

星の夢百聞

～ 第176号～

発行日：2020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

うらら
伏古

敬老会 イベント & お祝いの祝辞

令和2年9月20日に、年間最大イベントである「敬老会」を開催いたしました。うららの信念として「職員が楽しめないで入居者が楽しんでいただくことが出来るか？」をモットーに手作り感満載の衣装と小物で挑みました。

ザ・ピーナッツ、美川憲一、美空ひばり、小林幸子など往年の大スターに扮した職員が歌って踊って会場を沸かせました。入居者様それぞれと一緒に口ずさんだり手拍子でコンサート会場の様子を盛り上げました。

最後は「上を向いて歩こう」「川の流れるように」「港町十三番地」他、童謡4曲を入居者様と職員の大合唱でホール全体が一体となり、最後は写真撮影会。入居者様36名中34名が参加され、皆様が笑顔で「楽しかったよ」なかには本物の歌手だと思いい、呼びかけた職員に「私の名前を何で知っているの？」とビックリされる方もいらっしゃいました。参加されなかった方は居室でスターに扮した職員と一緒に写真撮影いたしました。

今年はコロナ禍で外出行事も出来ず、笑顔が少なくなった入居者様も今回は満面の笑みを見せて喜んでいただき、そして職員一同も楽しく過ごさせていただきました。実は準備万端のはずが化粧や着付けに時間が掛かりすぎたり、ザ・ピーナッツの「恋のバカンス」のはずが「恋のフーガ」が流れるというハプニングがあったりと（笑）

大盛りに上がり!!



そんな失敗があっても動じず演じ切る職員！ハートが強いのが自慢のうらら伏古です。毎年行われている「うらら伏古敬老会」ですが例年以上の大盛況で幕を閉じることができました。

さあ！来年はどんなイベントにしようかね？（神山）

本日の「うらら伏古敬老会」は、皆様のご長寿を心よりお祝いし、末永いご健康を願い、皆様のご功労ならびにご功績に、改めて感謝を申し上げます。

私たちが、健やかで幸せに日々の生活を営むことができますのも、皆様のこれまでの長年にわたるご尽力の賜物と感謝申し上げます。これからも皆様がいつまでもお健やかに楽しい毎日をお過ごしいただけますように、そしてこれまで培った豊かな経験と知識で、これからも末永くご指導くださるようよろしくお願い申し上げます。



神山ホーム長



次世代型デイトレセンター Lpasa



次世代型デイトレセンターエルパサが満を持してオープンいたしました！
 オープンから1か月がたち、徐々に利用者さんも増え、エルパサにも活気あふれてきました。皆様リハビリの意識がとつても高く、腕にはウエアブル端末を付け、マシンやトラック歩行を頑張られており、モニターを見て「今日はこんなに歩いた！」と達成感を味わっております。趣味活動のパン作りでも「パン作りってこんなに体力を使うんだね」「家族に食べてもらったらとても喜ばれた」と有能感でいっぱいです。
 癒しのメニューではメドマーや手あんま・ほぐしも大好評です。そんなエルパサですが、体験者さんも毎日のように受け入れておりますので、トータルリハビリをご希望の方は是非一度ご体感ください！（柴田）

いつでも
ご相談・見学
お待ちしております！！



柴田センター長

あらためてご紹介！

近況報告

銭函デイトレセンターがオープンして早いもので一ヶ月が経ちました。新しい建物、新採用の職員、新しい活動等、何から何まで新しい環境で職員一同ワクワクドキドキしながらの一ヶ月でした。利用者さんや見学の方も来てくださり、「綺麗な建物だね。これは何する道具なの？」等、興味深々で楽しんでいただけています。
 その中でも一番興味を示し気持ち良いと誰もがおっしゃられるものを紹介します。それは「足温浴」です！！これは湯治で有名な秋田県にある玉川温泉の湯の花を原料に作られたセラミックボールを温め、靴下のまま入れる足湯です。普通の石を温めるのと違い、湯ノ花効果があるため、10分〜15分足を入れてるだけで体がポカポカし温泉に入った後のようにその

