

星の夢百聞

第190号

発行日 2021年12月1日
 発行 有限会社 おいらーく
 札幌市東区東苗穂9条3丁目1-40
 発行人 星野 二三江

てんやわんや本町

グランドオープン!!



「靴のまままで入っていいの?」「とっても明るい」「なんだか立派なホテルみたい」等。高評価を頂きました。
 本町には無かった「体幹を鍛える」「柔軟性を鍛える」が融合したレッドコードも新入荷!好評のため、午前・午後の2回では足りない状況。レッドコードまでの時間は大画面テレビで流れている体操を見ながら自主的に体操へ参加されております。又インボディも設置され、体を構成する基本成分である筋肉量や水分・タンパク質・ミネラル・体脂肪を測定出来ることで身体の浮腫やバランスを分析する事が出来ます。これで効率よくリハビリ出来る事、間違えなし! (柴田直彦)

長らく改装工事をしておりましたが、11月9日に無事引き渡しを終え、その日の内に「えいやつ!」と引越し、翌日から1階スペース(旧駐車場)が使用できるようになりました。玄関を入ると目の前には明るい広々とした運動場に皆さん驚かれており、待ちに待ったグランドオープン!!

1階 運動のフロア



3階 趣味のフロア



3階はご利用者さんが過ごすホールと趣味活動が出来るスペースとなっており、陶芸・木工が出来る場所が新たに出来ました。以前は寒かった陶芸・木工室も新しくなり空調が整った部屋で行えて作業も捗り、あっという間に時間が過ぎてしまうようです。
 麻雀や百人一首・花札・オセロ等の活動も以前よりも広い空間で行えるようになり、現代のコロナ感染予防にも安心出来る場所となっております。

2階 癒しのフロア



2階は癒しゾーン、新メニューにホットパックが導入され、寒がりなご利用者様も「凄く気持ちがいい」と患部を温めながらマッサージをしてくれます。新しくなったお風呂の後にゆつたりとホットパックやウォーターマッサーなど身体を癒しませんか?もちろん人気メニューの手あんまも絶賛稼働中!!



祝
COCO東苗穂5周年！
エルパサでお祭りデイ開催！

ココ東苗穂は11月17日で無事五年の年月を重ねる事となります。その時間の重さに押し潰されないように：東苗穂、やっちゃいました、11月14日『デイサービス一日侵略』 何を考えている!!大丈夫か!?東苗穂!コロナ禍の中で小さな東苗穂の住宅ではなく、大きな場所まで伸び伸びと入居者様と一緒に何百日分の一日を楽しみたい!!と企画しました。

場所は東苗穂の一角にそびえ立つピンクの建物エルパサ!センター長も快くお貸し下さるとの事で、当日バタバタとバスに乗り込み目的地へ到着され玄関へ一歩足を踏み入れた瞬間「おーー。」と息をのみ込み動きが固まる方々：(広さに飲み込まれています!) 今日は一日ミニデイ(お祭りデイ!)なので血圧測定を行い、体調確認後、皆さん一堂に会し、ホーム長の、非常に硬い挨拶を聞いた後、希望される方は、入浴されたり、そうでない方は用意したゲームやデイサービス自慢のマシンを使わせていただき体を鍛えたり、いたわったりされています。始めは表情硬く動きの少なかつた方々の表情も柔らかくなり：手にはヨーヨーがあつたり、宝引きの景品があつたり：綿あめを食べられたりと楽しまれておられました。昼食はおいらーくの松田部長直々の握り3貫にお祭りを意識した焼きそば、たこ焼き等をご用意させていただきました。

昼食後には、ビンゴ大会：豪華景品付き：(なかなか当たりが出ずハラハラしましたが)、手にされた景品を、何だろう?当たった?え〜これ?と声が上ががり、満面の笑顔の中：会は終了となりました。

最後にデイサービス早川センター長のご厚意にて作って頂いた横断幕の前に勢ぞろいし、パチリと：フレームに納まり、ココ東苗穂に帰宅されました。帰宅後、間もなく入居者様に何気にもどこに行ってきたのと問いかけると口々にどこにも行ってないよと話される方や、いや〜楽しかったな〜!大人げなくはしゃぎ過ぎたと話される方もおられました。入居者様に楽しいひと時を過ごして頂き、大変うれしく思う反面、今回のイベントの為に力添え下さった方々には大変感謝しております。この紙面をお借りし、改めてお礼申し上げます。"ありがとうございます"また、何か行うときは遠慮なく【S.O.S】出しますのでよろしくお願いします。(平原敦子)



祝 5周年おめでとうございます!



