



ニュースレター あすか

2011
8月号

通算 221号

2011年8月1日

第57回 あすか交流会のご報告

第57回あすか交流会は、『美味しく食事を楽しむ為の、あすかでの取り組み』をテーマに開催いたしました。爽やかな風が吹く心地のよい午後、20名のご家族の方々が参加してくださいました。

今回のテーマである『食』を美味しく楽しく食べる為に、介護者にも役に立つ口腔体操や唾液腺マッサージの方法をご家族の方にも体験していただきました。

また、デイサービスセンターでの手作りおやつとソフト食(ソフト食とは、ミキサー食の前の段階の食形態で、やわらかいけれど、その食べ物の形がある、見た目もきちんとおいしそである高齢者にやさしい食事です。)の試食をしていただきました。



試食していただいたソフト食



交流会の風景

日時：平成23年5月21日(土) 13時～15時
場所：あすかホール

交流の時間では、今回初めての試みで、『娘』『嫁』『夫・息子』でのグループ分けをし、事業所のスタッフも加わりました。同じ立場ということで介護上の問題や悩みなどが共通することも多く、より活発な情報交換をすることができたと思います。私たちも皆様からいただいたご要望や悩みなどにお応えできるよう全力で取り組んでいきます。これからの多くのご家族に参加していただける交流会を企画していきます。次回もぜひご参加ください。

とても有意義な会でした。同じ立場の方との思いと関わりが、金銭の上ではなかなか行えず関わりが、あんな体たれと身が、あんなに心よくに感謝いたします。

今日出席に来て心か少し落ち着きました。自分一人では抱えている思い、今日よりは明日、又次の日は、むと、いつか来ると思、聞いていきたいと思います。

アンケートの一部をご紹介します

“ニュースレターあすか”は当法人のホームページ上でも
見ることができます
<http://www.asuka-net.or.jp>

発行元：医療法人あすか
(編集：浜本 正美・新谷 祐子)
住所：〒731-0103
広島市安佐南区緑井2丁目12-25
TEL:082-879-3143 FAX:082-879-3190

【目次】	【ページ】
1. 音楽の贈り物 第6回	2
2. 摂食・嚥下 口腔ケア委員会 第6回	
3. 夢プロジェクト	3
4. 夢プロジェクト	4
5. 園芸療法	5
6. おもしろきかな我が人生 ～松本芳江さま～	6
7. あすか高齢者相談室より シリーズ11	7
8. 若竹句会 6月作品抄	
9. あすかスタッフに迫る!	8

音楽の贈り物

第六回

あすか音楽療法の現場から「みみをすすす

日本音楽療法学会認定音楽療法士

杉丸七重

豆腐屋さんのラッパの音、金魚売りの声、さお竹売りの声……。聴こえてきたのは早朝の町角でしょうか、それとも昼下がりの路地からでしょうか？

こんな懐かしい「音の想い出」を、「利用者の方々からよく聞かせていただきますが、そんな時の皆様は、とても柔和なお顔をしていらいっしやいます。

谷川俊太郎さんの詩に、「みみをすすす」というのがあります。

「みみをすすす」

じぶんのうぶこえに みみをすすす

そのよるの みすおとと

とびらのきしみ

ささやきと わらいに

みみをすすす

こだまする おかあさんのこもりうた

おとつさんの しんぞうのおとこ

みみをすすす

みみをすすす

じゅまんねんまえの

こじかのなきこえに

ひやくまんねんまえの しだのそよぎに

いちおくねんまえの ほしのささやきに
いつちようねんまえの
うちゅうのとどろきに

きょうへと ながれこむ

あしたの まだきこえない

おがわのせせらぎに みみをすすす

(抜粋)



どれも繊細で力強い音ですね。谷川さんのイマジネーションは過去の音から垂直に立ち上がり、まだ聴こえない未来の音へも想いをつないでいます。

私達は身の周りで次から次へと繰り出される商業広告の叫びや、無味乾燥な電子音の喧騒の彼方から聞こえてくる「じゅまんねんまえのこじかのこえ」に気付く事が出来るでしょうか。

