

12月号

ニューズレター

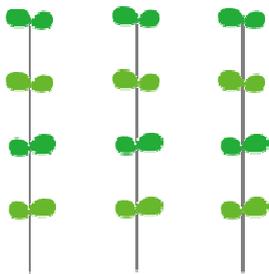
あすか



通算285号

2016年12月10日

# 地域パワー ボランティアさん大活躍中！！



一緒に体を動かしましょう！

3年前、医療法人あすかのボランティアグループ【すまいる】が誕生しました。以後、すまいるのメンバーの方はさまざまな現場で活躍してくださっています。歌声喫茶、お菓子・パン作りの指導、手芸の指導やサポート、音楽療法のアシスタント、シニアヨガ、書道のサポート、体操・レクリエーションのサポート、認知症カフェ(オレンジカフェ大町)での演奏など

そして現役の美容師さんはお休みの日にヘアカットにいらしてくださっています。人生経験の豊富な方が多く、若いスタッフでは難しいちょっとした気くばりや、地域の話、歌謡曲や、昔の話題などで職



園芸活動



スイーツクラブ

員を助けてくださいます。ご自宅で高齢のおばあさまの介護の勉強になると、若い方も参加してくださっています。また、あすかの通所リハビリを利用されていた方が今ではすっかりお元気になり、趣味の手芸を教えてくださいます。

あすかにとつて、地域のみなさまのサポートはとても嬉しく心強いことです。これからの高齢化時代を地域に住むみなさんと、一緒に作っていただけることをとても幸せに思います。(増村 祐子)

ボランティアに興味のある方がいらっしゃいましたら、担当の丸澤(まるさわ)・増村(ますむら)までご連絡ください。お待ちしております。

ボランティア募集

☎082-879-3143

## 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。



## 【目次】

- 1. ボランティアさん大活躍中！！ ..... 1
- 2. 事業所だより(まやる) ..... 2
- 事業所だより(しゅりあ) ..... 3
- 3. 通所リハビリテーションすてっぷのご案内① ..... 4
- 通所リハビリテーションすてっぷのご案内② ..... 5
- 4. 事業所だより(つどい) ..... 6
- 5. 作品紹介(野ばら)
- 6. わたしの好きなもの 第33回 ..... 7
- 7. おもしろきかな我が人生  
   ～日野出タメ子さん～ ..... 8

# 大盛況 まやるちよーく祭

みなさんが日頃取り組んでいらつしやる作業療法「絵画・書道・タイルモザイク・パッチワーク・手芸・ちぎり絵・園芸・生け花」の作品展示とカラオケ大会を開催しました。題して、『まやるちよーく祭』

初日にはコーラスグループ「あおいくま」による「思い出コンサート」、両日午後には利用者様や職員によるミニイベントを行い、賑やかなお祭りとなりました。

今年は2日間と少ない日程にもかかわらず、ご家族20名、その他40名ほどのお客様に来ていただきました。来場されたみなさんと一緒に1年間の成果を話し、利用者様とともに喜びを分かち合うことができました。「また来年も！」と、利用者様の目が輝いていらつしやるのが印象的でした。  
(藤澤 聡子)



藤川千恵子様による舞踊  
石川さゆり「滝の白糸」



あおいくま「思い出コンサート」



村長も歌います！カラオケ大会



作品展示



職員のオーボエ・クラリネット演奏



拡大すると…

花紙を1つずつ丸めて壁画に！1年かけて全員で取り組みました



職員のピアノ・琴演奏

11月10日(木)・11日(金) まやるちよーく

# 力作ぞろい

# しゅりあちよーく祭



【手芸】色とりどりの糸や、様々なステッチの刺繍を出品しました。ご覧になった方からは、「かわいいね」「すごいね」との声が上がり、その作業の細やかさに驚いておられました。

しゅりあちよーくでは毎年11月にしゅりあちよーく祭を開催しています。絵画、書道、ちぎり絵、手芸、生け花、みちくさのプログラム参加の利用者様の作品を展示して、お茶会を行うイベントです。

多くの作品を見ながら、和菓子とお抹茶でゆつくりとした時間を過ごしていただきました。ご家族にもたくさん来ていただき、みなさんの作品を心ゆくまで見ていただきました。いつもとは違う時間の中、しゅりあちよーく祭を楽しんでいただけだと思いません。また来年も素敵な作品に出会えるのを楽しみにしています。

(小林 祐子)



【書道】テーマは「秋」いつもは半紙に書きますが、「清書は色紙に書いてね」とお願いすると、「一発勝負なので緊張する」と言われながらも上手に書かれました。



【絵画】今年の祭のテーマは25年ぶりにリーグ優勝した「カープ」お気に入りの選手、カープ坊や、スライリー、カープ女子など、みなさんの個性とカープ愛に溢れた素敵な作品が出来上がりました。