DT ダイバーショナルセラピー ってなーに？

「おむすび、にぎりませんか？」

芹澤先生を迎え、久々に気合を入れたDTW達が中心となり昭和を背景に繰り広げられた小芝居セッション。おむすびを通して「自分の母」「自分が母」どちらを想うのか…。結果は、自分で握ったことを思い出した方、おむすびの具から出身地を想い、母の話へと様々。ここから始まるアセスメントでした。今回、小芝居を取り入れたことでストーリーが自然であったのかなと感じました。

どんな小芝居、DTの要素があったのかは、「DT取り組み報告 12月」にて！皆さんの事業所にも「母ちゃん」いませんか？劇団員、募集中！（東出由起子）



ササ子母ちゃん
大忙し!!



どんな小芝居だったのか？次回乞うご期待！

行事

五感で楽しむ秋祭り デイサービスセンターてんやわんや夢

みなさんが「星の夢百聞190号」をお読みの頃には、北海道にも冬のお便りが届いていることと思います。でも少しだけ、今年の秋を振り返ってみませんか？

11月11日、紅葉の見頃も終わりを迎え、風の冷たさが冬の訪れを告げる頃、コロナ禍で終わろうとしている今年の秋を最後に楽しもうと、てんやわんや夢のフロア内に屋内公園を建設し、「五感で楽しむ秋祭り」を開催いたしました。

視覚：色鮮やかに彩られた空間、見上げれば夏の雲から秋の夕暮れへ。聴覚：敷き詰められた落ち葉のきしむ音、映像美から流れる美しい秋の音色。味覚：「収穫の秋」焼き芋を採って自ら手にとりて。臭覚：焼き芋の香り、落ち葉から伝わる微かな葉の匂い。触覚：落ち葉を踏んだり拾ったり、焼き芋の温かなぬくもり。

この時、この瞬間のためだけに造られた私達の思いが詰まった特設公園。秋祭り終了後には取り壊しが決まっていたのですが、スタッフやご利用者さんの熱い要望にお応えし、建設された1部は今後もレガシーとし残されることとなります。仕事に行き詰った時や落ち込んだ時、元気が欲しい時、そんな時はてんやわんや夢に来てください！きつと明るい未来が見えることでしょう。反省点もありましたが、参加されたみなさんの五感を震わせることはできたと確信していますし、何よりも自然にこぼれたあの日の笑顔が全てを物語っているのではないのでしょうか。

限られた準備期間の中、現在DTワーカーになるべく日々奮闘中の十河介護員を中心にスタッフ全員が同じ方向を向き、情熱を注ぎ、全力で駆け抜けた一カ月間。そこには若かりし頃の学園祭の準備の時のような活気や楽しさに溢れていました。平均年齢は決して若くはありませんが（？）、てんやわんや夢、今思いつき青春しています！（鈴木健士）



デイサービスセンター てんやわんや

リニューアル



に向けて近況報告!

てんやわんやでは11月18日より第一弾として更衣室お風呂場の拡張工事が始まっています。このような写真しかまだありませんが、新たに壁に穴を開けてお風呂場までの通路を拡張し、スロープ・段差がつかます。今までフロアに段差が無かった為、あえて階段をつけ利用者さんの日常の中に昇降動作を取り入れられたらと考えました。

女性の二つのお風呂場は洗いの場の広さに違いがあり、広い方にはジャグジーもついているのでやはり「大きい方に入りたい」「ジャグジーを使いたい」「更衣室が狭い」と言う声が多く、今回両方向じようになるようにリニューアルの運びとなりました。

更に介助用のリフトまで付けて頂ける事となり、幅広くニーズに答えることができ、利用者さんのみならず職員の介護負担軽減に繋がると思っています。

また、年内には開設時から皆様方が歩きに歩かれ沢山の方々の歩行の跡が残る黒い床を思い切ってカーペットをひくことにしました。以前から第一印象で床が「危なそう」と言うお言葉を頂き、カーペットをひくことでその印象を脱することができると思っています。この黒い床が何色の床に生まれ変わるかどうぞ皆様予想をして楽しみにしておいてください。

そして雪が溶けた春には第二弾として、駐車場にパークゴルフ場、横の壁とのスペースにはいつでも出来るBBQコンロ、ピザ窯ができる予定です。コロナ禍で外出がままならない中ではありますが、少しでもてんやわんやで楽しんで頂けるよう、どこにも負けない印象的な建物で不思議が溢れているこの空間を新たにリニューアルして皆様方をお迎えしたいと思います。まずは第一弾でどのように生まれ変わるのかを楽しみにしていただきます。(今田克也)

リニューアルをお楽しみに!!



