

玉樹 だより

2015年7月 第33号

在宅日帰りバスツアー開催

浅草買い物 & 東京タワーの旅

～デイ玉樹、デイじゅげむ、ショートステイ玉樹～

平成二十七年五月十日、

年に二回の恒例行事となっている在宅日帰りバスツアーを開催。「一緒に旅行に行きたいけれど、家族だけでは長時間の外出は不安」との声に答え企画しています。今回の旅先は、浅草と東京タワー。ご家族様四名、ご利用者様十名様が参加されました。お天気にも恵まれ、非日常を楽しんでいただけでした。



参加者様の声

「夫婦二人だけでは不安感があり、出掛けることができないでいました。スタッフの皆様の細やかな気遣いで不安もなく、楽しい一日を過ごさせていただきました。」

次回は、一泊旅行を企画する予定とのことで、是非参加させていたただきたいと思っています。ありがとうございました。」



参加者様の声

遠方で会う機会が少なくなっていた東京に住む妹様家族と、旅先で待ち合わせ。「なかなか会えない妹とこうして会えるなんて…本当によかった」と喜んで下さいました。東京タワーで久しぶりの姉妹2ショットで記念撮影。



参加者様の声

「なかなか家族で旅行に行く機会がなく、参加できてよかったです。親子で初めての東京タワーに行くことができました。」

参加者様の声

「デイサービスで仲良くなった友達と一緒に参加できたし、すべて良かった!」



中央福祉専門学校の学生ボランティアの皆様、ご協力ありがとうございました

平成二十七年五月二十七日ボランティア感謝祭を開催しました。日頃から、イベント時のお手伝いや非日常体験のおもてなしをしていただいているボランティアの方々を招きました。そして、平成二十六年度の活動報告や、平成二十七年年度の活動計画をお伝えしました。また、何度も足を運んで頂いている方への表彰をさせていただきました。

ボランティアの方々が訪問されると、普段は見られない、お年寄

ボランティア 感謝祭

りの表情や変化がたくさんあり、とても喜んでくださっています。

ボランティアの皆様はほとんどが近隣の方々です。交流があることで地域の現状等、情報交換の場にもなっています。今後「地域の方との繋がり」を大切にし、お年寄りの皆様が充実した生活を送れるように、ボランティアの皆様の協力をいただきながら、取り組んでいければと思っています。



平成二十六年度実績
ありがとうございました



ガマ
油売



書道



門松
作り



生け
花



掃除



唄



舞踊



阿波
踊り



尺八
演奏



お茶
会



草取



スタンプラリー

紙面構成上ご紹介しきれませんでしたが、他にも、多数ボランティアさんに参加していただきました。



一緒に楽しみ隊！ ～巣鴨を満喫～



去年の冬(玉樹だより 1 月発行 31 号記載)に柚子もぎりに行った時の事、

「次はこの女子会みたいなメンバーで赤いパンツを買いに巣鴨に行きたい！」

「はい、喜んで！」というやりとりがありました。

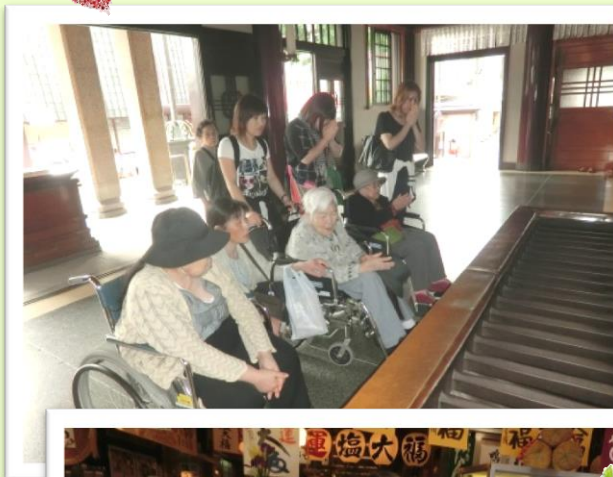
それからの半年「巣鴨へ赤いパンツを買いに行く！」を目標にしてきました。

でも時々、体調に不安を感じたり、気持ちが落ち込んでいる時には、「巣鴨までは遠いからいけないかもしれない・・・」「こんな身体じゃいけないよ」「トイレが心配だから・・・」など自信をなくしてしまいそうになる時もありました。