後も温かさが残りますので、冷え性の方やこれから寒い時期におススメなコンテンツです。
 その他にもマシンや、脳活性ゲーム等の最新機器を使った運動はもちろん、パン作りや洗濯リハビリ等の日常生活動作を中心にした活動もあります。その中でお一人お一人にあった活動を提供できるような職員一同取り組んでいきます。（高屋）



高屋センター長

銭函デイトレセンター



行事

住宅型有料老人ホームCOCO輝楽

輝楽農園収穫祭！

COCO輝楽では「輝楽農園」と称し、今年から枝豆、トマト、ミニトマト、レタス、大根を植える試みを始めました。素人なので、大した収穫できるものではないのだろうなあ、と思いながら種をまき、数か月…。この度枝豆の収穫を迎えました。予想に反して非常にたくさん枝豆が採れました。

収穫したものを入居者の皆さんにお手伝いいただき、選別していきます。「昔にこんなアルバイトしていたよ」「まだまだできるよ」などの声を頂きながら、また、入居者さん同士でお話をしながら、あつという間に作業は終了。

次の日の夕ご飯はその枝豆を使ったご飯となりました。ご自分たちで選別した食材ですから、味も格別！皆さん喜んで召し上がっていました。

来年は種を撒くところから、入居者の皆さんとやっていきたいなあ、と思っているホーム長でした。(鈴木直文)



行事

デイサービス 生きがいサロン東雁来

外出自粛中施設内イベント

まだまだコロナウイルスの影響で外出を自粛制限されていますが、皆様いかがお過ごしでしょうか？9月生きがいサロン東雁来では外出行事が出来ない中、利用者さんにゲームの新作成、新しい試みとしてカジノとしてゲームを取り入れ利用者さんにゆーめを稼いで頂くようと考えました。カジノなので大幅に稼げるように千〜1万ゆーめに設定しました！

健康トリムは職員各1つ作ることにし、見やすいようにトリムロードとして天井からそれぞれのトリムのプラカードを下げ積極的に利用者さんに勧めた所ご自身で席に持っていくトリムを行って利用者さんが続出！「見やすくなった！」「面白くて何度もやりたくなる！」など利用者さんに頂いた言葉で作ってよかったです職員狂喜乱舞しました。

カジノはスマートボール・輪投げ・ボーリングを職員が手作りし力作が出来上がりました！元々あったがなかなか利用できなかった、ダーツ・ルーレットを活用することに！新しいことを増やしようと利用者さんに受け入れてもらえるだろうか？と少し不安にままたま、6つの中から2つその日にどれをカジノするかを職員が選択し朝利用者さんにどちらをするかを予定ボードに予定を立ててもらうことにしました。「どちらにしようかな。スマートボール昔よくしたのよね。懐かしいからスマートボールにしようかしら？」とどちらにするか楽しそうに選択してる利用者さんがたくさんおり職員の少しの不安は吹き飛びました！

カジノの時間になるとカジノ用のBGMを流しご自分の選択したゲームの場所に利用者さんに座って頂きカジノ開始！始まると他利用者さんがゲームしても、「おー！入った！」「おしい！残念！」などハラハラドキドキ！「懐かしいわー昔は得意だったのよー」と利用者さん同士の会話も花が咲き、大いに盛り上がりました。「次は今日より入れて見せる！」「4000ゆーめも稼げたよー」と職員に見せてくれる姿に職員笑顔があふれました。

これからも外出できない中で何ができ、利用者さんが楽しめるものはないかを職員一同考えていきたいと思います。(大江恵久美)





私の事業所自慢

デイサービスセンター
第11回目 生きがいサロン東雁来

生きがいサロン東雁来

3つの自慢 その1

日曜日の営業



早く外出したいなあ～!