ただ今
工事中!



おいらーくの介護技術講習に感謝!

私は来年度の介護福祉士の国家試験を受けるのに必須な資格、実務者研修(昔で言うホームヘルパー1級)を9月から取りに行っています。コロナ禍ということもあり感染予防の為グループワークや、実技がほとんどなく、今年は全て座学の授業になっていました。授業の中でこの会社に入って誇らしい事があったのでその時のお話しを書きたいと思います。

実務者研修で、新たなことを介護経験が出来てから学ぶことは為になる事ばかりで、とても勉強になりました。そんな、学んでる中で他の生徒さんが1番頭を抱えて悩んでいたのが、全て座学の今、実技も全て筆記なのです。実務者研修では杖歩行・排泄介助・移動移乗などの介護の流れや、その事を行うにあたっての理由、職員の立ち位置など、普段はグループワークの実践で行なう所を全て筆記で1人で行い、利用者さんに「おはようございます」と声掛けから、介助終了まで全てです。

他の生徒さん達が苦戦する中、私はスラスラ書き、時間を持て余す位でした。先生に「もう書き終わったの?見せて?」と言われて見せたところ、「すごくよく書けてるね!躊躇なく書けたのすごいね!なぜこんなスラスラ書けたの?」と聞かれました。私は、「介護技術講習という、1年に1回、会社の介護技術の流れを統一する名目で行われている講習会に、入社して4年毎年参加していて、それと事例がほぼ同じだったので書きました!」と答えました。

すると先生は、「そんなしつかりした会社なかなかないね!とてもいい会社に勤めているね!」と褒められ、おいらーくに入っ色々学ぶ事が出来、外部の方からもこのように評価して頂き、今後の仕事につながるモチベーションとなりました!

11月で実務者研修も取り終えたので、来年介護福祉士を1発合格できるように頑張ります。(大江恵久美)



行事

元町ケアサポートセンター 当別ダムにて紅葉狩り

コロナの自粛期間が明けた10月21日にえくぼ元町では、ようやく外出行事を行う事ができました。職員含め約20名でバスに乗り、曇り空の中(当日の予報は雨予報)、いざ当別ダムへ。このダムは、札幌市では定山溪・豊平峡ダムといった有名な紅葉の名所とは違い、とても静かな場所にあるダムです。車で約1時間の道中、利用者様はいつものとは違う風景に出発してまもなく、「ちゃんと帰れるの?」、「どこにいくの?」とやや不安げな言葉が…。しかし、数分後には田園風景や紅葉に染まった山々を見るなり、そんな不安な言葉がらいつぱん、「キレイだね」、「懐かしいね」などと気持ちにも変化が。そうこうしているうちに、現地に到着しました。気温も下がっており、車内で過ごされていの方もいましたが、ほとんどの方が車からおりると、雲のさけめから太陽の日差しが差し込み、予報は見事はずれませんでした。

部長から差し入れた頂いた、バームクーフェンを片手にダム風景とその奥に見える色づいた山々をみながらティータイム。皆さん、普段食べるおやつとは違い、皆さん満面の笑みで食べられていました。

この解放された空間に職員も共感したのか、急に所長が運動不足だからとダムのおつぺんの直線道を走る事もありました。久しぶりに外の空気に触れ、美味しいおやつを食べ、利用者様だけは無く、職員も一緒に気分転換を図れたように感じます。

少しづつ、コロナ前の日常が戻ることを願いつつ、今回の外出行事をきっかけに、利用者・職員が一体となり楽しい時間を提供できればと思います。

ちなみに、外出した日の夜間帯は皆さん穏やかに休まっていたとの事でした。(海藤雄太)





なべっちゃんの

4コマ

介護日記

NO.8



第78弾

ドラムす子でバチ当たり人間のよもやま話



レンタルでゴジラシリーズの最新作「ゴジラVSキング」を観た。ハリウッドで制作されたアメリカ映画だ。今年日本で公開されたばかりだが、もうDVD化されていた。主役はもちろん日本が生んだゴジラ、そしてアメリカが生んだキングキングだ。コンピュータグラフィックスを駆使しているのだからその映像は実にリアルで迫力あるものだった。テレビでもその戦闘シーンの凄さは十分伝わるが、この作品こそは映画館の大画面で、そして大音響で体感すべきものだと思った。