でもそう言いながらも、やいさんが毎日お部屋で体操したり、立ち上がりの運動をしている事を職員は知っていました。やいさんは「もっとこうしたい！歩ける様になりたい」という想いを強く持っているはず！だから絶対に巣鴨と一緒にいき、もっと自信を持ってもらいたい！と職員もサポートさせていただきました。



そして行って来ました！**巣鴨へ！**



←巣鴨にいたワンちゃんも赤い服を着ていました(笑)



一緒に、いっぱい食べて・いっぱい買い物して・いっぱい大笑いして来ました！

帰ってくると、「巣鴨に行けるなんて思わなかった」『またどっか行きたくなっちゃった♥』とやいさん！行く前よりも自信を持った顔をされていました。その後も「お洋服買いに行きたいな」「お花を見に行きたいな」と溢れる想いを話してくださり、職員も「はい、喜んで!!!」とお返事させていただきました。職員みんなが嬉しくなり、『また頑張ろう!!』というパワーをもらいました。

これからも、ひとりひとりの「こうしたい！」を引き出せる様な関わりをしていけたらいいなと思います。

～祭りを満喫～

7月25日、今年も八千代町の夏祭りを、お年寄り・ご家族様・職員みんなで一緒に楽しみました！
御神輿や阿波踊りを観ていると、自然とカラダ☆ココロが動いて笑顔もたくさん溢れていました。

玉樹内でのイベント

夏菓子バイキング・たこ焼き・お菓子
つめ放題を思いっきり楽しみました！



毎年楽しみな
玉樹オリジナルの
祭りTシャツです。
今年もカワイイ



八千代町のお祭りへ

普段は汗をかくということが少なくなっているお年寄りですが、「暑いな～」と額に汗をかきながら、しっかり『夏』を感じていただけました！

＼カンパ～イ！／



今年もたくさんのボランティアさんにお手伝いしていただきました。ありがとうございました。





食事スター ～八重樫ケアワーカーの想い～

ちらし寿司が食べたい！

美味しいよ～



ちらし寿司&けんちん汁セット！

本人様の「食べたい物」をリクエストしていただいたり、また、「季節のもの」を味わっていただけるように、月に1回食事作りをしています。皆さんの喜んでる姿を見られるのが一番です。これからも、皆さんの楽しみに繋がるような食事作りをしていきたいと思ひます



①



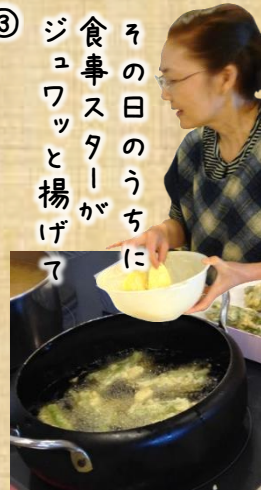
畑でインゲン豆と枝豆の収穫！

②



筋取りもお手伝いしていただき

③



その日のうちに食事スターがジュワッと揚げ

収穫の料理まで皆で力を合わせて作った新鮮&旬なインゲン豆の天ぷらの味は：格別でした！



出来上がり！

盛り上がった夜

やっぱり夏は祭りでしょ！

祭りでしょ！

七月十八日

高野地区のお神輿が

玉樹に来て下さいました。

ショートステイのご利用者様も

夕飯後みんな外へ…。

テラスで待っていると

お囃子の音が近づいてきます。

お神輿が見えると、

手叩きが始まり…

掛け声が段々

大きくなりました。

目の前で見る迫力ある担ぎに、

とても喜ばれておりました。





eee 玉樹オリジナルレクリエーション 「曜日対抗戦!」

デイ玉樹では、毎月違うレクをオリジナルで企画しています。今回は、レク作りで大切にしていることをご紹介します。

一番大切にしていることは？

「生活動作を意識」しながら楽しむ!