日曜日の営業では外出移動演習をメインに活動しています。ご自宅で生活する中で外出するための練習でもあります。1ヶ月前から職員が穴場の美味しいお店を見つけてはランチ、スイーツを交互に予約しており、時にはドライブを兼ねて江別、小樽方面まで足をのぼすこともあったのですが、残念ながら新型コロナウイルスのため現在は外出を控え、店内で利用者さんがお店に電話をして出前を取ってみたり、フルーツパフェやピザ等を利用者さんと一緒に作って少人数の6～7名で楽しくのんびり過ごしています。「早く出かけたい！」との声が聞かれています。…いつになつたら安心して食べに行けるか…。

今後日曜日の活動のあり方をどうするべきか職員で考えているところであり、これも試練と捉えて、より良いものを来ているだけ皆さんに提供できるように試行錯誤頑張っているところです。

生きがいサロン東雁来

3つの自慢 その2

夕食までのサービス



夕食までのサービスでは併設しているCOCO東雁来から通われている利用者さんを中心に夕食を提供しています。

もちろん住宅以外の方も食べて帰られており、理由は様々ですが、一人暮らしの男性利用者さんは「家に帰っても自分では何もできないから助かっている。やっぱり一人で食べるよりみんなで食べると美味しい」と喜ばれ、この方は週5回夕食を食べて帰られています。特に男性利用者さんのひとり暮らしの方には最適かと思われず。昼ごはん、お風呂、晚ごはんをデイで済ませてあとは帰って寝るだけ！と遠方にいるご家族も安心されています。

生きがいサロン東雁来

3つの自慢 その3

宿泊サービス



見知った職員となら安心!

宿泊サービスでは数名の方が定期的に泊まられています。ご家族の都合でショートステイなどをご利用される方は少なくないと思いますが、慣れない環境にポンツ！と入ってうまくいく方もいけばそうではない方など様々かと思えます。しかし、普段通り慣れているデイで顔なじみの職員と一緒に泊りするということはご家族・ご利用者さんともに安心感がある！と評価していただいています。

先日のですが、9月に初めて宿泊された女性の利用者さんがおり、この方はショートステイは拒否・入院も拒否となかなか家族がゆっくりとする時間を設けることができずにいた事例です。担当者会議の中で「夜間、大丈夫か見に行ってるから眠れない、疲れてる」とご家族の発言があったので宿泊を提案したところ嬉しいけど家から離れられない人で入院も難しかったとのこと。大丈夫！試してみましよう、日程を決め、ひとりでのんびりできるような部屋を作り、職員の誰が泊まるのがベストか等々いろいろ考え、当日「大丈夫かな？心配です」と不安な様子のご家族の思いをよそに日中はカラオケを楽しまれ、泊まる職員と一緒に夕食を食べ「あんたと一緒に寝るよ」と職員と同じ部屋で何事もなく寝ていました。御家族に伝えたと「良かった。本当に嬉しいです。何年ぶりかでぐっすり眠れました。来月もまたお願いします」とご家族に笑顔がこぼれていました。

これからも利用者さんはもちろんの事、ご家族の介護軽減に繋がるよう、少しでも長く家で過ごして欲しい、過ごしたいと思えるようにご家族・利用者さんの思いに寄り添っていただけるようなデイサービスでありたいと思います。

(浅田由美子)

敬老のお祝い

満100歳を迎えた利用者様です。おめでとうございます！！



てんやわんや本町ご利用：山〇キ〇ヨ



てんやわんやご利用：江〇美〇子



えくぼ元町ご利用：〇々木 〇子



CoCo東雁来ご利用：飯〇〇治

行事

小規模多機能型居宅介護 敬老会週間

えくぼ東雁来



今月は敬老会週間となりました。敬老会

特別メニューのお料理、入居者様とても喜ばれておりました。特に生ちらしとローストビーフが絶品と言われておりました。食の細い入居者様も良食されてました。翌日のお赤飯メニューでは「毎日正月みたいですね」と笑顔多く見られておりました。午後からは、おはぎ作り行い。朝から小豆を炊き、利用者様と作り、おやつで食べました。「やっぱり手作りのおはぎは美味しいね」「明日も通いにしてもらおうかなあーまだ食べたいわあ」と嬉しい言葉も聞かれておりました。



