

星の夢百聞

第234号

発行日 2025年8月1日

発行 株式会社 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

NEW

訪問介護
事業所

リ・ボン(再生)から1年後の報告!

ヘルパーステーションリ・ボン 只今絶賛スキルアップ中です

新リ・ボンになり1年が経ちました。職員は研修やイベント企画に大忙しですが、自ら率先し行っており、日々成長が見られています。(白鳥・道下)

身体介護でうちに訪問し、移乗やパット交換等を2名で支援に入っている利用者様がいます。やればやるほど難しさも変わり、事業所に戻ってからも、話し合いや勉強会が行われます。日々勉強の毎日です。



どのやり方がベストかな?

巻き爪の爪切りが出来ない為、爪の専門の事業所を探しました。足の爪の専門家が高齢者施設や自宅を回っていますとの事、電話でお話を伺い実際に、体験会を開いてみることにしました。資格も取られ、専門の器具で丁寧に爪を削っておられました。利用者様は、綺麗になっていく爪を見ながら嬉しそう。女性は、いくつになってもきれいになることに食欲です。(笑)



爪の悩みも解決! スッキリキレイ!



4チームに分け、毎月の研修や行事をチームごとで担当します。7月～はBチームが担当。所長のチームですが、リーダーは寺澤さんです。8月始めに夏祭りを企画しています。趣向を凝らし皆さんに楽しんでもらえるように美味しく楽しくをモットーに頑張っております。お楽しみに!



夏祭り準備真っ最中!
みんなであそびましょう!

外部研修・自己学習(レポート提出)が義務づけられています。外部研修「認知症の勉強会とタクティカルケア研修」の案内です。3名が参加予定で行ってきます。このように、地域の公民館や病院での研修、他事業所にも足を運び色々な研修に参加しています。良かった研修後は、伝達研修もすることになっています



更なる技術向上のため、日々勉強です!



生まれ変わったリ・ボンをよろしくお願いします!



認知症カフェ

銭函お散歩カフェ活動報告

「オレンジかふえ」

「オレンジかふえ」って？

皆さまこんにちは！今回はおさんぽカフェで毎年開催している認知症カフェ「オレンジかふえ」について活動の報告をさせていただきます。

初めてオレンジかふえを開催したのは平成30年でした。同年に小樽市が認知症カフェの公募を開始し、居宅介護支援事業所ケアプラン銭函として応募したのがきっかけです。それから毎年恒例行事として開催してきました。初回から数えて今年で8回目になるんですね。振り返り改めて結構長いことやっているんだなと実感しました。その中でコロナ感染症が猛威を振るい中止を余儀なくされたこともありましたが、参加者が思うように集まらない時期もありました。チラシを回覧板に入れてもらうなど地域の方にも協力いただき、今では毎回20名ほどの参加者にぎわうイベントに成長できました。

音楽を楽しむ「オレンジかふえ」

オレンジかふえおさんぽカフェ店にはコンセプトがあります。それは「音楽を楽しむ」ということです。毎回活動にご理解いただく講師の先生たちに講演を依頼。音楽療法や演奏会を中心に企画をしています。去年は年5回開催。音楽療法は全3回、演奏会が2回です。どれもみなさん楽しそうに参加されていました。特に6月、10月に開催した「音楽に合わせてリズム体操」は近郊の高等支援学校の生徒さん2名も参加し歌って踊って大変盛り上がりました！！

そして年度最後の締めくくりは「二胡の演奏会」。初回開催から毎年恒例となっています。二胡の繊細な音色がしっとり会場に流れます。感動して涙ぐむ方もいらっしゃいます。「またやってね」「毎回楽しみなの」とお客様からも好評です。

中々出かけられない方たちにも

また、オレンジかふえは普段外出できない施設の入居者様や在宅の認知症の方、そのご家族にも参加していただけるよう配慮しています。車いすでも、歩行困難でも認知症でも、年に数回楽しいイベントに参加することで人生に前向きになったり楽しさを味わうことで幸せになれると思うのです。

「オレンジかふえ」って？

認知症カフェとは、認知症の方もそれにかかわる方も一般の方も障壁を乗り越え、一緒に楽しむことができる時間的なカフェです。おさんぽカフェ開業当時はおさんぽカフェ認知症カフェと誤って認識されていました。