日々の生活の中でちょっと立ち止まって、もう一度、遠い記憶(もしかしたら遺伝子レベルの遠い記憶かも)の音に耳を傾けてみませんか？

摂食・嚥下 口腔ケア委員会 第6回

「お口のりハビリ体操」 その3 お口のトレーニング編

【口の体操】

できるだけ大きな口を開け大きく発声しましょう。

「アー」と大きく口を開けて5秒間以上持続することで顎の開閉の確認および練習となります。10秒間持続してみましよう。顎関節脱臼の既往のある人(顎がはずれやすい人)はあまり大きく口を開けすぎないように気をつけてください。

「アー」



できるだけ大きくまっすぐ口を開けます

「ムー」としっかりと口を閉じます。「アー」と開けることとして「ムー」と閉じることで、唇の筋肉トレーニングによりバランスよく口を閉じられるようになります。

脳血管障害などで口が左右非対称の場合は鏡を見ながらまっすぐに口を開け、閉じるときも唇がなるべくまっすぐになり「ム」と発声した後 ゆっくり奥歯を軽く噛み合わせてください。両側の臼歯と臼歯があたるように噛み合わせます。

「ムー」



ゆっくりきちんと口を閉じます

《効果》

顎の開閉は食べ物を口にとりこむときに大切な動きです。また口の周りの筋肉のトレーニングにより口唇閉鎖の強化につながります。唇がしっかり閉じると嚥下が容易になります。発声の練習をすることで嚥下障害の改善につながることがあります。



夢をかなえるプロジェクト



利用者さまの夢をかなえるお手伝いをいたします!

＊まやるちよーく＊

『大切な人に絵手紙を送りたい』 ～戸田様の夢～

お花が大好きで、昔からお花の絵を描くのを楽しんでいらした戸田様は、まやるちよーくでも絵を熱心に描いていらっしやいます。

「まやるちよーくに来て、初めて絵の先生に教えていただきました。先生に相談しながら絵を描くと出来栄は全然違います。」と語る戸田様は、絵を描かれていたときはいつも真剣です。

描きたい絵をじっくり選び、丁寧に下書きをした後、ひと筆ひと筆考えながら色をつけていかれます。そして、大切な人たちに絵

手紙を送りたい」と、画用紙だけでなくハガキにも描かれるようになりしました。今年のお正月は娘さんが「賀正」と書き、戸田様が椿の絵を描いたお二人合作の年賀状を作りました。50人もの方にお送りしたそうです。みんなから、「よかったよ!」と言ってもらってすごく嬉しかったそうです。戸田様の絵手紙を受け取った方々の喜ぶお顔が目に見えます。



＊しゅりあちよーく・野ばら＊

『パソコンしたい!』 ～景山様の夢～

日曜	作品名
2日・3日	時雨の記
4日9日10日	東京キッド
13日14日17日	犬と私の10の約束
20日23日24日	約4ハカ日誌14お通院大ハニョク
30日	忘れられぬ人々

景山様の作成された上映表
毎月作成していただき、利用者様からも「見やすいね」と好評です。

早速ノートパソコンを置きました。エクセルが得意な景山様にシッターのボスター作りや、年賀状作りをしていただき、今は暑中お見舞いのはがきを作っていたいでいます。自宅では『うどんの作り方』『良い旅館!中国地方ランキング』を作ったこと、話題を提供!

朗らかな景山様は聞いたらずぐに教えてくれて、パソコンは全く初めての利用者様にも、ローマ字一覧などを作ってアドバイス。

「パソコンは、自分でやってみんなにやいけんよ。(職員)藤川さんなんか、だいぶやり方教えたで、出来るようになった。」しゅりあのアドバイザー、ありがとうございます!