生け花作品



みちくさ作品  
動物たちとジャック・オー・ランタン



素敵な看板もできました！

ほかにもちぎり絵や生け花、みちくさグループの作品など、たくさんの方の展示がありました。

ちぎり絵グループはいつも、「もう終わり？」と時間を忘れるほど集中されています。毎週少しずつですが、確実に仕上がっていく作品に期待が膨らみます。

今年の作品「あけび」、「秋明菊」、「野菜」、「菊」、「千支の申」とどれをとっても見ごたえあるしつとりとした癒される作品の数々となりました。

今年見逃した方は、ぜひ来年いらしてください。しゅりあちよーく一同お待ちしております！

11月8日(火)  
9日(水)  
10日(木)  
しゅりあちよーく

「出来る」を増やし「出来た！」喜びのために最大限支援します

～より楽しく、より元気に、パワーアップ！～

# 通所リハビリテーションすてっぷのご案内



やまさき あきこ  
所長 山崎 章子

## こんな方にオススメです

- ❖ 脳血管障害などで退院後のリハビリを継続して希望される方
- ❖ 骨折などで退院後のリハビリを継続して希望される方
- ❖ レクリエーションより、リハビリをたくさんしたい方
- ❖ マシントレーニングに興味のある方
- ❖ 元気になりたい方



アクセスマップ

リハビリは楽しい事ばかりではありません、嬉しい事よりも辛く苦しい事の方が多い時もあります。そんな時こそ共感したり励まし合ったり… “すてっぷ”が集える場所でありたいと願っています

## すてっぷはこんなところ

	太陽の日差しがいっぱいです	1日リハビリ集中型です	レクリエーションがありません	利用者は男性6割女性4割です	医師、理学療法士、作業療法士、看護師、介護福祉士、介護予防運動指導員など、多職種協働で取り組んでいます
--	---------------	-------------	----------------	----------------	---

## リハビリの内容



ボール踏み



マッサージ



歩行運動

個別リハビリ	定期的なリハビリテーション会議	3か月毎の7種目体力測定
バランス練習	マシントレーニング	ラダーを使用した歩行運動
マット運動	リラクゼーションのためのマッサージ	ストレッチングボード
ボール踏み		

1日の流れ

9:30 到着・お出迎え

10:00 午前のプログラム  
RO※・準備体操

10:30 【グループA】  
・マシントレーニング

【グループB】  
・マット運動  
・歩行練習  
・バランス練習

11:45 お口のリハビリ体操

12:00 おいしい昼食  
口腔ケア



13:45 午後のプログラム  
【グループA】  
・マット運動  
・歩行練習  
・バランス練習

【グループB】  
・マシントレーニング

15:00 整理体操

※ROとは... リアリティ・オリエンテーションのことです。日常会話をしながら、日付、季節、最近の出来事などを確認し合います。朝の会のようなものです。

15:30 送迎開始



日常風景



丸選手のユニホームで気分も上々↑



マシンで楽しくリハビリ



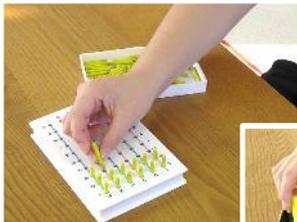
マット運動



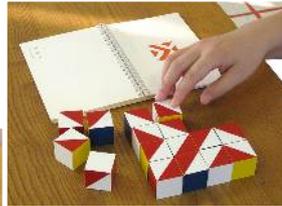
個別リハビリ



将棋や囲碁で真剣勝負!



手指運動  
指先のトレーニングも  
行います



梯子型の  
ラダーで  
歩行運動



足裏刺激 ボール踏み

【目標達成のために】



←「歩行器で近所のお店まで歩いて行きたい」という目標を設定し、5cmの段差昇降練習中です



→「自宅洗面台の8cmの段差を越えたい」という目標のもと、杖歩行で10cmの段差昇降練習を行いました



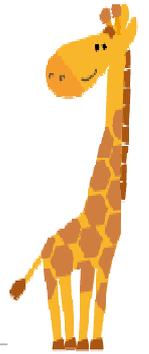
「姿勢よく」を心がけて

よっ!みかん名人!



