

愛老園だより

第 99 号

一 発 行 一
社会福祉法人 三友会
伊勢崎市太田町686
☎0270-23-2277



文京区小石川後楽園

写真提供：仙波 久様

ツツジ三姉妹とブルーベリー

伊勢崎市社会福祉協議会会長 久保田勝夫

伊勢崎市の花は、長い期間楽しめるように複数の花が選定されています。ツツジは春、サルビアは夏から秋、キクは秋、スイセンは冬から春にかけて咲き、四つの花を合わせれば四季折々に花を楽しむことができます。我が家も、沢山の花木を植えて四季の花を楽しんでいます。

ツツジは、趣味の山登りの際、山肌や登山道脇に咲き誇るさまに魅了されて、庭にアカヤシオツツジ、アズマシヤクナゲ、ミツバツツジを植えました。春を迎え最初に咲くのが、アカヤシオツツジです。花弁は大きくて薄いのので、風に揺れると蝶のようです。又、葉が出る前に咲くので、桜のように春を感じさせてくれます。アズマシヤクナゲは、大きな真紅の蕾が咲くと淡い色に変わります。色の変化と豪華な花弁が、この花の魅力です。

ミツバツツジは、蕾から花に変わっても、色の濃さを変えずに咲き続けます。花数が多いので、我が家の庭を賑やかにしてくれます。花が散ると、名前の由来でもある三つの葉が出てきます。

ツツジ三姉妹のピークが過ぎると、同じツツジ科ですが、花の形の違うドウダンツツジとブルーベリーが咲き始めます。

ブルーベリーは、可愛い釣鐘形の花を咲かせて、蜂などにより受粉をして、初夏には大きくて甘いブルーの実を沢山付けます。

ブルーベリー園は、暑い日差しに大粒の汗をかきながら、摘み取る子らの声で賑やかになります。

(家の中に込もりがちな日々がつづいています。あたたかく気持ちのいい季節になりました。気分転換しながら、コロナを乗り切りましょう。)

次の方から
ご寄付を戴きました。
厚くお礼申し上げます。(敬称略)

愛老園

(令和3年7月3日
令和4年4月5日まで)

- ・安堀町区 区長 小島直一郎
- ・市内今井町 大島 智子
- ・前橋市総社町 小畑 博子
- ・市内中央町 岡田 武夫
- ・〃 連取町 武田 邦子
- 〈物品〉
- ・さいたま市浦和区 岩上 哲也
- ・市内堀下町 稲庭美智子
- ・〃 曲輪町 神谷久美子
- ・〃 豊城町 浅香 友美
- ・〃 連取町 原 文子
- ・東京都北区 大木 和子
- ・市内三光町 松崎 和男
- ・〃 喜多町 丸橋 幸子
- ・〃 波志江町 高橋 亮也
- ・高崎市下齊田町 細井 雅生
- ・市内宮古町 宇野 正信
- ・〃 日乃出町 高橋 詠美
- ・前橋市西片貝町 橋本喜久江
- ・市内本町 高橋 政江
- ・〃 連取町 大嶋 秀文
- ・〃 太田町 井田喜枝子

うぬきこども広場

つながりを感じて

新型コロナウイルス緊急事態宣言の期間、子ども広場も、やむなく中止という対応を取りました。子ども達は元気であるだろうか、働くお母さん達は、ちゃんと休めているだろうか。心配と不安が募ります。

子ども広場で出会ったお母さんもお父さんも、みんな働き者で一生懸命です。

「少しでも休ませたい。」

そんな気持ちで、配達はできないけれど、作った夕食を取りに来てもらうことにしました。

わざわざ取りに行く手間を考えたら、作って食べた方がいいと、誰も来てくれないかもしれないし、それはそれで仕方のないこと。しかし、みんなわざわざ食事を取りに来てくれました。元気な声に安心しました。

つながっていました。
(たくさんの方々に応援いただきましてありがとうございます。)

責任者 福島 澄江

"愛老園も" 人生100年時代

愛老園に入所して生活されている70名の中で、100歳以上の方が、105歳(2名)を筆頭に今年5名になります。車椅子をご自分でこいで園内を移動される方もいらっしゃいます。食事もちろん召し上がっています。

長寿の秘訣を伺ったところ、

「ごあね……。それより、私だけ忘れられちゃったんだよ。お迎えを。」と、笑いながら元気に

お答えいただきます。周囲を和ませてくださいます。



編集手帳



新型コロナウイルスからなかなか解放されません。お互いに感染予防で協力し合っていますが、今も制限された生活が続いています。貧困や気候変動など、人類全体の協力が欠かせないときに、世界では大きな争いが終わりません。平和な社会をありがたく、大切にしながら、共に生きることを考えていきたいと願います。