おさんぽカフェは地域サロンで地域の方に開放している普通のカフェです。認知症カフェ「オレンジかふえ」はおさんぽカフェの場所を借りて年5回時間的なカフェとして活動しているのです。なので、その時だけは特別に居宅ケアマネ全員がスタッフとして参加していますし、ボランティアさんも増員しています。職員も準備は大変だけれどもみんなで作り上げている実感、終わった後の達成感、充実した時間を満喫できています。

今後も様々な活動を続けていきます！

今年もまた年5回の予定でオレンジかふえを開催します。1回目は6月30日に開催、21名の参加で音楽療法で会場は盛り上がりました！

今回は8月5日です。この回の企画は鍼灸師の先生に講演いただきます。音楽とは少し離れますがたまには良いかなく、普段悩んでいる腰痛や肩こりの解消方法などを伝授いただく予定です！介護職の方必見かもしれませんね。

という具合に毎年毎年積み重ねて早8年目。次年度もおそらく開催すると思います。市役所の担当者からも活動については一定の評価を頂戴しており、開催時の様子の写真など会報誌や研修材料に使わせてほしいと依頼されます。どうぞどうぞ、オレンジかふえを通しておさんぽカフェをどんどん宣伝してくださいね！という気持ちで協力させていただきます。

おさんぽカフェも開業から8年です。やっと地域に定着し地域の方に認識されて来たなという実感です。これからも地域ニーズを拾う場所としても重要な拠点となるよう頑張っていきたいと思えます！これからもおさんぽカフェを宜しく願います！（菅原）

音楽が好きな人は遊びに来てくださいわ！



夏の
行事報告

〈介護付有料老人ホーム せんり〉

屋内でできる楽しい取り組み

今年も北海道とは思えないほどの異常な暑さが続いており、毎日のように体調不良者続出のニュースを見かけますが、皆様は体調を崩されてはいませんか？外出も危険なほどの暑さが続いておりますので、今回はせんでいで行った屋内イベントの一部をご紹介します。

一つ目は入居者様の有志活動「北斗七星」について。歌を歌う事が大好きな方々が集まって念入りの練習を重ね、誕生会等の行事の時に、その美声を披露して頂いています。ソロやハモリもあり、毎回異なる選曲で、懐かし歌に心躍らせている入居者様も少なくありません。

二つ目はみんな大好きお祭りの報告です。厨房職員が札幌祭にちなんで、お祭りランチを提案。保育所ドリームの子供たちの可愛らしい甚平姿と共に、目の前で焼き立ての焼き鳥やフランクフルト等を楽しんで頂きました。体調が思わしくなく数日食べられずにいた方も、この時ばかりは目を輝かせて、普段では食べきれないであろう量を平らげていらつしやいました。

他にも、併設の

えくぼと一緒にデコパージュ（コップに絵付け）や、押し花での創作活動等を行い、笑顔の日々を過ごして頂いております。

(本間)

屋台メニューで祭り気分！



北斗七星打合せ中！



デコパージュ私のカップ



押し花創作押し活☆



＼みんなでワイワイかるた大会！／



真剣勝負…！



学生さん達の素敵な笑顔に元気をもらいました！



楽しくてあっという間の交流タイムでした！



〈グループホーム 夢〉
学生さんと楽しい交流会

毎日暑い日が続いており、バテバテの日々ですがグループホーム夢の入居者様は「冷房反対！」運動を開催しております……。

そんな猛暑の中、今年も近隣中学生が4日間、訪問してくれました。輝く若さに見惚れ、「昔はわたしも若かったよ」と昔話に花が咲き、「ボーイフレンドは5人いて、お父さんはその中の一人だったよ」などご主人との馴れ初めを話したり、いつも職員しかいない空間に若い子が入ると、雰囲気もパツと華やきますね！

学生さんとは昔懐かしいおはじきやおりがみ、定番のトランプ、風船バレー、カルタを始め学生が用意した手書きの塗り絵やクイズ大会などが行われました。

おはじきは昔遊んでいたのですね、弾く指が我々素人とは違い…小指でおはじきの間に線を引き、親指でピツと弾く…真似をしてみました、そうそう飛ばすことはできませんでした。沢山笑い、たくさんおしゃべりをした時間でした。

残念なことに最終日は酷暑で、外を歩くことが危険という気温だったため中止になってしまいました。冬も、そして来年も…学生さんとの交流をみんなで楽しみたいと思います!!(中島)



DT \ Diversional Therapy / (ダイバジョナルセラピー) 活動報告!

