「船頭小唄」で盛り上がりは最高潮!ハッピーエンドでギター興行は幕を下ろしました。

Sさんはもちろんのこと、チケットを買って鑑賞してくれた利用者さんにも満足してもらえたのではないかと思います。まだまだ道は険しいかもしれないけど、こんな時だからこそあえて笑っていききたいですね!いつか心から笑える日がくることを信じて:(鈴木健士)



# 行事

## グループホーム夢 スーパーマーケット夢

コロナ禍で外へ出る機会がぐっと減り、1階のデイサービスをお借りして7月に「スーパーマーケット夢」を開店しました。

朝から話題はスーパーの話し:「昔は暇さえあれば丸井さんに行っていたよ」「いやいやきんいちゃん(昔懐かし)でしょ」や「何が売っているのかな」「何を買ったらいいんだろう♪」などざわざわした時間を過ごしました。

実際に開店時間を迎えると今まで稼いだどんぐりマネーをしっかりと握りしめ、買い物かごを持って、意気揚々!「大丈夫!沢山あるからゆっくり歩いてください!」の音が響き渡り:(笑)

1回目のスーパーという事もあり、商品はお弁当、飲み物、お菓子の詰め合わせセットでしたが、自分で見て選び、レジでお会計をし、フードコートで仲良し同士、お弁当を食べるといことができて、沢山のいい笑顔が見られました。次は何の商品を入荷しようかな:(中島絢子)





第63弾

# ドラムす子でバチ当たり人間のよもやま話

7月12日、ついに民族共生象徴空間「ウポポイ」が白老町にオープンした。新型コロナウイルスの影響で開業が遅れていたが、オープン初日には2000人以上の来場者があった。独自の舞踊や歌声、伝統衣装が観光客を魅了したという。

アイヌ文化復興の拠点であり、民族同士が共生することをテーマとする素晴らしい施設の完成だ。是非訪れてみたいと思う。北海道の先住民族であったアイヌ民族のことを私達はどれほど知っているだろうか。私自身むしろ知らないことばかりだ。

縄文人をルーツに持つアイヌには和人よりも長い歴史がある。遺伝子解析の結果、弥生時代に朝鮮半島から渡来した人々が縄文人と交雑し和人となり、周縁の北海道と琉球には縄文人の特徴を色濃くもつ人々、アイヌと琉球人が残ったとされるらしい。

自然と共生し狩猟採取が主な生活というのがアイヌのイメージだが、異民族との交易で栄えるという開放的な一面も持っている。アイヌにとって獣や道具など有用なものは、すべて神が与えてくれるお土産であり、人間はこの返礼として神にお土産をもたせ、神の威信を高めるとというのがアイヌの神観念らしい。基本的には必要以上の殺生は行わない。またあらゆるものに魂が宿るとされる。

現代において私達は消費を増大させ乱獲し資源を枯渇させている。プラスチックで海洋を汚染する。また地球温暖化も人為的なものだろう。アイヌのこの考え方は教訓とすべきではないか。

ところで「アイヌ」とは、アイヌ語で神(カムイ)に対する「人間」を意味する言葉だ。ウポポイにおいては園内の表示はこのアイヌ語が多用されているようだ。ちなみにウポポイは「大勢で歌うこと」を意味している。アイヌ語には文字がないから発音をこのようにカタカナで表記する。「イランカラプテ」は丁寧な挨拶言葉だが訳すと「あなたの心に触れさせてね」という意味になる。アイヌ民族が思いやりを持つ優しい民族であることを象徴していると思う。

明治から北海道におけるアイヌは北海道旧土人保護法という法律により縛られてきた。土地を没収され狩猟・漁業を禁止され固有の習慣風習を禁止され、日本語使用を強制され、日本風氏名へ改名させられるなど差別的同化政策だった。

そしてこの悪法が廃止されたのはつい23年前のことだ。お互いの理解を深め、私達は差別と偏見を乗り越え共生の道を歩もう。ウポポイがその役割を担ってくれることを切に願っている。

(蓮川亨士)

## 行事

### 介護付有料老人ホームうらら伏古 おめかしでスイーツビュッフェ

コロナ禍の真っ只中、外出もままならないうらら伏古の入居者の方々!! 欲求不満もピークになりそうな7月初旬、一人の職員が『おめかしでスイーツビュッフェ』のポスターを掲示板に貼ったところ多くの入居者様達から「これって何?」「楽しみー」と毎日のように問い合わせが殺到しました!!

