

# ひなたぼっこ通信

2018年  
8月号

## ケアハウスから

### 「ひなたぼっこ大運動会」2階

6月28日、ケアハウス初めての2階フロアです。1か月も前から、利用者様の手作り万国旗が飾り付けられました。レクリエーションの時には花笠音頭を練習して、雰囲気盛り上げてきました。そしていよいよ当日。利用者様も職員も気合十分で、10時スタートの予定でしたが、皆さんの熱気で30分も繰り上げてのスタートとなりました。

#### 競技の内容は

- ①大玉を全員で送り、速さを競う「大玉送り」
- ②コップをピラミッド状に積み上げて、速さを競う「コップタワー」
- ③新種目の「太公望」 などなどでした。そのほかにも、利用者の皆様と職員と一緒に踊り、心が一つになった「花笠音頭」や、紅白の応援団長による「応援合戦」なども盛り上がりました。

特に盛況だったのは太公望でした。それは、1〜6までの数字が書かれた紙が入っている袋を釣り上げ、その合計点数を競うというものです。速さではなく、点数が重要です。「釣りは得意だったから負けないぞ。」と気合が入る利用者様は、さすがに1番早く釣り上げられました。書いて

る点数は1点！笑いながら、がっかりされています。対する釣りの初心者の利用者様は釣ったのは最後でしたが、点数は6点。お見事！審判が点数を発表すると歓声上がる応援席でした。競技に参加された方も、応援された方も一緒に盛りがった競技でした。

運動会の後、利用者様から「今日は楽しかった。みんなで大声を出したり拍手をしたり、普段できないからね。来年も参加したいね。」と言っていたきました。何よりの喜びです。

1・2階の職員が、運動会という目標に向けて、一致団結し、協力し合えたことが、利用者様の沢山の笑顔につながったのではないかと思います。これからも利用者様から笑顔をいただくために、ケアハウス職員一同頑張ります。(一)



## 「この夏の猛暑にクタクタ、、、、」1階

毎年地球温暖化に伴い、特に今夏は不安定な時期になっています。毎日テレビでは熱中症で〇〇夫婦死亡又屋外で運動中救急搬送などと、この暑さを伝えたい日はありません。今年は梅雨明けも6月中旬で例年より一か月早く夏が来ました。よくエアコンは28℃設定と言いますが、それは少し違って来ている様です。地球温暖化を見据えた温度設定ではないという記事を見た事があります。今のエアコンは26℃〜27℃設定となっており体感で28℃となっています。設定の28℃はずいぶん違います。

しかし、お年をとって見える方は寒さを感じますが暑さを感じません。「寒い寒い」と言っても何枚も重ね着、エアコンはつけず「トイレが近くなるから」と水分は控え目。そうして毎日過ごしています。身体が反応しないので無理もありません。そこで私達職員の温度管理が大切になってきます。温度、湿度計が至る所に置いてあります。湿度70%を超えるときはキケンゾーンです。皆様十分に気を付けましょう。

固い話が続きましたが我が家も猛暑という患者にやられています。この暑さで連日の食欲のなさ、そして夕食はソーメン、冷やし中華をスリリと食べやすいものになっています。これでは夏は乗り越えられるのか？豚肉は疲労回復にとても良い食べ物です。そして大切なのがミネラル、塩分(麦茶も良いみたいです)我が家もあと一か月足らずの真夏を乗り切りたいと思います。Fight!!(お)

## 宅老所から

### 「ボランティア演奏会」

平成最後の夏。真夏日、猛暑日、異常気象：毎日のようにこんな言葉を耳にし、冷房が手放せない日が続いています。外気温と室温の差が大きくなると体調を崩しがちになるので皆さん気を付けましょう。

そんな暑い中、宅老所ではリコーダー演奏のボランティアの方々に来所していただきました。歌や楽器演奏が大好きな利用者様がたくさんいるので、大中小、様々なリコーダーの美しい音色に皆さん聞き入っていました。楽しそうに手拍子をしたり、知っている曲になると一緒に歌ったりと、あっという間に楽しい時間になりました。

最期は全員で「ふるさと」を大合唱！皆さんとても喜ばれ、暑さも忘れるくらい素敵な時間を過ごす事ができました。



## グループホームから

### 「初めての訪問歯科」1階

今月、初めてグループホームに訪問歯科の先生に来ていただきました。最近、口腔ケアの重要性がクローズアップされています。口腔ケアをすることが、様々な病気の予防にもつながるため、私達の施設でも、ぜひ導入したいと思っていました。それが今回実現しました。今回は、ご利用者様の口腔ケアが主でしたが、これからさまざまなアプローチをして頂きます。あるご利用者は、「とても丁寧に診てくれて良かった。また来てほしい。」とおっしゃってくださいました。これからも、ご利用者様が喜ぶケアを新たに開拓していこうと思えます。

### 「大人気・綾小路きみまろさん」

#### グループホーム2階

利用者様の日々の記録に「iPad」端末を使用していますが、「iPad」で「YouTube」の動画を見ることが出来ます。多岐にわたる動画がアップされていますが、2階の多くの利用者の方に、綾小路きみまろさんの漫談が大人気で、その独特な語り口にひきこまれておられます。また、「YouTube」には利用者の方が若いころ聴いておられた当時の歌がアップされており、懐かしさもひとしおのようです。「どうして、こんなにいろんなものが見れるだい、インターネット・・・便利なもんだね」と感心されておられます。

す。そして、今日も綾小路きみまろさん・・・です。

おくさま！あれから40年！昔は良かったわね！



### 放課後等デイサービスから

「夏休みが始まりました！」

夏休みが始まりました。分水旅館の敷地にある借家場所を移しての放課後等デイの活動を初めています。理事などみなさんの協力で庭に4メートルのプールを設置しました。予想通り、子ども達には大好評です。午前中はお出かけをしているので、昼食後が「プールのタイム！」です。水鉄砲で支援者にめがけて水をかけ、「あはは！」と大笑いしたり、豪快にざばーっと水に頭から入ってみたり。夏はやはり、プールに限りますね。夏休みの詳しい報告は次号で。

理事長 森 正明

T 399-0211

富士見町富士見11650-1

TEL 0266-61-2335

FAX 0266-61-2336