105歳の春

力を合わせて「鬼は外、福は内」

防災訓練

頑張っている方々とともに



地域共生社会の一員として

みんな元気で明るく、楽しく、安心して生活している。これが地域共生社会の目指すところです。

地域共生社会では、一人一人の生き方や生活が尊重され、活躍の場があり、社会に貢献しながら支え合う中で、安心して生活できる地域がつくられていきます。

今回は、私たち(愛老園)が地域共生社会の一員となるべく、介護をしたり、されたりしながら頑張っている方々との、「共生のかたち」をご紹介します。

愛老園デイサービスセンター

「夕食付デイサービスの試み」

仕事と家庭、時には育児との両立をしながら、介護にも力を注ぎ、がんばって家族を支えている方がたくさんいらっしゃいます。仕事を終えてから一人暮らしの親のもとへ。夕食の準備と片付け、それに、食後にトイレのお世話を済ませて自宅へお帰りになる。言い表せない大変さがあります。

しかし、たとえ一人暮らしであっても、住み慣れた自宅で生活ができ、いつも楽しみにデイサービスをご利用いただいている方の笑顔がそこにあります。

私たちは、家族のために忙しく頑張る方々と、それに支えられ安心して生活するご利用者の暮らしが、このまま続いていくように、一歩踏み込んだサービスに取り組み始めました。

それは、「夕食付デイサービス」の提案です。デイサービスで夕食



個別機能訓練

一人一人の生活場面に合わせて

「これができなくなると、自宅での生活に赤信号がとまる。」

一人一人違う、それぞれの生活場面と環境をご自宅に向いて見せていただき、個別機能訓練の計画を練っています。

時には畳に階段、座椅子やコタツなどを使い、訓練室を自宅の環境に模して、実践的な訓練をすることもあります。

「自分の力でできている」という確信が、ご自身の一人暮らしを支えています。ですから、機能訓練では、気持ちの状態にも注意を払い、楽しく前向きになつていただくような声かけを必ず交えながら、訓練メニューを進めます。

一人暮らしを支える第一の要素はご本人自身の力であるという視点で、生活の中に少しでも「自分の力でできる」場面を広げられるよう、気持ちにも寄り添って機能訓練の役割を果たしたいと思えます。



シヨートステイ

「排便のケアはシヨートステイで」

介護しているご家族が介護負担を感じるものの中に、「排泄ケア」があります。

特に排便のケアでお悩みの方は多いと思います。しかも一人暮らしの場合には、排便の失敗で、ご本人の生活意欲が大きく損なわれてしまいます。

下剤等で排便コントロールされているご利用者の方については、シヨートステイご利用期間に合わせて、排便があるように調整していただくことを、ご本人、ご家族に提案しています。

排便トラブルで自信を損なってしまつ機会を減らし、また、介護されているご家族にとっては、負担の大きい介護を自宅でする機会を減らすことで、大幅な負担の軽減につながります。

私達は、排便の他に、利用中に洗濯物を済ませてお帰りのため、ひげそりや爪切りなどをしてお帰りのため、少しでもご自宅での介護負担が軽減できるように取組んでいます。



ヘルパーは知っている 長寿の皆さんに共通していること

- ① 90歳を越えるヘルパーのご利用者が増えています。10年以上前から、掃除や買い物支援などで関わらせていただいていた以来、ずっと同じサービスメニューで変化がなく、しかも、一人暮らしをされていることも珍しくありません。
- ② そんな方々の生活の様子で、共通することをまとめてみました。
- ③ 男女問わず、自炊されている。
- ④ 食欲があり、食べ物にこだわりがあって、食べるものを自分で決めていく。
- ⑤ 野菜を含めバランスよくいろいろな物を召し上がるが、意外と肉類を多く食べている。
- ⑥ 果物を食べる方が多い。
- ⑦ 領収書をきちんと自分で確認され、お金の管理ができています。
- ⑧ 自分の考えをしっかりと持ち、プライドがある。
- ⑨ 日にちを間違えない。



- ⑧ 自分の歯がある。総入れ歯ではない。
 - ⑨ 散歩されたり、自分で通院されたりしている。
 - ⑩ 自分以外の「人」への興味・関心があり、動きや髪型、服装などよく観察されている。
- 他に個別では、テレビの情報から、身体にいい食べ物を購入希望品としてお願いされたり、いつも同じ物を召し上ったりされる方もいらっしゃいます。
- ご参考に、いかがでしょうか。



地域包括支援センター宮郷 愛老園居宅介護支援事業所 男性介護者の介護教室

ご主人さんや息子さんが介護をしているケースが、このところ増えています。

私達は、男性介護者の皆さんにお集まりいただき、介護講座を3回に分けて開催しました。

講座では、介護の知識や技術などの情報を提供させていただく一方で、介護の悩みや心配・疑問などを、参加者の皆さんからお話しいただきながら、介護が必要になったご家族を、どのように支えていくかについて、ともに考える時間に重点をおきました。

参加者の方々からは、介護のことで知人や友人に相談することもないため、オムツの種類の多さや、負担のない介助方法、栄養を考えた介護食の簡単な作り方などの、情報をはじめて知ることができました。全く知らなかった施設での生活の様子も聞くことができ、将来の参考になった、などの感想が聞かれました。

時に献身的な介護への姿勢が感じられる介護者の皆さんの、男性ならではの介護と家族への思いや困難さを共有でき、これからのサービスに生かしたいと思っています。

