



ニュースレター あすか

2012
11月号

通算 236 号

2012年 11月 1日

リハビリ特化型デイサービス 『ポシブルみどりい』が半年経ちました!

ポシブルみどりいは9月で半年を迎えました。現在、41名の利用者様が参加されています。いつも真剣にそして、時には談笑しながらクラブ活動のような雰囲気の中で楽しくリハビリに取り組んでいます。

ここでのリハビリは、空気によって無段階に運動量を調整できるメディカルフィットネスマシンと、日常生活の運動動作をその人にあわせて何通りにも練習できる赤い紐(レッドコード)が中心になります。さらに、お一人おひとりのニーズに合わせた個別メニューも取り入れています。



体が柔らかくなるための柔軟体操



左手左肩を上がりやすくするための集中練習

レッドコードとは?

レッドコードとは「赤いヒモ」という意味ですが、ポシブルの天井からは18本の赤いヒモが垂れ下がっています。これを使って日常生活動作をうまくなるまで反復練習を毎回40分間行います。

例えば、「引き戸・開き戸の開閉」の練習は手足を同時に動かしながらのダイナミックな動きを取り入れて行います。立位で行ったり、座位のままで行ったりします。右の写真は、立位グループの様子です。



見学は、随時受け付けておりますのでお気軽にお問い合わせください。

営業時間 月～金曜日 8:30～17:30 : 082-(830)-5323

(チーフトレーナー 楨本 弘子)

“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：新宅 佳那子)

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. ポシブルが半年経ちました..... | 1 |
| 2. 玩具療法発表会..... | 2 |
| 3. 敬老の日 Vol.1(みどりい、野の花)..... | 3 |
| 4. 敬老の日 Vol.2(つどい、まやる)..... | 4 |
| 5. 夢プロジェクト(しゅりあ)..... | 5 |
| 6. 作品紹介(しゅりあ、まやる)..... | 5 |
| 7. 『人生100年』～安藤 忠雄氏～ 続き..... | 6 |
| 8. 若竹句会 9月作品抄..... | 7 |
| 9. おいしく元気になるレシピ 第9回..... | 8 |
| 10. あすかスタッフに迫る!..... | 9 |

～ 第18回 全国の集い in 高知 2012 ～ で発表！！

9月16日～17日、NPO在宅ケア診療所・市民全国ネットワークの 第18回全国の集い in 高知 が開催されました。今年のメインテーマは、“おらんく(土佐弁で自分の家)で自分らしくさいごまで ～地域の未来を考える～2”でした。全国からたくさんの医師、看護職、介護職など医療や介護の現場で働く方々が学びを求めて集いました。あすかからは、玩具療法のランチョンセミナーで野ばらの宗金とショートステイいわやの井上が通所事業所、入所事業所、それぞれの現場での玩具の活用状況について報告を行いました。

このセミナーの基調講演は、玩具福祉学会理事長の小林るつ子氏の『東日本大震災でいかに高齢者を支援したか』でした。震災直後から現地に入り、精力的に支援をされた小林理事長のお話はとても感動的でした。また小林理事長は、たくさんの玩具をお年寄りだけでなく、子どもたちにも届けてこられました。被災地ではこれらの玩具が不安を和らげ、笑顔を引き出しました。とりわけ、動いたり話したりするネコや人形などの癒し系の玩具が大活躍でした。音が出る玩具は、話をしない方でも夢中になります。興味がない方も寄ってきます。震災で孫と離ればなれになった方も人形を孫と思い、優しい口調や表情でお話しされていました。玩具はコミュニケーションツールにもなります。様々な玩具で遊んでいるうちに手や体が動き、会話が始まり自然に笑顔が生まれます。それが玩具の効果だと思います。

今回のセミナーでは、私たちの玩具療法の取り組みについて実践の様子を発表させていただきました。これからも様々な玩具を活用し、玩具を通じての変化などから新しい発見を求め、利用者様と笑顔で楽しい時間を過ごしていきたいと思っております。

(野ばら 宗金 珠美)