指折り数えたレクリエーションの当日、普段はクローゼットの奥にしまい込んでいたよそ行き用の洋服を身にまとい、我先にと化粧担当の櫻井介護員のもとへ駆けつけ、いつもはあまり時間を掛けないお化粧を念入りにされつつも視線は美味しそうなスイーツビュッフェのテーブルに釘付けとなっていました。

ジャズ&ボサノバが流れるサロンの中、各々好みのスイーツを手に楽しそうな会話や笑い声に溢れていました。なかには、「スイーツ美味しいね」と何度もおかわりする方もいらっしやいました。私たちお手伝いをする側は何気ない日常の一コマでしたが、うらら伏古から出られない入居者様達にとっては、とても大事な息抜きになったのかもしれないと感じました。  
(今野・櫻井)



# 特集! 人間万事塞翁が馬



似顔絵作: 松田 郁美

K様は昭和15年幌加内町北母子里で農業をしている両親のもとで長男として産まれました。高校を卒業後、銀行に勤務され、東京支店に転勤になったそうです。数年後、退社され東京の法政大学に入學。学生生活を送る中で奥様と出会い、卒業後に結婚されています。子宝にも恵まれ1男1女を儲けられました。

大手タイヤメーカーに入社されています。総務部の役員まで勤め上げ、定年を迎えたそうです。仕事で忙しい中でも家族を大事にされ、家族と一緒に年2回、本州など旅行に行かれたり、息子様が小学校のときには、野球をされていたので、そのチームのコーチ、監督をする程の子煩悩だったと聞いています。

その後も家族で外国など旅行にも出かけていました。物忘れの症状が見られてきており、奥様と一緒に生活改善の為運動に出かけるようになったそうです。

平成26年に脳梗塞になり、退院後同年4月よりえくぼの通いサービスと泊まりサービスを利用しながらも介護タクシーを利用して公園やショッピングなどにも出かけられ、家族との時間を今でも大切にされています。

奥様がえくぼに來所されたときにはコーヒを飲みながらK様と一緒に過ごしています。息子様、娘様などご家族が会いに來られ、声を掛けたときには嬉しそうな表情も見られました。

これからも、奥様や子供たちと仲良く自慢の夫、父親として元気に過ごしてください。



## 朝礼でのステキなお話

第16回

## ~ 勤続 10 年を迎えて ~

てんやわんや本町 堺本 舞

今年の4月で「おいらーく」に入社して10年が経ちました。長かったような、あっという間だったような10年間を振り返ってみました。

1番最初に研修でお世話になったのは、『ヘルパーステーションリ・ボン』でした。利用者さんのご自宅へ行き、調理や掃除などの支援を行いました。高校卒業したばかりの18歳の私は、お米のとき方がわからず、指導してくれた職員の方にとっても驚かれ、恥ずかしい気持ちになったことを今でも覚えています。

1カ月半の研修期間を終え、『デイサービスセンターてんやわんや』に配属が決まりました。初めの頃は、人前で話すのがとても苦手で、大勢の利用者さんの前で体操をするときには、毎回緊張し(体操とは別の意味で?)汗をかきながら行っていました。こんな私でしたが、少しずつ名前を覚えてもらえ、一緒に日々を過ごすことで、信頼関係が築けていったと思います。てんやわんやで3年間過ごしたのち、『てんやわんや本町』への異動となりました。同じデイサービスですが、中身は全然カラーも違い、2階と3階でフロアが分かれているため、職員1人1人の動きがより重要だと感じました。周りの職員に助けられ、介護福祉士も取得することができました。

DTの研修ではオーストラリアにも行かせていただき、おいらーくにいなければ経験することのできなかったことがたくさんありました。10年間を振り返ると、涙を流している時間も多くなりましたが、周りの職員や利用者さんに支えられ、ここまで続けてこれたと思います。これからは「舞ちゃんがいればよかった」と思われるような支援をして、共に楽しみながらてんやわんや本町で過ごしていきたいと思っています。

(堺本舞)

これからもよろしくお願ひします!



おいらーく

# 7月行事内容と8月行事予定


















## 令和2年8月行事予定

## 令和2年7月行事内容とイベント風景

令和2年 8月行事予定

令和2年 7月行事内容とイベント風景

せんり	○誕生会
うらら伏古	○うらら神社祭 ○10日 喫茶ムーミン ○20日 ホビーサークル
Coco東雁来	○12日・27日 訪問美容室
東雁来式番館	○セブンイレブンさん訪問販売 ○余市の果物屋さん ○プチ「花火大会」
Coco元町	○外出行事他
元町式番館	○七夕
えくぼ東	○お誕生会、WEB面会
東苗穂Coco	○お盆
ホーム夢グループ	○誕生会 ○盆踊り
銭函お散歩カフェ	○1日・15日 趣味の会 ○12日 二胡演奏会 ○24日 ローズウィンドウ教室

○誕生会			
○15日 折り紙サークル ○22日・23日 おめかしでスイーツビュッフェ			
○訪問美容室 ○猫目さん衣料品販売会			
○14日 セブンイレブンさん訪問販売 ○9日・31日 余市の果物屋さん訪問販売 ○26日 9周年プチ夏祭り ○28日 三越「猫目」さん訪問販売			
○散歩行事			
○4日 コロナ対策エプロン作り			
○夏祭り7/26に住宅と合同で行います。外出が出来ない利用者様にお祭りメニューで楽しんで頂きます。食堂に夏祭りの装飾もスタッフ手作りで飾り、眼でも楽しんで頂いてます。写真は後日添付させていただきます。			
○気まぐれ厨房のモーニングセット		○土曜のうなぎ	
○祝3周年(お寿司でお祝い) ○スーパーマーケット夢開店			
○4日・18日 趣味の会 ○15日 プリザーブドフラワー教室 ○20日 ローズウィンドウ教室			

## 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。