景山様と職員藤川



夢をかなえるプロジェクト



利用者さまの夢をかなえるお手伝いをいたします！

* ショートステイいわや *

『シュークリームを焼いて
みんなに食べてもらいたい』
～中山様の夢～

誕生会などのおやつ作りのたびに活躍して下さる中山喜代子様は、お菓子作りが得意です。今回中山様の『シュークリームを焼いてみんなに食べてもらいたい』という夢を叶えることになりました。

シュークリームのレシピは中山家秘伝のものです。子どもたちが小さかったころ、いつも焼いていたそうです。お友達にも、中山家のシュークリームは大好評だったとお話してくださいました。当時はまだ珍しいと思われる洋菓子を自宅で作られていたなんてびっくりです。

そして当日、シュークリーム作りなんて久しぶり〜と言われてながら、慣れた手つきで職員と利用者様を助手にして楽しそうに作ってくださいました。オーブンからバターと小麦粉と卵が混ざったいい匂いがしてくると、他の利用者様の顔もほころんできました。焼きあがった極上のシュークリームは、紅茶と一緒にいただきました。



シュークリームの完成です！

ました。素敵なティータイムになりました。中のクリームもトロツとした舌触りでもおいしかったです。いわや特製『中山堂シュークリーム』、度々作って皆さまに幸せを運んでくださいな。中山様、ありがとうございます。



* ショートステイみどりい *

『お二人でゆっくり
過ごしていただきたい』
～西名様の夢～

西名様の奥様は、毎週日曜日のお昼にいらして食事の介助をしてくださいます。

6月20日は西名様の誕生日です。そこで私たちは、お二人での誕生日パーティを提案したところ奥様はとても喜んでくださいました。西名様が昔好きだった食べ物、趣味の話などを伺い、準備をしました。会場は2階リフレッシュルームです。くつろいでいただけるよう西名様の写真やお二人の新婚旅行で買求められた琉球グラス、愛用のカメラ、趣味で作られた機関車のプラモデルを並べました。BGMは、好きなクラシックです。とりわけ、好きなのはラヴェル作曲の『ボレロ』です。『ボレロ』を聞きながら、奥様手作りの桑の実酒で乾杯、おいしいお弁当での誕生パーティが始まりました。

昔のアルバムをめくりながら、ご両親のことを思い出されて涙ぐまれたり、幼少期の写真では笑われたり、いつもと違う表情に私たちも感動しました。今回の夢プロジェクトでは、奥様から思い出のお品やお話を聞かせていただき、豊かでお幸せなお二人の世界を知ることが出来ました。お二人と素敵な時間を共有させていただきました。西名様がより身近になってきました。これからも楽しい時間を一緒に過ごしていきます。本当にありがとうございます。



思い出の品とお弁当



奥様へありがとうの思いがよく伝わります。

園芸療法

「心が動けば体も動く」をテーマに

まさに収穫！収穫！収穫！のひと月でした！今回は、写真多めでいかせていただきます！

園芸療法士 西野 清子

「採れたての匂いがプンプンするの〜」この後皆さままでいただきました。甘いのもあり、酸っぱいのもありでロシアンブルーのような感じでした(笑)



イチゴの収穫です。「一丁前にできとるね〜」



すてっぴ屋上庭園のタマネギの前でパチリ！いつもアドバイスありがとうございます。おかげで立派なタマネギがたくさん採れました！



あすか療養センター屋上庭園の植え付け1年目のツルバラです。来年はどこまで育つか楽しみです。



植物大好き！のデイサービスセンター野の花の利用者様です。男性がお花を生けられる姿は凛々しいですね！



いつもおいしい給食を作ってください厨房スタッフの方に感謝の気持ちを込めて、採れたてのタマネギをプレゼントしました！これからも美味しい給食を楽しみにしています！



デイサービスセンター野の花の庭のタイサンボクの花が咲きました。フロア中にいい香りが漂い、こんなに芳香のあるお花が咲くとは新発見でした！



皆さん合図を待たずに次々と抜き始められました(笑)タマネギの収穫は、全身運動で汗だくになりました。とうとう下着1枚に…(笑)