眼でも楽しんで頂きたいとの所長の声もあり、えくぼ東雁来では、定期的なフラワーアレンジの先生となりミニお花教室を開催しております。「このお花の名前なんだったかしら」とテーブル越しにお話しも弾んでおります。スタッフがお花の名前解らずスマホで調べる場面も多く見られておりました(笑)。不要不急となり、外出が少なくなっておりますが、今後も利用者様に楽しんで頂ける様楽しい空間作り心掛けて参ります。



N様、百歳のお祝いで、賞状と金杯が届きました。「金杯凄いいね」ととても嬉しいです」と言われておりました。N様食事もしっかりと摂られ、車椅子での自走はえくぼ東雁来で一番早いです。ユーモアセンスも一番でお元気に過ごされております。ミニお花教室では素敵に、生け花を生けられております。(稲田厚子)



第65弾

ドラムす子でバチ当たり人間のよもやま話

先日テレビでアニメソング（漫画の主題歌）の特集番組を観た。過去から現在に至る数多くの曲から人気ベスト30曲が紹介されていた。全国13万人の老若男女のアンケート調査を基に順位が決まったそうだ。

トップ10を紹介すると第一位は「残酷な天使のテーゼ」（新世紀エヴァンゲリオン）、二位は「紅蓮華」（鬼滅の刃）、三位に「宇宙戦艦ヤマト」（同）、四位「バタフライ」（デジモンアドベンチャー）、五位「タッチ」（同）、六位「オンリーマイレールガン」（とある科学の超電磁砲）、七位「紅蓮の弓矢」（進撃の巨人）、八位「ゲットワイルド」（シティーハンター）、九位「ゴッドノウズ」（涼宮ハルヒの憂鬱）、十位「インフェルノ」（炎炎ノ消防隊）と続く。皆さんこれら聴いたことありますか？私同様ほとんどピンとこないのでは。年代や性別により観ているアニメが全く違うから、この結果は当然と言えるだろう。

私の年代で言えば60年代「鉄腕アトム（空をこえてラララ星のかなた）」を筆頭に「鉄人28号（ビルのまちにガオー夜のハイウエーにガオー）」、「エイトマン（光る海光る大空光る大地）」、「狼少年ケン（ポバンババンボンブンポバンバババ）」、「少年忍者風のフジ丸（ときは戦国あらしの時代）」、「ビッグX（弾なんか跳ね返せジェット機だつて手づかみだ）」、「オバケのQ太郎（QQQオバケのQ）」ついでにオバQ音頭も良く聴いた。「ジャングル大帝（アーアーひびくこだま）」、「宇宙少年ソラン（ソランソランソラン）」、「スーパージェッター（未来の国からやってきた知恵と力と勇氣の子）」、「パーマン（まっかなマントをひるがえし）」、「ゲゲゲの鬼太郎（ゲゲゲゲのゲ）」、「怪物くん（おれは怪物くんだ）」、「巨人の星（思い込んだら試練の道を）」、「夕焼け番長（ごつい相手もバンバンパンパンのバン）」、「妖怪人間ベム（闇に隠れて生きる俺たちや妖怪人間なのさ）」、「ハクシオン大魔王（くしゃみひとつで呼ばれたからからは）」、「タイガーマスク（白いマットのジャングルに）」、「国民的漫画の「サザエさん（お魚くわえたドラ猫追っかけて）」などが馴染み深い。女の子向けには「魔法使いサリー」「ひみつのアッコちゃん」「アタックNO.1」などが放映されていた。

70年代に入り「あしたのジョー」「キックの鬼」「赤き血のイレブン」そして今回三位入賞の「宇宙戦艦ヤマト」あたりまでは観ていた。自分が子供のころ夢中になったアニメはその主題歌をどれも歌えた。昔のアニメソングはシンプルで覚えやすく、その歌詞は主人公を励ましたり称えたりするものがほとんどだ。今回一位・二位のアニソンには主人公は登場しない。それでもその詩には作品を象徴する世界観が提示されていると思える。