この作品はゴジラ映画としては36作目になるといふ。第1作目が1954年公開だからすでに67年も経つ。ゴジラはすでに前期高齢怪獣なのだ。公的年金も支給される。

ゴジラは作品ごとにその姿かたちや大きさ、性格や能力もずいぶんと変遷してきた。今回の最新のゴジラは爬虫類的な冷血さや獰猛さが際立っている。対してキングは強いなりに優しさや知性を合わせ持つ。両者の戦いがどう決着がつくのかは皆さんの目で確かめて頂きたい。思想性など見当たらないが単純明快に楽しめた。

調子に乗り第1作目のゴジラも借りて観てみた。もともとこの作品は当時社会問題となっていたビキニ環礁の核実験に着想を得て作られているそうだからゴジラは人間の核実験によって生まれた悲劇の存在として描かれている。東京に上陸し破壊の限りをつくし人間を恐怖のどん底につき落とす。防衛隊も応戦するがどの兵器もゴジラには歯が立たない。しかしある科学者が発明した特殊兵器が使われゴジラは消滅する。核兵器を作りゴジラを生んだその人間の手で最後は葬られる。いかに人間は身勝手か、怪獣映画だが反戦・反核というテーマを持つ傑作だ。

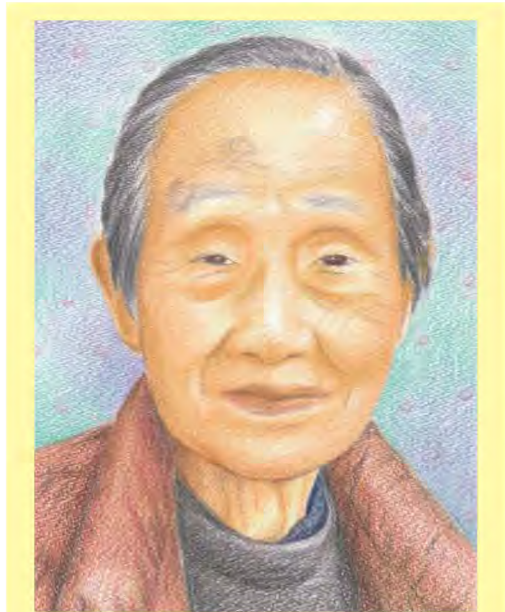
戦後9年しか経っていないのに良くこんな映画を作ったものだ。白黒映画ならではの不気味な空気を漂わせている。監督は本多猪四郎、素晴らしい特撮技術はウルトラマンを作った円谷英二。出演は宝田明、河内桃子、平田昭彦など。

そしてゴジラ映画に欠かせないのは音楽。北海道は釧路出身の伊福部昭の作曲だ。ゴジラのテーマの旋律は悲壮感や臨場感を奏で、変拍子により不安感を醸し出している。そしてゴジラあの鳴き声！あの音源はコントラバスを特殊な奏法で鳴らし、録音したその音の再生速度を調整したものらしい。音楽も鳴き声もゴジラをゴジラたらしめている大切な要素だ。

ところでゴジラという名前は「ゴリラ」と「クジラ」の合成から生まれたそう。 「広辞苑」にその名が掲載されている唯一の日本の怪獣でもある。

(蓮川亨士)

特集! 人間万事塞翁が馬



似顔絵作: 松田 郁美

Eさんは、大正9年1月2日生まれで来年度の誕生日を迎えると102歳になります。出生は室蘭ですが、誕生後すぐに夕張へ移住し、5人姉妹の長女として幼少期から妹さんたちの面倒をよくみて過ごされていたそうです。

夕張では12年程過ごされ、尋常高等小学校卒業後に看護・産婆の学校に現役で合格。学校が福島県にあった為、そこへ移住し、3年学んだ後、東京に移り住み本格的に看護や産婆の仕事に就きました。看護の仕事よりも産婆として働いた年月が遥かに長いと話されておりましたが、その期間は昭和14年〜88歳になるまでの、とてつもなく長い年月を看護師、産婆、助産師として働き続けたそうです。その中で特に印象に残っている事として、当時は家庭分婉が当たり前の時代で昼夜問わず休みも殆ど無くあちこちの家庭を飛び回る生活で、夜もまともに眠る時間も取れずに体力的にかなり限界に近い生活を強いられた事だと話されておりました。そんな生活の中で限られた僅かな時間での余暇の楽しみ方といえば、読書だったそうで、特に戦国時代などの歴史書に強い興味があったと話されておりました。