こちらの方は元大工の棟梁で、作業する後ろ姿がとてもしっかり良かったです！きれいに切り戻していただきました。

この時期は植え替えも忙しいです。園芸に詳しい利用者さまにブーゲンビリアの植え替えをしていただきました。

しゅりあちょーく
まつもと よしえ
松本 芳江さま



おもしろきかな我が人生



大正15年7月20日(85歳)

「毎日感謝して
笑顔で過ごす事を
心掛けています」

- ・お住まい...安佐南区毘沙門台
- ・好きな食べ物...好き嫌いはありません
何でも感謝して頂いて
います
- ・趣味...読書・おしゃべり

少女時代...

私は、沼隈郡山南町という静かな田舎で6人兄弟の5番目に生まれたの。名前は父がつけてくれたね。親しくしていた酒蔵屋さんところの娘さんが芳江さんという名前だね。その娘さんがとても可愛くて、その娘さんのようになって欲しくて『芳江』と名付けたと聞きました。子供の頃は、妹や近所の子とおじゃみや手毬 かくれんぼをして遊んでいました。夏には溜池で良く浮く桐の棒を浮かべて、それに掴って泳いだのよ。学校の勉強は好きだったし割とよく出来ていたけど、音楽は下手で ねぶか節だわね(ねぶか=音程どおりに歌えていない様)今は楽しいのが一番だと思ってるから音楽も好きよ。1年・6年まで先生の名前は良く憶えているの。特に5年生の時滝先生は、私が結婚してからずっと文通していても頂いて、今でも頂いたものは大切にしているの。当時、女学校を受験する人は、放課後に先生が勉強を教えて下さったの。先生のお陰で受験は合格。松永の女学校に通うのに自転車を買って貰ったのが嬉しくてね...。雨や雪が降っても、合羽を着て一里半の道を通って行ったわね。最初はこぐのも下手だったけど、不思議と怪我はしなかったわよ。とろいけど用心深かったからかしら。私が通っていた頃はテニスが盛んでね。友人2人が選手として出場して、全国大会で優勝した時は皆で喜んだのよ!

戦争...

太平洋戦争が日増しに激しくなった頃、18歳の私は 呉の海軍工廠に徴集さ

れたの。挺身隊として、水雷部の入りに事務の仕事をしていました。呉への空襲は激しくて、昼は海軍工廠を攻撃してきたの。沢山の方が亡くなられたけど、辛いとか怖いとは思わなかったわ。皆「お国の為」と覚悟していたからでしょうね。戦争で特攻隊だった兄は戦死しました。今思うと、時代にのみ込まれたように思います。

結婚...

戦争が終わって、いとこの口添えで見合いをしたの。主人は大連からの引揚者で、家が無いからと親類中から反対されたんだけど、私は「家が無くてもちやんとする。」と言って結婚したの。父も主人と話して「この人ならいいだろう。芳江がいいと言つたらそうした方が良い。」と賛成してくれたの。嬉しかったわ。主人は言葉使いもスマートで美男子だったのよ(笑)戦後だから食糧難だったけど、里が農家だったから、休みになったら車で帰って米・味噌・醤油...と色々貰ったわね。だから4人の子供も育てられたんだと、親には感謝しているの。4人の子供はすくすく育ってくれたから、育児が大変とは思わなかったわ。主人は国鉄、定年後は旅行会社、三男も日本旅行に勤めていたから、よく旅行に行けたわね。国内をはじめ、色々な所に行けたのは楽しかったわ。モンゴルに行った時に「狼が出るので柵から出ないように。」と言われた時は驚きましたね。今までで一番悲しかった事は頼りにしていた主人が亡くなった時...「ありがとう、ありが

とつ。」と言って亡くなったのよ。身体を半分とられたようでした...

そして今...