新首相の菅氏にはこのアニソンを贈ろう。「行け行け すすがく どんと行け」...とほほ。(蓮川享士)

行事

敬老の日お祝いの会 せんり

9月21日の敬老の日に合わせて、せんりでは全入居者様の参加を目標に「お祝いの会」を開催しました。ほぼ全員の方が参加、いつもとは違う方との交流も持つことができ、久しぶりに近くで顔を合わせた方もいたようです。

早速、余興スタート。スタッフによる二人羽織を披露、おそば・じゃがりこ・シユークリームと様々な形状の食べ物に口を運ぶ場面では、入居者様に「もつと右！」「左だよ！」など大きな掛け声をかけてもらって予想以上の盛り上がり！的確な（？）掛け声のおかげで悲惨な形相になってしまった三つ編み美女の顔にみんなで大笑いでした。

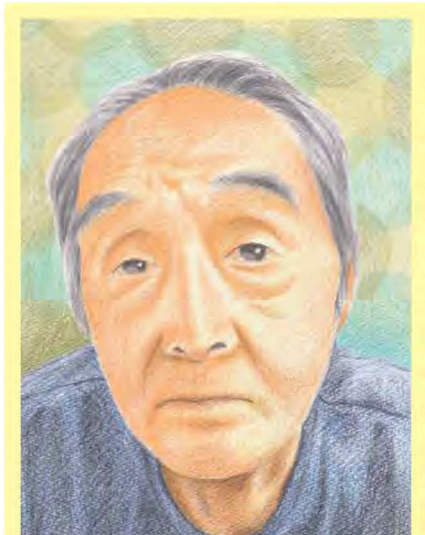
次の演目は秋田ドンパン節の踊りを披露。今流行の即興ダンスは息が合わずバラバラでしたが、狙い通りの笑いを運び、盛大な拍手を頂きました。余興のあとは一転してしみじみと、「ふるさと」を全員で唱和。いつものお決まりの曲ですが、歌いながら自然と身振り手振りが加わって懐かしい心情が伝わってきました。

最後は花売り娘に扮したスタッフからの一輪花のプレゼント。「私はこの花がいいわ♡」とお気に入りの花を選んで満面の笑みを見せてくれました。コロナウイルスでふさぎこみがちな毎日でしたが、久しぶりにお腹を抱える大笑いと、涙ありの時間はあつという間でした。

敬老会特別メニューにも舌つづみ。いつも以上に美味しいお食事ありがとうございます。笑って、泣いて、お腹いっぱい楽しいひととき、来年もまたお腹を抱えて大笑いしましょうね！（本間）



特集! 人間万事塞翁が馬



似顔絵作: 松田 郁美

Nさんは、今年で72才におなりになる利用者様です。高校を卒業されるまで、札幌市白石区菊水で過ごされました。お父様とお母様、そして8才年上のお姉様がいらっしゃいます。

普段、中々ご自身の事をお話されないNさんなのですが、幼い頃の思い出を色々とお話して下さり、「あまり覚えていない。」とおっしゃりながらも、ポツリポツリと昔の事を話して下さいました。

お姉様は、勉強が良くでき、スポーツも万能。Nさんの自慢だったそうです。小学生の頃は、そのお姉様と一緒に、近くの体育館で、バトミントンや卓球を楽しまれ、元気に過ごされておりました。

しかしNさん自身は、スポーツはあまり得意では無く、次第に体育館に通う事からは遠ざかり、お母様の熱心な勧めもあり、札幌東高校に進学する為、猛烈に学校の勉強に励むようになったそうです。