発表している野ばらの宗金



こちらはショートステイいわやの井上



玩具福祉学会
理事長 小林るつ子先生

発表に使用したスライドの一部です



使用している玩具



・自発的に使用して頂ける環境作り



主に使用している玩具

ダッキー 夢猫スマイル
ユメル ミルル 鈴ちゃん

野ばら発表のスライド

ショートステイいわや
発表のスライド



玩具を通じての変化

3回日の利用で、
笑顔が見られました。

現在は、こんなに
素敵なポーズを
とってくれます。



敬老の日特集

Vol. 1

9月18日

ショートステイみどりい

今年の敬老会はくすの木保育園の園児さんたちがやってきて一緒に楽しい時間を過ごすことができました。

会の始めには、百寿、卒寿、米寿の祝い歳を迎えられた方お一人おひとりにお祝い状を贈りました。お祝いを受け取られた方々を代表して前マス工様にスピーチをいただきました。「これからも元気で楽しく頑張っていきましょう。」と少し照れた表情で素敵なスピーチをしてくださいました。

その後、利用者様と職員で童謡を3曲歌い終わった時、「こんにちはー！」と元気な声が聞こえてききて、野菜や動物のお面を頭に着けた園児さんたちが登場しました。「かわいいねえ、ちいさいねえ。」と次々声上がり、利用者様の表情が笑顔でいっぱいになりました。今日のために保育園で練習してきた歌を先生のピアノに合わせて、一生懸命歌っている園児さんたちを見つめる利用者様は優しく温かい笑顔になっておられました。



お茶休憩の時間にふかし芋をお出しすると「懐かしいね。」と話も弾み、普段口数の少ない利用者様も園児さんたちへ積極的に「おいしい？」と声をかけられていました。



最後に利用者様から園児さんたちに風船で作ったキリンと、文房具のプレゼントをお渡しして、全員で手を繋ぎ、いつも音楽療法で歌う『ありがとうのうた』を歌いました。そして握手をして園児さんたちを送りました。別れ際に「みんな抱きしめたいくらいかわかったよ。」ととても楽しかったよ、ありがとうね。」と涙を流される方もいらっしゃいました。楽しい楽しい敬老会でした。

くすの木保育園の先生方、園児のみなさん、ありがとうございました。(寺本 椎菜)



野の花

9月19日

野の花の敬老会は、秋の澄み切った青空の中でのバーベキューパーティーでした。心地よい風を感じながら美味しくいただきました。ジュージューと次から次へと焼きあがっていく肉や野菜に「ほら、こっちが焼けたよ。食べんさい。」外で食べると美味しいね。「もう入らんと思ったけど、みんな美味しそうに食べるからつい食べちゃった。」と、みんな動けなくなるくらいお腹いっぱいになりました。心もおなかも大満足の敬老会でした。

今年は米寿を迎えられた倉岡様をはじめ、みなさまにメッセージカードを作成し、お一人おひとりに感謝の気持ちを込めた贈呈式をしました。(森岡 繁幸、森原 幸代)



外で食べると美味しいねえ

見て見て！美味しそうよ！



うまいっ！！

お腹いっぱいになったなあ



敬老の日特集

Vol. 2

つどいの家



9月14日



つどいの家の敬老会の主人公は今年100歳を迎えた岩本マツコ様です。内閣総理大臣と広島市長から100歳のお祝い状と記念品が届きました。お祝いを届けてくださった市役所の方へ「ありがとうございます。」と涙を流しながらお礼の言葉を伝えていらっしゃいました。

岩本様は、明治45年生まれで今年の6月に百賀を迎えられました。「長生きの秘訣は何ですか？」と尋ねると、「何もありませんが、私は好き嫌いなくなんでもよう食べますからね。」と笑顔で答えてくださいました。「おめでとうございます～

す！！」「すごいね。わたしも頑張る！」とみなさんからのお祝いの言葉や大きな拍手に岩本様は少し恥ずかしそうでした。職員からは花笠音頭をプレゼントしました。「つどいの家」の家族が一つになり笑顔いっぱいの楽しい敬老会でした。

(向井 明子)



9月14日

まやるちょーく

まやるちょーくでは毎年恒例の52名もの緑井幼稚園の園児さんたちが集合して、大敬老会を開催しました。園児さんたちの元気いっぱい歌に感動し、思わず涙が…。『肩たたき』の歌に合わせての肩たたきには笑顔満面。じゃんけん大会では「頑張っ

(松岡 照美)