食事中に足が床につかない利用者様の為に足台を用意しましたが、高さがあった為、足が上がり過ぎてしまい切っ
て短くすることになりました。職員がやれば直ぐに完成しますが、木工所に勤めていたS様に声掛けをし1階の
えくぼまで出張して来て頂きました。

1.

早く引き受けて
くださったS様



2.



切れ味が良くないな...

切

って頂きたい長さをお伝えすると定規とペンを持って直ぐに長さを測り初めておりました。手際よく4本の脚の着る長さを測り終えておりました。周りで見えていた職員も「凄いね」「任せてよかった」とこの工程で言われておりました。

慣

れた手付きで色をつけた部分にノコギリを合わせ切り始めております。切り始めていくと、「ノコギリの刃の部分がダメになっているから切れないな」「疲れるな」と話しますが、「なんか油ないか?」と話され、食用油をペーパーに沁み込ませて渡すとノコギリに塗り滑りを良くするのに使用しております。

4.

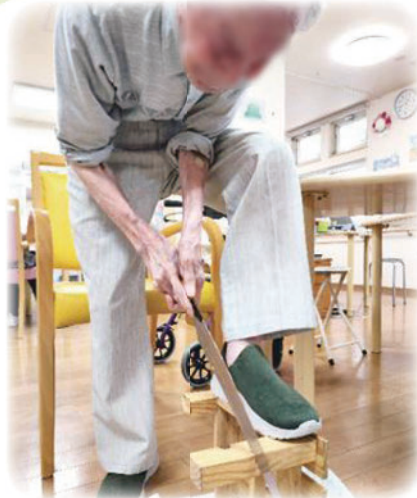
\ S様に選んでいただきました /



一

緒に買いに行く約束をしていたのですが、「いやいいよ、買ってきて」と購入しに行くことは叶いませんでしたが、何種類か写真を撮りそこから選んで頂こうと思い5種類のノコギリの写真を見て頂き一番右の赤枠のノコギリを選ばれたので購入しております。

3.



油を塗って再チャレンジ!

油

を塗って滑りが良くなったノコギリで今度は立ち上がり足で押さえて切り始めました。滑りも良くなりあっという間に2本の脚を切る事が出来ました。残り2本あるのですが、「疲れたな」と話すので、止めて頂きました。

5.



新しいノコギリは
切れ味抜群！

購

入してきたことを早速お伝えしご本人のお部屋で切って頂きました。「切れ味が違うね」「前よりいい刃」など笑顔を見せながらも、刃先に集中して取り組まれておりました。その姿はまさに職人としての姿そのものだったと思います。ノコギリの切り方で水平に切っていくのか、斜めで切っていくのか尋ねると「いやどっちでも問題ないよ」とのこと。「人それぞれだ」と答えて頂きました。両方の脚を切り終え満足した様子でした。

6.

完

成した足台を必要としていた利用者様の元へ持って行き、その日の夕食から使用して頂きました。足をのせた時のバランスや足の上り具合などを確認し「良いねこれ！」と満足して頂けた様子でした。食事中も特に気になる事はなかったようで、その旨を S 様に伝えると「そうかい！」と喜ばれておりました。

ベストなサイズで利用者様も大満足！



今回の DT 活動報告のまとめとして

- ① S 様へ足台の脚を短くして頂きたいという目的ができ、木工所で勤めていて職人として行って頂く意味も明確に出来た。
- ② 新しく購入するノコギリを S 様にチョイスする機会を組み込んだ。
- ③ 五感に訴える要素も組み込んだ。
視覚 どの長さに切るのか、切っているときの動きなど **聴覚** ノコギリで気を切っている時の音
触覚 ノコギリを握った時 **嗅覚** 木の匂い、木くずの匂いなど 味覚…今回は実行できませんでした。
- ④ S 様から「やるよ」「これないか？」「あれないか？」と発言あり、楽しんでいた。
- ⑤ この活動がきっかけとなり、1 階に自主的に降りてくることが増えたこと