勉強のかいあって、見事、志望の高校に入学、立派に卒業なさっています。そして、大変な受験勉強の合間に時々聞いていたラジオから流れてきたクラシック音楽に出会

います。クラシック音楽の奥深さに触れ、熱心にレコードを集め、様々な評論を読み、本場ヨーロッパへの憧れを強めたとおっしゃります。

Nさんの口からは、フルトヴェングラー、トスカニーニ、ワルターといった、伝説の巨匠達の名前が次々と出てきます。

「現役指揮者はすっかり小粒になってしまった。〇〇も死んだね。」昔は凄かったんだよ、東西、左右の対立がね。」と、さすがのインテリぶりです。割と最近のクラシック音楽のトレンドをご存じなのには驚かされました。

てんやわんや本町は、今年の春頃から利用されています。のんびりと入浴され、コーヒーを楽しみ、リハビリを兼ねたカレンダー作り、他利用者様とのオセロゲーム等、Nさんのペースでゆっくりと過ごされています。

Nさん思い出の一曲

シューマン 子供の情景から
「トロイメライ」

演奏は戦後のフランスを代表するピアニストの一人、サンソン・フランソワのものが最高との事です。

第18回 ~ 家族同様の利用者様に支えられて ~

てんやわんや 高堂 和美



先日、入浴介助の際に利用者さんに「Nさんもうなくなっちゃって(異動)和美ちゃんもいなくなったら、私本町辞めるからね。」と言われてました。それから立て続けに別利用者さんにアレルギー体質で目がかゆく赤くなっている私に「大丈夫か?これできれば目に目を拭いたらどうだ?」とウエットティッシュを差し出してくれたYさん、私のお休みに利用されていて「あんなたいがないと寂しいわ」とお声をかけてくれたOさん: 家族のように皆さん慕って頂き、暑さのせい? 体力が他の職員と比べて劣っている気がして身体に老いを感じ、モチベーションが上がらない気持ちが一気になくなりました。自分は利用者さんに対して家族同様に接していましたが、まさか利用者さんも同じく家族同様に思われていたとは凄く嬉しい気持ちになりました。

利用者さんも老いを感じていると時折耳にします。本町では体力・下肢筋力維持の為に利用者さんの意欲を引き出す様々なアプローチを行っています。1か月前まではずっと座ってばかりで何か活動提供をお願いすると拒否が強かった利用者さんも1か月後には快く作業を行って頂いています。お席にポツンと何もしていない利用者さんには職員が耳を傾けます。何か悩み事があれば相談に乗り、解決へと導きます。

おいらーくに入社して11月13日で3年が立ちます。当時の上司・先輩は異動以外変わらない職員です。とても居心地の良い職場です。本町の団結力が一番の強みだと私は思っている。この、これからの連携して老いをポジティブに考え、克服していきたいと思えます。(高堂和美)



おいらーく

9月行事内容と10月行事予定

令和2年9月行事予定

令和2年8月行事内容とイベント風景

令和2年
9月行事予定

令和2年
8月行事内容とイベント風景

せんり	○誕生会
うらら伏古	○11日 ホビーサークル ○19日 喫茶ムーミン ○22日 うららinハロウィン
ココ東雁来	○14日と22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 ○パン訪問販売 ○くだもの訪問販売
えくぼ元町	○秋の行事他
元町式番館	○避難訓練
えくぼ東	○お誕生会 (本体、サテ) ○生け花教室 お菓子作り
東苗穂	○1日 十五夜
ホームグループ	○ハロウィン
銭函お散歩カフェ	○3日・17日 趣味の会 ○26日 ローズウィンドウ

○敬老会 ○座談会	
○2日 喫茶ムーミン ○20日 うらら伏古敬老会	
○訪問美容室 ○ニルスの会とうきび、トマト即売会	
○20日 祝敬老の日 ○22日 セブンイレブンさん訪問販売 ○9日・23日 パン訪問販売「ひかりの」 ○10日・25日 くだもの訪問販売「余市青果」	
○敬老の日行事	
○21日 敬老会	
○シソジュース作り ○中岡さん100歳お祝い金杯 ○サテおはぎ作り	
○小さい秋見つけた	
○敬老会 ○誕生会	
○5日・19日 趣味の会 ○28日 ローズウィンドウ	

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。