ケアマネさんが薦めてくれて、しゅりあに來る事になったの。目標は感謝して笑顔で過ごす事。習字や絵画も下手ながら楽しんでるの。元々手先が不器用な方なんだけど、縫物の先生が「何でも丁寧にしなさい。そつすると上手く出来ますよ。」とアドバイスして下さい。それからキチツとできるようになったの。良い言葉だから今でも心掛けています。父の「感謝する心を忘れるな。何でもありがとつ」という気持ちで過ごせ。」という言葉も忘れないわ。これからもそういう気持ちで過ごしていきたいと思っております。



昭和36年 お正月の家族写真(右端がご本人様)

「感謝感謝のいい人生よと言えるのが幸せです」とおっしゃる松本様。松本様の温かなお人柄や今回のインタビューを通して、私もそうありたいと思いました。
しゅりあちょーく 中谷百合子

「あすか高齢者相談室」より

シリーズ 11



～高齢者のためのサービス～

あすか居宅介護支援事業所

介護支援専門員 今村 祐子

「あんしん電話設置事業」

先月号に引き続き、広島市での高齢者のための福祉サービスの1つ、「あんしん電話設置事業」をご紹介します。

これは急病などの緊急時に胸に掛けたペンダント型の発信機のボタンを押すと、事前に登録された協力員や消防局に自動的に緊急事態を通報できるものです。

〈対象者〉

1. ひとり暮らしで次のいずれかに該当する方が、病弱な高齢者及び重度身体障害者のみの世帯
 おおむね65歳以上で病弱などのため日常生活で特に注意を要する方
 18歳以上の身体障害者で、障害程度が1級または2級の方
2. 協力員(あなたの近隣の知人や親戚者などで、15分程度であなたの家までかけつけることのできる方)を原則2名確保できる方
 協力員が見つからない時は、お近くの民生委員にご相談ください
3. 機器を正しく操作できる方

〈費用負担〉

区分	利用者負担
・市民税課税世帯の高齢者 ・所得税課税世帯の重度身体障害者	・機器設置工事料 (13000円程度) ・機器使用料、保守料 (月額2000円程度)
・市民税非課税世帯の高齢者 ・所得税非課税世帯の重度身体障害者	【費用の1割】 ・機器設置工事料 (13000円程度) ・機器使用料、保守料 (月額2000円程度)
生活保護受給世帯	無料

他に移転工事料、通報先変更工事料及び撤去工事料、機器の修繕費等の費用が該当時に負担となります。

申し込み方法

担当のケアマネージャーにご相談下さい。必要な資料や区への問い合わせ等の対応をさせていただきます。

「あすか高齢者相談室」では介護に関わる相談をいつでもお受けいたしております。お気軽にご相談ください。

お問い合わせ先

あすか居宅介護支援事業所

TEL 082・830・5177

若竹句会六月作品抄 信廣高陽 選 (平成二十三年)

進級す 出会い楽しみ 時を待つ

西 富枝

〔寸評〕入学時や卒業時と異なり、及第に伴う哀歓はあまりない。進級の喜びとは、新しい人との出会いである。明るい未来が期待できそう。

梅雨に負け 太陽にも負けて デイたのし

小西 春良

〔寸評〕梅雨時の陰雨は、俳句では梅雨寒(つゆさむ)、梅雨冷(つゆびえ)といえます。また春良さんの作品に「極暑に負け ショートステイに逃避行」というのがありましたね。デイケアやショートステイは高齢者や障害者にとってはいいところですね。

路の葉で ままごとしたよ 昔ごと

常広 信枝

〔寸評〕「昔ごと」は昔あったこと。季語は「路の葉」

簾越す 細身の風の 日暮れかな

中谷 明子

〔寸評〕簾越しの風はいかにも涼しそう。日暮れ時の一景。原句「簾越し日暮さわやか初夏の風」は、「簾」「初夏」は夏、「さわやか」は秋の季語で、完全な「季語重ね」です。一句に「季語を守りましょ」。