立派なみかんができました◎

11月4日(金)つどいの家  
菜の花学園交流会



春のカレーパーティーに続き、菜の花学園から交流会の招待状が届きました。

早速、利用者様と一緒に牛乳パックを切って折り紙を貼りゴムをつけた。パックヨーヨーのプレゼント作りにとりかかりました。

園に到着すると、ホールまでの階段を園児さんが元氣いっぱい上がってきます。それに続き一步一步息を切らしながら上ると、園児さんたちが席まで手をつないで案内してくれました。

金屋さんの挨拶でスタートした交流会は、みんなで歌を歌ったり、園児さんと輪になって玉入れゲームをしたり、「勝った！負けた！」と一緒に楽しみました。

プレゼント交換では、持って行ったパックヨーヨーを「こうやって遊んでね」と園児さんたちの前でやって見せ、園児さんからの口々の「ありがとう」にみなさんニコニコ笑顔でした。

園児さんからいただいたプレゼントは、牛乳パックにきれいな色の折り紙を貼った小物入れでした。

お別れでは、園児さん一人ひとりと握手をし、「ありがとう、ありがとう」と言いながら、頭を撫でる人、手をさする人と名残惜しんでおられ

ました。

帰りの車中も「これかわいいけん、ひ孫に取られそう。もう一つちょうだい」とプレゼントにご満悦の様子。後日、自宅の玄関に飾っておられる方もおられました。

普段小さい子どもたちと接することがないので、一緒に行ったわたしたちも心がほっこりとあたたかい一日を過ごす事ができました。

菜の花学園のみなさんありがとうございました。次も楽しみにしていますね。  
(原田 須賀子)

11月4日(金) つどいの家



こっちだよ！

こんにちは～！

楽しいね～♪

作品介绍

壁画・野ばらの樹

野ばら



柱を幹に見たて、葉は春から夏には青々と、秋には紅葉し、冬には雪の積もった姿に…季節に合わせて変身していきます。



野ばらの樹です。野ばらへのエレベーターを降りると、すぐ正面に自慢の壁画がご覧いただけます。ぜひ見に来て下さいね！季節に合った題材、色合いを考え、切ったり、貼ったり、また切って配置して…利用者様と職員と一緒に作り上げています。貼り絵も皆様だんだんと熟練して、すまなく、色合い美しく…！「前よりきれいにできるようになったよ！」と自信も湧いてきます。



大町 政子さん  
おくだ まさこ  
【絵を描くこと】

奥田さんは福井県で生まれ、昭和19年頃、製菓会社に勤務されていたお父さんの転勤で広島へ引っ越しして来られました。政子さん自身も22歳の時製菓会社へ勤務されていた。23歳の時に結婚され長男を出産。26歳で二男を出産されました。

結婚後は、25歳から定年される50歳まで家電屋で電気製品を販売していました。お盆とお正月以外、ほぼ休みもなく必死に働かれています、それを支えていたのが大好きな絵を描くことと、子どもさんの存在だったそうです。

政子さんが2歳のときにお父さんが亡くなり、その後お母さんが再婚されたものの兄弟はできず、家ではひとりであることが多く「家の中では絵を描くことしかなかったんですよ」とそれがいつの間にか好きなことに変わっていたそうです。

得意なジャンルは、幼い頃から風

景画だそうで、人物像は「上手いとか似ていると言われたことが無いからあまり描く事が好きじゃないよ」と言われていました。幼い頃は、お母さんが買ってくれたクレヨンで描いていて、中学生頃から水彩画を描くようになったそうです。

絵が好き、得意と言っても昔からコンクールなどには応募したことがなく、「人に見せるのが好きじゃないよ。恥ずかしいから。38年前に亡くなった主人にも見せたことが無いよ。それでも絵を描くことが好きで趣味は、絵なんですよ。今でも自然を描く事が好きなんよ。何故かと言うとね、自然は文句を言わないからねえそうでしょ♪」と笑みを浮かべながら答えてくれました。

そこで、ひとつお願いをしてみました。スタッフ(以下:ス)「デイサービスあすか大町で絵を描いてそれを飾らせてもらおうのもダメですか?」

奥田さん(以下:奥)「それは大丈夫よ!」

ス:「人に見せるのが嫌いじゃないんですか」

奥:「確かにそうだけど本音を言えよ、誰かに評価してほしい。ここは、信頼できるから」

ス:「今後その季節にあった壁画とか

お願いしてもいいですか」

奥:「いいですよ。そのかわり上手じゃないよ(少し照れくさそうに)」

ス:「これからも大好きな絵を描き続けてくださいね」

奥:「ありがとう。がんばるよ!そのかわり応援してね!」と笑顔で答えてくれました。



塗り絵をされている時や絵を描かされている時はすごく集中されていて、声をかけてよいものか迷います。それだけ真剣に絵を描かれているのが今回の話を伺ってよくわかりました。とても素敵な絵です!どうしたら上手く描けるのか今度教えてくださいね。これからも大好きな絵を描いてください。絵の話をする表情は、とても輝いていて生き生きとされています。私も見習って奥田さんのように素敵な歳とり方をしたいなと思います。