うちわのプレゼントをいただきました！



園児さんへプレゼント



肩たたきの歌に合わせてトントントン



夢をかなえるプロジェクト



★ 利用者さまの夢を叶えるお手伝いをいたします! ★

＊ しゅりあちよーく ＊

『大好きな着物を楽しみたい!』

～西富枝様の夢～

西富枝様は、昔から着物が好きで、着物好きのスタッフと着物談義に華が咲いています。西様は49歳で病に倒れ、着物を見るのが難しくなっていました。その後リハビリに必死に取り組み、また着易いように工夫された着物で、56歳のときにはファッション専門学校の主催するファッションショーにモデルとして舞台上立つことができました。その時の写真が中国新聞に掲載されました。この着物は上と下とが分かれとる、一部式の着物で着易いようにできとるんよ。」と写真を見ながら説明してくださいと西様に、着物好きのスタッフは、夏祭りでは、みなさんに浴衣を着てもらいたい!」と二部式浴衣を縫うことにしました。そして、今年の盆踊りにその浴衣を着ていただきました。再びモデルとして粋に浴衣を着こなし、晴れ舞台に立った68歳の西様は満面の笑顔で「やっぱり、盆踊りやお祭りには浴衣よね!」と、とても喜んでくださいました。西様とスタッフの夢が叶った瞬間でした。今度は、着物やドレスで『しゅりあファッションショー』を開催したいですね

(幾田千代)



素敵な作品をご紹介します!

作品紹介

しゅりあちよーく
まやるちよーく

しゅりあちよーくでは、利用者様と職員が一緒になって、毎月季節にあった共同作品を制作しています。作品には、制作過程の中で利用者様の様々なアイデアが盛り込まれます。今月ば「お花はもっとくると丸まっていた方が愛らしいわね。」「ここをこう工夫したら彼岸花に見えるわね。」と、女性陣の細やかな感性が沢山盛り込まれました。

共同作品はとっても好評で、「今月はどんな仕上がりにしているのだろう」とワクワクと来所され、その仕上がりに目を見張る方が大勢いらっしやいます



みなさんのアイデアで、くると丸まった彼岸花ができました



こんなに大きな壁画ができました!



墨絵作品

まやるちよーく
田井 富子様



「昔、書道をやっていてどんなものか興味があったんよ。」と話され、絵画講師の川口先生と相談されながら、田井様が最初に描かれたびわの実の作品です。その後も作品を仕上げられ、熱心に取り組んでいらっしやいます。

今月は先月に引き続き、7月20日(金)に行われたJOIN
広島主催の『心とディナーの夕べ』で講演をしてくださった
安藤さんのお話をお届けします。



あんど う ただ お
建築家 安藤 忠雄 氏



講演後に安藤さんと1枚
(右端が筆者)

『人生100年』

(・・・先月号より続き)

【ふるさとへの思い】

私たちは九十歳まで生きるんですよ。先日、塩川正十郎さん《塩じい》に会って食事をしたんですが、そのとき《塩じい》が「安藤さんなあ、私は死なんよな気がする。」と言っていました。私たちは、六十歳超えたら大抵の人はガンとかにかからなければ九十歳まで生きるんですよ。だけど、それまでに何をするかですね。私は二〇二〇年の東京オリンピック実現のために働いています。だけど対抗馬のイスタンブールに比べて、東京には市民の賛成がないんですよ。私は、東京オリンピックは【東京二〇二〇年東北オリンピック】としてほしいと提案して取り入れられました。日本は縦社会になっていて、なかなか動かない仕組みになっていますが、私は「なんとななるのではないか」と思っています。私は今まで全力で生きてきました。私は大阪に育ててもらいました。だから大阪以外に事務所を持たないと決めていきます。ふるさととは大事です。いくら地球が広いといってもふるさととは大事です。東北の人はそんなふるさとを失ったのです。私は、二十代の初めの頃、日本の風景がなくなるだろうと思いました。それで二十六歳の時日本一周を試みました。広島に来た時に大きなショックを受けました。その時に『戦争』のことを考えました。昨夜、東京で広島出身の三宅一生さんと食事をしましたが三宅さんは「広島のことを、戦争をしてはならないと思いつつながら仕事をしている。」と言っていました。

広島は原爆資料館を訪れ、資料館のピロ

ティーの向こうにある原爆記念碑を見ました。建築家というのは、ノーテンキで、自己中で、自分のことしか考えないのですが、私はこの時に「仕事を通して社会を変えたい」と思いました。同時にこのスフィードのあるような美しい棚田をみて日本は考えなくてはいいけないと思えました。今の日本人は勇気と判断力がなくなっています。自分の考えをしっかりと言わないといけないと思います。