これぞ DT。ダイバージョンできたと感じました。(えくほ：佐藤)

DT 委員長から



DT は「ご自身のやりたいこと」をプログラムに取り入れるのが基本になります。職歴に着目し、「木を扱う作業なら意欲をもって参加していただける」と予測を立てアプローチしたのが良かったのではないのでしょうか。

ご本人の出来る作業が多くあった(難易度設定)・日を跨いで作業をした(継続性)・刃物を使用することを容認した状況もご本人の満足度を上げるポイントになったと思います。(岸本)





研修会などで学んだ
有益な情報をご紹介します！

朋ちゃんコラム

第13回

暑い日が続いていますね、慣れない猛暑に体が追い付きませんが、何とかこの夏を乗り越えましょうね。

先日研修で「アンコンシヤス・バイアス」＝無意識の偏見について学びました。「男の子は泣いちゃダメ」「女の子はおしとやかに」「見た目が派手な人は性格も派手」そんなふうな、日々の生活の中で知らず知らずに生まれる「思い込み」。これが「アンコンシヤス・バイアス」です。

どれも悪気はなく、日常のなかに溢れています。でも、その先入観が、相手や自分の可能性を狭めてしまうことがあるのです。職員同士でも「若い職員は責任ある業務にはまだ早い」「ベテランだから感情を表に出さない」など、知らずにバイアスが働くことがあります。でも話し合ってみると、全く逆な場合もあります。それぞれの強みも違っていています。無意識の偏見について「私は大丈夫」「私は問題ない」と思い込まずに「あるかもしれない」と思うことが何より大切。「無意識の偏見」の存在を認識し、自分自身のバイアスと少しずつ向き合う。そして、相手が持つアンコンシヤス・バイアスも認識して少しずつ寄り添う。それが大事です！

無意識の思い込みは誰にでもある自然な反応ですよね。私はこんな傾向があるかな、と意識してみると気づきが生まれ、少しだけ視点を変えてみることで、人との関わりはもっと温かく、柔らかなものになります。思い込みより「話してみよう」「試してみよう」の一步が日常に小さな変化を起こすかもしれません。キラキラ！という研修内容でした！

私も三姉妹の子育てで得た教訓は「思い込みほど当てにならない」ということ。長女は几帳面、次女はバスケ命、三女はギャル予備軍。私は「うちの子はきつとこうするだろう」と思っては、三姉妹の予測不能な毎日を前にして、そんな先入観はあっさり崩壊しています。振り返れば、育児とは親のアンコンシヤス・バイアスとの闘いだっただけ。今では三人の生き様こそが、私に柔軟さと学びをくれる最高の先生です。前向きに★(小林)

第117弾

ドラムす子でバチ当たり人間のよもやま話



長嶋茂雄の盟友であり良きライバルでもあった王貞治氏はこの度の訃報を受け「長嶋さんは特別な存在でした。プレーだけでなく、人となりというか、ユーモラスな部分があったし、明るいし。長嶋さんなら何でも許される、不思議な存在でした」と語っている。おっしゃる通り、長嶋さんだからすべて許されるのだ。新人時代ホームランを打ち感動のあまり一塁ベースを踏み忘れてアウトになったことがある。「うれしくて頭が真っ白になっちゃった」長嶋さんだから許される。対戦中、四球敬遠されるとわかった長嶋さんは3球目バットを持たずに打席へ入り素手で構え抗議する。試合後に「敬遠は嫌いでした。お客さんはバットを振るのを見て来ているんだ」ところが監督となって松井秀喜選手と本塁打王を争っていた相手選手に対し敬遠を指示。マウンド上で上原浩治投手は涙を流し悔しがった。長嶋さんだから許される。

試合観戦に息子・一茂をともなつて後楽園球場へ向かった長嶋さん。一茂を横に座らせ自身は試合に没頭。試合を終え帰宅すると妻・亜希子さんに「一茂は？」と聞かれ、そこでやっと息子を球場に置き忘れてきたことを思い出した。一茂は幸運にも審判室で保護され大事に至らなかった。長嶋さんだから許される。