窓越しに見る ショートいわやの 若葉かな

道普 宅真

〔寸評〕原句「いわやでの窓越しに見る若葉の美しさ」を添削してみました。

雨上がり 紫陽花の色 格別ね

西村 弘子

〔寸評〕花が開いてから順に色彩が変化するところから、七変化とか八仙花などの名がある。花期は比較的花物の少ない梅雨の最中になるため、大柄の花姿が一段と目立ちます。

風入れて 窓越しに見る 緑かな

綿谷カツエ

〔寸評〕緑は、初夏の目覚めるような若葉の新緑をいう。新緑は、文字の眺めから、また語感の上からも、さわやかな景を連想させる言葉です。

紫陽花の 葉っぱにとまる 初蛩

常田トモエ

〔寸評〕「紫陽花」と「初蛩」は、どちらも夏の季語で「季重なり」ではないかと思われがちですが、この場合、重点が「蛩」にあることがはっきりしているので問題とはしません。

〔選者 吟〕

田植機の ひとり忙しき 農繁期

信廣 高陽

あすかスタッフに迫る!

外来事務
井上 久美子



Q あすかに入社して何年ですか?

A 4月で9年目です。

Q 入社の動機は何ですか?

A 専門学校在学中、当院に医療事務の実習に来たのがきっかけです。その時、指導していただいた方のどんな仕事に対しても真面目でひたむきな姿勢に感銘を受け、ぜひ就職して一緒に働きたいと思いました。今でも尊敬しています。

Q 趣味は何ですか?

A パン屋さんめぐりです。気に入ったパンに出会うと10個は購入し、その日のうちになくなってしまうほどです。もともと、食べることが好きなんです。最近のおすすめは、八木小学校近くのPESCA(ペスカ)です。フレンチトーストが絶品です。

Q 休日はどのように過ごしていますか?

A 子どもと一緒に散歩したり、公園であそんだりしています。もう少しで2歳なのですが、何にでも興味があり、公園までたどり着くのも一苦労です(笑) 川内は用水路と車が多く、目が離せませんが、公園ではしゃいでいる子どもの姿を見ると、疲れも吹っ飛んでしまいます。

Q 得意料理は何ですか?

A 餃子です。中の具材はキャベツ、ニラ、豚ひき肉。エビやエリンギなどの変わり種餃子も作ります。餃子は焼き加減がとても重要です。外はこんがりパリッ、中は熱くてジューシーな具、主人の好物です。

スタッフの声

1歳10ヶ月の女の子のお母さんです。職場では、数多くある業務をいつも迅速にテキパキとこなし、頼りになる先輩です。患者さまへもやさしく対応され、事務の接遇リーダーです。それにパン屋さんに限らず、近場のお店情報通です。おいしいお店をたくさん知っているのも、よく教えてもらいます。これからもいつも笑顔で患者さまを癒してください。

インタビューアー 守田 英美

3S

Specialist (専門家)

~ 医療法人あすかの理念 ~

職員は、医療、看護、介護の専門家(Specialist)としての誇りを持ち、実力を高めていくよう努力を続けます。

当法人は

ISO9001の認証施設です



Sympathy (共感)

職員は、患者様と利用者様の人生全体を支えるためにその思いを共感し(Sympathy)必要サービスを継続的に提供します。

Safety (安全)

職員は、患者様と利用者様の健康と安全(Safety)に対して細心の注意を払います。

【編集後記】

『あすか交流会』を57回開催することが出来ました。いろいろな、試みをしてきた中、今回はソフト食の試食交流会のグループ分けの工夫を行いました。詳しくは、本誌の1ページ目に掲載しております。

ごひざし 11賢トネ。

毘沙門クリニック
シヨートステイ いわや
デイサービスセンター 野の花

あすか療養センター 緑井3丁目40・30

毘沙門台東1丁目24・16
デイサービスセンター しゅりあちよーく
デイサービスセンター 野ばら

高橋内科小児科医院
デイサービスセンター まやるちよーく
通所リハビリテーション すてつぷ
シヨートステイ みどりい
小規模多機能型居宅介護事業所 つどいの家

緑井2丁目12・25

あすか病児保育室
あすか居宅介護支援事業所
082・830・5177

緑井3丁目20・1・103

医療法人あすかの医療・介護関連施設