【世界の資源の危機】

東日本大震災の後、菅さんから復興会議の委員になれと言われ引き受けました。私はこの時考えました。何を考えたかという、百年前は人口十億、我々が学生の頃は三十億、今七十数億です。これから九十億になります。この状況を考えて、車がガソリン一リットルで百キロくらい走らないといけません。中国の人がみんな車を乗り始めたらどうなると思いますか。これらの問題を技術でカバーしなくてはならない。いったん走りはじめたら燃料がなくても走る車とか、技術をよくすることが大事です。さらに食糧がなくなる。どうするか？今、日本海の魚を中国が根こそぎ獲っていています。しっかりとお互いにいいルールを作らないといけません。中国では新しい建物をすごい勢いで作っています。上海でオペラハウスを作っています。が、七十%出来た頃、また頼みに来ます。ということはお金がなくなるといことです。

【勇気・判断力・行動力・発言力を】

復興会議で話をしました。まず二〇三〇年に原子力をどうするかを考えるとはいけない。震災前、原子力の占める割合は三

十%でした。それを二〇三〇年には十五%にする。十五%のうち省エネで七・五%、自然エネルギーで七・七%削減する、と言ったら「安藤さん、この会議は数値目標を出す会議ではない。カット」と言われました。学歴がないのは難しいですね。

私はこの会議で『鎮魂の思い作り』のため、『人口の森』を作ること提案しました。これは国会が認めてくれました。それから、遺児のための育英会を作ろうと思いつきました。これは一百万円を十年間払い続けてくれる人を二万人集めるといっただけです。私の友人にはベネッセの福武さん、サントリーの佐治さん、ユニクロの柳井さんなどがいるんですが、彼らの了解をとる必要はないと思いつきに名前を発表してしまいました。そしたら電話がかかってきて「やっぱりやるのか！頑張ろう！」と言ってくれました。年をとると友人が必要なんです。日本人ってすごいですね。女性がすごい。お父さんの食事を減らしても参加していいと言ってくれました。昨年十月までに二万人集まりました。サントリーは一億円。ポトル一本につき一円、一年間で一億円。大和ハウスは一建家を売ったら五千円、ユニクロはすべてのお店に募金箱をおいてくれました。全部で三十六億五千万円集まりました。今、日本は存亡の危機を迎えています。日本を変えるために、日本人は、勇気、判断力、行動力、それをはっきりと言え、発言力が必要です。(終)

(副院長 高橋 真司)

若竹句会 九月作品抄 信廣高陽 選 (平成二四年)

垣根越え とりの南瓜 居座った 原田ツヤノ

〔寸評〕季語は南瓜。豊性で旺盛な成長振りから、このような越境事件が珍しくないのですね。

秋色や 花木の息吹 聞こえそつ 吉岡千恵子

〔寸評〕秋色とは、秋の景色・気分・気配をいいます。

曼珠沙華 幽霊花と 人は言つ 河野 一枝

〔寸評〕曼珠沙華の別名には、死人花・捨子花・幽霊花・狐花など・どちらかという

と不吉な別名が多いがこの不思議な味き方と花の色によっているのでしようか。

いつの日か 敬老をた 声かけられて 常広 信枝

〔寸評〕地域によって違いがあるようですが、その年に七十五歳に達する人以上が招待

されるようです。作者は声をかけられたが、また出席されていないのでしようか。

露天風呂に 白い浮雲 秋麗 松村キミエ

〔寸評〕露天風呂と、空には浮雲を配して、秋晴の日に春のうららかなさを感じ取った

佳句です。

美しき 稲穂輝き頭垂れ 中谷 明子

〔寸評〕原句の上五が「秋晴や」となって、一句に季語が二つあります。右のように修正

しています。

朝夕に 散歩の道も 秋の風 西 寛枝

〔寸評〕秋風一般、また特に秋の初風をいう場合もあり、晩秋の身にしむような風

をいう場合もあります。原句中七の、爽やかに「秋の風」と季語重ねになります。

秋夜長 読書しつ 眠り込む 後藤 義高

〔寸評〕読書の秋とも言いますが、夜の読書はこの句のように眠り込むこともあります

ね。「早く寝なさいよ」という声が聞こえてくるようです。

秋高し 馬も顔寄せ 寄ってくる 石原 守恒

〔寸評〕馬には乗ってみよ、人には添ってみよという言葉がありますが、馬が顔を

寄せてくるほど熟練しておられるとは…。この句季語もびつたり愛馬行進曲ですね

敬老の日 コスモス咲いて 祝ってる 綿谷カツエ

〔寸評〕コスモスが咲いて招待者を祝っているというあたたかい俳句です。

〔選者〕吟「コスモスの 風を束ねて 壺に挿す 信廣 高陽

おいしく元気になるレシピ 第9回

～食べることで…それは私たちの命の源です～

一日ごとに秋の色が濃くなってきました。食欲の秋ですね。重ね煮シリーズも3回目です。今月は、重ね煮を使って、『けんちん汁』と『白身魚の重ね煮あんかけ』の紹介です。重ね煮は、野菜を層にして重ねて煮ます。野菜に味をつけるのではなく、野菜の味を引き出す料理法といえます。野菜をたっぷり食べられ、健康的ですね。(管理栄養士 奥上美代子)