選手時代も監督時代も新幹線移動が多かった。あらかじめ切符を渡されるが、長嶋さんは何故か紛失してしまうのだという。マネージャーが見るなか切符も出さず「長嶋でーす」と言つて改札口を通過する長嶋さん。駅員も何も言わなかったらしい。許される。

学生時代。英語の先生が「アイ・ラブ・イン・トーキョー(私は東京に住んでいる)の過去形は？」と質問した時、長嶋さんは大マジメに答えたそう。だ。「アイ・ラブ・イン・エド(私は江戸に住んでいる)」許される。日本テレビのアナウンサー徳光和夫さんが長嶋さんを行きつけの蕎麦屋に連れて行き「ここの蕎麦うまいんですよー」「あー、そう。じゃあカツどん！」許される。「好きな四文字熟語を」と渡された色紙に「長嶋茂雄」と書いた。許される。巨人入団の契約金(今の価値にして2億円超)を貯金した銀行を忘れる。許される。

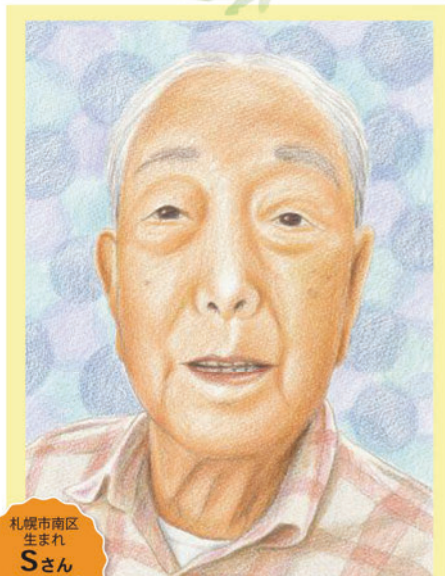
田園調布に新居を建てたばかりの時、試合後に家に電話をかけお手伝いさんに「すいません、長嶋です。僕の家どこですか？」許される。

試合前「靴下がない！」と大騒ぎ、周りの選手も大騒ぎ。「ごめん、あった」片方の足に二枚履いていた。試合後「車の鍵がない」と大騒ぎ、周りの選手も大騒ぎ。「ごめん。今日は、電車で来たんだ」許される。警備会社のCM「セコムしますか」に起用されていた長嶋さんだが、自宅が泥棒に入られる。翌日セコム株価大暴落。許される。

長嶋さんだから許される事例は枚挙にいとまがない。それはすなわち万人に愛されている証でもある。これほど親しみのあるスーパースターは他にないだろう。巨人軍ではなくあなたこそが永久に不滅です。「何事もあきらめるな！いいか！人生はギブアップだ！」長嶋さんだからやはり許される……とほほ。(蓮川)



人間万事塞翁が馬



札幌市南区
生まれ
Sさん
2025.7現在
97歳

似顔絵作：松田 郁美

好きな曲は…
「さざんかの宿」
大川 栄策



昭和3年3月27日（97歳）Sさんは三男三女の御兄弟の中で男子の三番目として札幌市南区に生まれ、幼少期は戦時中という事もあり一学級60名という環境で学ばれ「当時は配給で物もない・食べ物ない。芋ほりばかりしていたよ」「先生が怖くてねー授業中ひそひそ話をしていたらチョークが飛んできたり、本の背表紙で頭を叩かれたり、平手打ちされたりしたよー」と懐かしそうに話していました。

談を教えて下さいました。
終戦後17歳で札幌に戻られ事務機屋の技術・営業職として就職され、軍需工場で磨かれた高い仕事をされていたことでした。また厳しい事も沢山あったが、時折慰問でプロのギターの弾き語りが訪問されてとても楽しかった。と思い出を語って頂きました。そして職場で出会われた女性と30歳で結婚され、一男を設けられ、定年まで就業されておられました。
退職後奥様が倒れられ、6年間病院で闘病されたとの事で、闘病期間中毎日お見舞いに行かれ奥様の清拭を行われたりされたそうです。そのお見舞いを繰り返される生活の中でも持ち前の社交性を発揮され、奥様の同室に感情の薄い患者が居た際には布団の隙間から人形でコミカルな動きを見せ笑顔を引き出されたり、車椅子の空気が低い患者様には空気をいれてあげ、談話室で他の患者やお見舞い客と相撲を観戦し仲間を作られていたとの事で、主治医の先生から「同室の〇〇さん、Sさんと離れるから部屋移動いやって。Sさんのお陰で楽しそうだもんね」と言われた事もあるそうです。