とにかく健康で長寿のEさんですが、その秘訣

を尋ねてみると、好き嫌いは無く、固いものでなければ何でも食べるとの事。特にタンパク質を多く摂取する事を心掛け、食事には納豆や豆腐、きな粉は毎日食しているそうです。食事以外でも自宅ですり革のような物を使ってスクワット等の運動は毎日欠かさず、食事や運動以外にはとにかく十分に睡眠を取る事と話されておりました。

デイサービスに通われてから7年で、通い始めてから覚えたのが将棋と麻雀との事で、元々当っていた他の利用者さんから教わったと話され、今では相当の腕前で、他の人を寄せ付けない程の強さを発揮する事もしばしばある程です。そんな何でもそつなくこなすEさんの周りにはいつも誰かが集まり、温厚な性格で頑張り屋な姿勢には誰からも尊敬の眼差しを向けられ、職員を含め誰からも慕われております。そんなEさんは今後、漢字クイズワードにも取り組みたいと話され、いくつになっても意欲旺盛で、何事にも果敢に挑戦していく姿勢は見習わなければならぬと強く感じさせられます。現在は長男宅で同居しながら週に2回通所されており、今後でんやわんやに期待する事は?と尋ねると、『この職員はみんな親切で、仲間もみんな親切で良い人ばかりなので、ここが大好きです。これからもずっと通いたいです。』と笑顔で話されておりました。

今年の春頃に肺炎で入院されるも40日で退院し、見事に完全復活を遂げた持ち前の健康な身体でこれからも様々な事に挑戦し、末永くてんやわんやに通って頂き、ますますの健康とご活躍をお祈りしております。

朝礼でのステキなお話

第24回

大谷選手を見習って…「二刀流」への挑戦!

えくぼ東雁来：白鳥たか子



何歳になっても...
挑戦する気持ちを大切に!

「大谷さん」 MVPおめでと〜ございます。大谷さんの偉業をテレビで見ても、野球をあまり見ない私でも、嬉しくなりました。

7月〜4か月弱、ホーム長として頑張ったのは、式番館の厨房さんやえくぼ東雁来の職員さんが、細かいところを手伝ってくれて必死に走り回る私を支えてくれたおかげです。本当に、感謝の一言です。

そして、もう一つお話ししたかったのは、二刀流です。そのころ、大谷さんホームランとピッチャーとしての活躍が、毎日テレビでやっていて、さすがの私もBSで見えていました。爽やかな笑顔と、力強いピッチング、特大ホームランには、びっくりさせられる毎日でした。そんな大谷さんを見ていて、自分の二刀流の可能性と、どこまでやれるか?頑張ってみようと思った次第です。大したことはできませんでしたが、60名のご利用者様を見る責任の重さをしっかり感じられたのはとても良かったと実感しております。

何歳になっても、挑戦し続ける気持ちには、忘れず持ち続けていきたいですね。
(白鳥たか子)

おいらーく

11月行事内容と12月行事予定

令和3年12月行事予定

令和3年11月行事内容とイベント風景

令和3年
12月行事予定

令和3年
11月行事内容とイベント風景

せんり
○クリスマス会

うらら伏古
○23日 年忘れうらら映画祭

えくぼ東雁来&
ココ東雁来式番館
○クリスマスレク

えくぼ元町&
ココ元町
○クリスマスパーティ

えくぼ&
ココ元町式番館
○クリスマス会

銭函お散歩カAFE
○4日・18日 趣味の会
○7日 認知症カAFE「オレンジカAFE」
*12月27日～1月10日まで
お正月休み

ココ輝楽
○とくし丸 訪問食品販売
○誕生会

○リハビリ
○職員研修




○17日 うらら温泉足湯巡り



○レク風景～



○4日 焼き芋会



○11日 おにぎり、にぎりませんか



○6日・20日 趣味の会
○9日 認知症カAFE「オレンジかふえ」
○14日 老人会たすけあい運動
～音楽療法
○24日 地域多職種交流会



○とくし丸 訪問食品販売
○誕生会
○訪問理容
○避難訓練



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。