けんちん汁

【作り方】

- 豆腐を水切りしておく
- 重ね煮する
- 水に と溶いた味噌を入れ、煮えたら豆腐を潰して入れる
- 葱をのせる



- 重ね煮
- ごぼう ……80g ささがき
- にんじん ……50g 千切り
- 玉ねぎ ……100g 回し切り
- 大根 ……50g 千切り
- 干しいたけ ……乾50g 水戻し 千切り

弱火

白身魚の重ね煮あんかけ

【作り方】

- 白身魚に酒をふり、片栗粉を薄くまぶして焼く
- 重ね煮 40g、水 100cc、薄口醤油大 1/2、みりん大 1/2、塩少々、片栗粉又はくず粉大 1/2を加えてあんを作る
- の魚に、あんをかける
- 青みをかざる



地湧社
「わらのごはん」参照

あすかスタッフに迫る!

すてっぷ
まやるちょーく
作業療法士



Q.あすかに入社して何年ですか?

A.7年半経ちました。

以前は安芸区にあるデイケアで働いていましたが、安佐南区への引っ越し、第2子の出産を機に退職し、1年半程専業主婦をしていました。もともと専業主婦向きでない私(?)は、子どもが1歳になると同時にあすかで職を得ました。

今はすてっぷとまやるちょーくで作業療法士としてリハビリを中心に仕事をしています。また、リハビリだけでなく、転倒防止対策など患者様、利用者様の安心、安全を守るための委員会、安全対策委員会のリーダーをしています。

Q.仕事をする上で心がけていることはなんですか?

A.年齢、病気、身体機能も家庭環境も様々であり、リハビリに対する思いや目標も異なる利用者様、お一人おひとりの思いに応えたいです。少しでも麻痺が改善したい、今よりもっと元気になりたいと願っている利用者様に寄り添いながら仕事をしています。利用者様が楽しく、気持ち良くリハビリできるように環境を整えたり、自分の持っている知識や経験をさらに高め、自分自身が元気に笑顔で利用者様と接することを心がけています。



Q.趣味や楽しみは何ですか?

A.今は小学校6年生と3年生の息子がソフトボールを頑張っているの、土日は家族全員ソフトボール三昧です。プロ野球選手に憧れる息子たちを頑張る応援しています!!

ほかにはアウトドアも大好きです。1年に2~3回しかいけませんが、オートキャンプ場でキャンプを楽しんでいます。最近山にキャンプに行くことが多く、澄んだ空気ときれいな満天の星空が最高です

スタッフの声

いつでも明るく大きな声、小柄なのに力持ち!テキパキとした動きで職員のまとめ役!リハビリに対する姿勢を見習い、一緒に頑張っていきたいです。

インタビューー:山崎 章子

~ 医療法人あすかの経営理念 ~

『感謝 尊厳 謙虚 誇り』

医療法人あすかは、地域の患者様、利用者様との出会いに感謝し、信頼される法人として常に最善の医療、看護、介護を提供することを使命としています。私たちの仕事は、人の尊厳を守り、人の人生によりよい影響を与え、支えていくことです。私たちは、心を込めて仕事をします。私たちは謙虚であり、仕事に誇りを持ち、社会に貢献していくことを喜びとしています。



当法人は、ISO9001の認証施設です



【編集者のつぶやき】みなさま、それぞれの秋、楽しんでいきますか?カーブは惜しくもC・Sを逃しましたが、サンフレッチェは単独首位です。2位の仙台が迫ってきていますが、クラブ創立20周年の節目の今季、優勝目指して頑張っていますね。以上、スポーツの秋をお届けしました。また来月〜!

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 しゅりあちょーく
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 まやるちょーく
通所リハビリテーション すてっぷ
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

リハビリデイ・ポシブルみどりい

緑井3丁目20・1・102

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