それから紆余曲折あり令和4年にうらら伏古に入居され、行事や日常生活を楽しまれる中で、職員や入居者様に忌憚なく声を掛けられ今迄培われた社交性を発揮されております。（聞き取り：柿崎）

朝礼での素敵なお話

「家族様との関わりが利用者様の安心に。」

てんやわんや本町では、月に1度お泊りをする利用者様がいます。本町ではお泊りが出来ないの、東雁来まで移動してのお泊りになります。いつも楽しくおしゃべりをしたり、テレビを見たりとゆったりとした時間を過ごし、眠りにつくのですが。寝る頃になると利用者様が、「私の長財布ないかい？」と探し始めます。それはしばらく続き、持参していない事を伝えても「そんな訳ないよ、いつも持って歩いてるんだから」と言われます。不穏になり中々寝付けない事が度々ありました。

数日後、送迎でその利用者様のお宅へ行った際、娘さんへお泊りの様子をお伝えし、長財布を探しあまり眠れなかった事をお伝えしました。すると、「母はいつも枕の下に財布を置いて、眠るんです」と…。そこですべての行動が納得できました。いつもと同じ環境でなかった事は認知症の方にとってはとても不安な事だったろうなと。娘さんへ次回のお泊りには、長財布を持って行くことは可能ですか？と伺ったところ娘さんも「少額のお金を入れて持たせてみましょうか」と快く対応して下さいました。いつもの生活の延長にデイサービスがあり、お泊りがあります。次回のお泊りにはしっかり長財布を枕の下に置き、いつものように安心して眠れる環境を作るよう見守りをしていきたいです。家族様とのやり取りが、気付きを導いてくれた事に感謝しています。（てんや本町：水谷）

「できることが増えることで表情も明るく積極的に。」

皆さん、こんにちは、銭函デイトレセンターの山内です。昨年12月から利用を開始された方のお話をしたいと思います。

その方は、体験利用前の事前情報には「歩行器で歩ける」と書いてありましたが実際は歩行器では全く歩けなく車椅子で移動していました。運動や機能訓練への参加も最初は消極的でしたが徐々に習慣になり今年の春頃から筋力がついてきて、入浴も初め機械浴でしたが一般浴で入れるようになりました。手の届かないところ以外は自分で洗えるようになり、着脱も自分で全部できるようになりました。表情も明るくなり、職員と笑顔で会話されるようにもなりました。

毎週5回通所され、訓練の積み重ねで自分でできることが増え自信がついてきたのだと思います。この方は70歳です。人生を楽しんでいただきたいと思うので、今後もこの方の生活向上に取り組んでいきたいと思います。

（銭函デイトレセンター：山内）

おいらーく

7月行事内容と8月行事予定

令和7年8月行事予定

令和7年 8月行事予定

せんり

- 七夕
- 誕生会

うらら伏古

- 花火の飾り作り
- 誕生日会

えくぼ東雁来&
ココ東雁来式番館

- 訪問理容

えくぼ元町&
ココ元町

- 合同誕生会

えくぼ元町式番館

- (仮) 盆踊り

銭函お散歩カフェ

- 5日 オレンジかふえ
- 2日・30日 趣味の会

ココ輝楽

- 七夕まつり
- 衣類販売(さいじょう)
- 誕生会

令和7年7月行事内容とイベント風景

令和7年 7月行事内容とイベント風景

- 104歳を祝う
- 押し花教室



- 七夕の星に願いをとどけよう



- 大野さんの刻書展



- 23日 バーチャル花火大会



- アイスクリームいかがですか



- 30日 オレンジかふえ
- 5日・19日 趣味の会



- 衣類販売(マルコシ)
- 外出レク
- 誕生会



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。