在宅で生活していく上で必要な動作を取り入れることで、ご自分でできることを継続できるようなレク作りを意識しています。例えば、目の動きを意識して視野を広げることで、転倒予防に繋がったり、指先や腕の筋力・動きを意識することで、ズボンの上げ下ろしができ、自分でトイレに行けることを継続できるように等です。

また、やらされ感があったり、楽しめないレクを行っても得られる効果が半減してしまいます。「楽しい!」と思っている時に脳から分泌されやすい幸せホルモン「セロトニン」は、不安やストレスを軽減させ、心を安定させる働きもあります!「どうしたら楽しんでもらえるか?」を意識しています。

「曜日対抗戦&個人戦」で楽しむ!

曜日毎のチームで合計点数を競う「曜日対抗戦」。個人毎にも点数がつくので、皆さん「負けたくない!」という気持ちから、集中力がアップしたり、普段は見られない力がでたり、イキイキした姿がみられ、盛り上がっています。

「季節感や雰囲気」で楽しむ!

季節にちなんだ内容や音楽で、雰囲気作りをすることで、季節を感じながら楽しんでいただけています。また、昔話(季節の行事)に発展したり、会話も活発になっています。

6月 部屋干し大作戦!



5月 鯉のぼり 釣り



7月 願いよ届け!セタゲーム



2015/07/13



じゅげむの足湯はどんなところ！？

前回の玉樹だよりで紹介させていただいた、足湯の最近について紹介します。



★一般的に足湯の良いところは…

- ・服を着たまま、手軽に入れる
- ・むくみ、冷えの改善、足の疲れがとれる
- ・足を温めると、体全体も温まり全身の血行が良くなる（冷房による冷え対策にも）
- ・足だけなので、心臓などの内臓に負担が少なく高齢者にも安心

じゅげむでも、上記のような「身体的効果に繋げる」という目的も意識して、声掛けしていますが、一緒に足湯に浸かりお話をさせていただいていると、ご利用者様にとってじゅげむでの足湯は「〇〇〇なところ」になっていると感じています。

♥ 緊張をほぐすところ

初めて通所されるご利用者様は誰しも不安で緊張され、初日はなかなか打ち解けるのは難しいですが、足湯に場所を変えたり、少人数になることで一気にリラックスされ会話が弾む方もおられます。



友達と過ごすところ

リビングでは 10 名前後で過ごしていますが、気の合うお友達同士 2～3 人で足湯に浸かり、コーヒーを飲みながら、他愛のないおしゃべりをする午後の定番の過ごし方となっております。



旅行気分になれるところ

高齢になると、旅行に行く機会も少なくなりがちですが、季節ごとに趣が変わる風景を見ながら、温泉街などに行かないとなかなか入る機会がない足湯を体験することで、旅行気分を楽しんでいただいています。



これからも、身体にも心にも良いところになるよう、足湯を活用していきたいと思います。



今年度の取り組みとして
プロとしての事業所の力を
最大限に引き出せる
チームを作る！
という目標に向けての第一弾

サービス担当者会議の 勉強会を開催！



今までケアマネの研修等でも、サービス担当者会議の進め方については何度も講義を受けたり、ロールプレイを行ったりしてきましたが、実際にはしっかりと会議が行えているのかという不安もありました。そこで、サービス担当者会議の勉強会を開催し、今まで参加した講習等の資料を参照しながら、サービス担当者会議の目的や意義・流れを再確認したり、自己点検チェック表で日頃の業務の振り返りをしました。

すると、課題が見えてきました…



ご利用者様やご家族様、各事業所にとって意義のある会議の進め方を出来るようになるためには？



どのように会議を進めていけば、ご本人様やご家族様、各事業所スタッフが意見を発言しやすいのか？



目的を共有し互いの役割を明確にすることで、各事業所の力を最大限に引き出せる会議にするには？

課題はいろいろありますが、まずは下記を意識し会議を進めていこうとおもいます。



始めに会議の目的と会議時間をしっかりと参加者に伝える。
話の内容が目的からそれた場合は、それを軌道修正することも意識！

各サービス事業所の役割がきちんと伝わるように、
記録は、サービス担当者会議要点の結果に「簡潔明瞭
に分かりやすく」記載する！



現状の確認を行い、**ご本人様にとって今1番大切なことは何か？**
必要なことは何か？そのために何が出来るか？何をすればよいか？を
しっかり話し合い、目標の共有ができるように心掛けていきたいと思います。