(加藤 浩司)

きれいな色使いで優しい雰囲気作品たちです



# おもしろきかな我が人生



ショートステイあすか大町

ひので ためこ

日野出タメ子さん

大正8年11月24日生まれ(97歳)



## 【子どもの頃】

わたしは、山口県の防府市に生まれましたよ。7人兄弟の長女として生まれました。家は雑貨屋でタバコ、衣類、化粧品なんかを売っていました。とても繁盛していたんですよ。

隣には、かまぼこ屋さん、その隣にカフェがあつて、その向かいには芝居小屋(歌舞伎)があつたんですよ。良くみせてもらいましたね、そのおかげで歌舞伎が大好きになりましたよ。

両親は忙しくてなかなか一緒に見れませんでしたが、わたしひとりで行くと、タダでみせてもらいましたよ。

## 【結婚】

23歳の時に近所に住んでいた3歳上の方と親の勧めで結婚しました。楽しく過ごしましたね。わたしも趣味が多かったし、主人は切手集めが趣味でしたね。

結婚後は、専業主婦になり主人の仕事で朝鮮(ソウル)に渡り4年程暮らしていましたよ。終戦になつてまた山口県に戻りましたが、主人の仕事の都合で広島県江波に来ました。それで以降はずっと広島で過ごしましたね。子どもとは仲良く過ごしましたね。学校の行事や保護者会なんかは積極的に参加しましたからよく学校に行きましたよ。行きすぎかもしれないですね。

## 【一人旅】

子育ても終わり余裕ができてからは、旅行が趣味でした。沖縄から北海道まで幹線はすべて行きま

したね。旅の間で知り合った人たちと仲良くなるのがとても楽しかったですね。

特に京都、大阪には能楽を見るためよく行きましたよ。そのおかげで大阪、京都には友達がたくさんできました。ジパングという旅行会社は60歳になると30%引きになるのでよく利用しましたね。

## 【現在】

今はテレビでスポーツのニュースをみるのが楽しみです。特に相撲が大好きですね。遠藤関を応援してるんですよ。最近はなかなか勝てないですけどね。

あと歌も好きですよ。とくに井上陽水が好きですね。

ショートステイでは、ほかの方とのお喋りや貼り絵を作ることができて毎日が楽しいですよ。



とってもかわいらしいお写真です

今では大町の作品の多くを手掛けることができているんですよ。とても綺麗に作ることが多いです。そして、笑顔が素敵な素顔を見せてくれます。これからも笑顔で元気お過ごしください。(荒蒔 伸治)

## 医療法人あすかの関連施設

緑井3丁目20・1

あすか居宅介護支援事業所

082-830-5177

リハビリデイ・ポシブルみどりい

あすか病児保育室

児童デイサービス ぱるみどりい

緑井2丁目12・25

高橋内科小児科医院

デイサービスセンター

まやるちよく

通所リハビリテーション すてつが

ショートステイ 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3丁目10・28

児童デイサービス

ぱるびしゃもん

緑井2丁目13・17・2F

児童デイサービス

ぱるひよし

毘沙門台東1丁目24・16

デイサービスセンター

しゆりあちよく

デイサービスセンター 野ばら

あすか療養センター 緑井3丁目40・30

毘沙門クリニック

ショートステイ いわや

通所リハビリテーション 野の花

あすかケアプラザ 中須1丁目26・12

ヘルパーステーション

あすか大町

デイサービスセンター

あすか大町

ショートステイ あすか大町

サービス付き高齢者向け住宅

レジデンスあすか

あおぞら保育園

緑井2丁目11・11・102

あすか訪問看護ステーション

“ニューズレターあすか”は  
当法人のホームページ上でも見ることができます  
全編カラーで掲載しておりますのでぜひご覧ください  
<http://www.asuka-net.or.jp>



医療法人あすか

Mail: asuka@smail.plala.or.jp

〒731-0103 広島市安佐南区緑井2丁目12-25

TEL: 082-879-3143 FAX: 082-879-3190

(編集:新宅 佳那子)

## 【編集者のつぶやき】

気づけば年末…今年も風邪ひとつひかない健康な年でした。丈夫な体になんてくれた母に感謝ですが、丈夫すぎて周りからは鉄人呼ばわり笑。しかし、最後の最後に負傷しました。車のドアで指つめたんですよ！そしてつめたことに気づかないというどんくささ…情けないなあ…(まあ見事に鈍感力発揮しましたが、ヒビも骨折もなかったのよ！)と、今年も毎月しようもない話に付き合っていただき有難うございました。おそらく来年もこんな感じです。よろしくお願いします。