



ききょう便り

令和5年 秋号(第75号)



ききょうデイサービスセンターぶどう狩り

「認知症に備えて」

評議員 船越 孝次



認知症・・・私の若い頃50年も前になりますが、その頃はあまり話題にもならず、気にも掛ける事はありませんでした。昨今認知症による事故や事件が大きな社会問題になっております。

私の母は、岩手県盛岡市に住んでおります。96才になり足腰が少し不自由になりましたが、頭脳は私よりしっかりしております。1日置きに朝8時と時間を決めて携帯電話で今日の盛岡の天候や、朝食の内容を「今日は何を食べたの」とか、昔話をしたりして安否確認を兼ねて会話を楽しんでおります。

妻の母が90才になりますが認知症になりました。6年程前から行動に変化が出て来ました。昭和村から沼田へ嫁いでもう70年になりますが、私が義母と会話をしていると「アアこの家にもずいぶん長くおじゃましてしまった、そろそろ帰らなくては・・・」と言い出しました。私が「母ちゃんの家はここ横塚だヨ」と言うのと、「いや自分の家は坂を下りて行った所だ」と言います。義母の実家は岩本駅の近くに有り方向は間違っ
てはいませんが、本当に実行されたら迷子になり行方不明になってしまいます。家ではガスに鍋を掛けて焦がして穴を開けてしまったりしたこともありました。一緒に暮らしている家族は目を離すことが出来ず大変です。身体は健康そのもので、農作業が大好きで何時も畑で作物を育てたり、コマメに雑草を刈り畑や家の廻りには雑草が1本も無くとてもきれいでした。しかし、今はほとんど出来無くなってしまいました。

3年程前からききょうデイサービスセンターを週3日御世話になっており家族はとても助かり心から感謝しております。ありがとうございます。

高齢者になるとしっかりした方、認知症になる方と不思議に個人差があると感じています。高齢化社会がどんどん進み明日は我身かなと考えると気持ちがとても暗くなり落ち込みますが、認知症に備えて今自分が出来る事をあんまり気張らずに明るく生活して行くしか無いと強く思っております。

社会福祉法人 桔梗会

特別養護老人ホームききょうの里
ききょうの里短期入所生活介護事業所
ききょうデイサービスセンター
ききょうの里居宅介護支援事業所
沼田市在宅介護支援センターききょう

〒378-0002
群馬県沼田市横塚町957番地2
TEL 0278-23-8831
FAX 0278-23-8832

ききょうデイサービスセンター岡谷
ききょうヘルパーステーション

〒378-0061
群馬県沼田市岡谷町687番地
TEL 0278-23-8861
FAX 0278-23-8852

発行責任者

堤 佳史

ききょうデイサービスセンター岡谷

ききょうデイサービスセンター岡谷では、5月から新型コロナウイルス感染症が5類になったのをきっかけに、細心の注意をしながら、外出行事などを再開しています。日々の活動も楽しみながら行っていますが、外の空気や景色、または他者とのふれあいは気分転換にもなり、皆さんはいつもと違った表情や笑顔を見せてくれています。日頃の室内での過ごし方や外出行事の紹介をさせていただきます。



利用者様の日課でもある藁草履作り！職員が1つ作るまでに、3足は出来てしまいます。



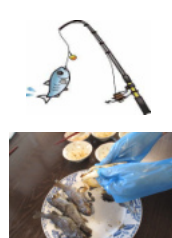
毎年、野菜作りを行っています。きゅうり、なす、トマト、じゃがいもを作りました。じゃがいも掘りは利用者様と一緒にいき、15時にホクホクのじゃがいもをいただきました。



皆さんで作った野菜でカレー作りを行いました。ご家庭でのアレンジや隠し味を教えてくださいながら、皆さんで作ったカレーを昼食に召し上がりました。



9月26日に沼田東中学校の生徒の職場体験があり、行事で予定していた稲刈りを手伝ってもらいました。稲を刈る前に稲を束ねる藁紐を作り、刈った稲を束ねて八手に干しました。利用者様が先生役となり、一からゆっくりと教えてくださる姿が微笑ましかったです。



今年は異常な暑さから稲刈りが早く、収穫量が少ないと聞いています。稲刈りに前にたんぼアートを見学に行きました。



9月15日に沼田市社会福祉協議会が開催する「池田地区、中学生とのふれあいマス釣り大会」に参加してきました。一緒にマス釣りをしたり、焼いたマスを食べてきました。



特別養護老人ホームききょうの里 【ユニット型】

夏が終わり秋の装いが覗える季節となりました。秋と言えば「食欲の秋」が思い浮かびます。9月の行事として「ぶどう狩り」を行いました。沢山の方にぶどう狩りを楽しんで頂けるように思考を凝らして車椅子でも手が届く位置にぶどうの木を作りました。甘くて大好評でした。



10月は「スポーツの秋」として運動会を開催しました。大地グループと大空グループ対抗玉入れ競技では、籠に40個のお手玉が入り接戦になりました。ラストは、お楽しみのパン食い競争。お目当てのパンやプリンを目がけて突進。大いに盛り上がった楽しい運動会になりました。



沼田市立沼田東中学校の生徒さんが、職場体験に来ました。一緒に散歩したり、新聞工作をしながらお孫さんのような生徒さんと会話を楽しまれていました。



天気が良かったので外へお散歩に出かけてみたら、花が綺麗に咲いていたので思わず写真を撮ってしまいました。天気の良い日は庭の野菜の収穫をしたり、お花摘みを楽しんでいます。

これからも、四季を楽しんで頂ける行事を開催していきたいと思えます。



『いつもと違う？変だな？と思ったらご相談ください』

主任介護支援専門員 篠田 一成

年を取ったし、昔のように動けなくなってきたな…。

まだまだ、私はそういうところ（介護サービス事業所）に行くまで悪くなってないよ…。

元気だから大丈夫、何でも一人でできるんだから…。など

みなさん思っていることは様々だと思います。健康寿命、平均寿命などの言葉があります。日常生活に制限されることなく生活出来る期間を「健康寿命」と言います。なるべく健康寿命を延ばすことや、これに近い生活を継続することを望まれていると思います。しかし、突然困りごとはやってきます。「これからどうしよう…」「買い物に行けなくなっちゃった」そんな時は居宅介護支援事業所や在宅介護支援センターへ連絡してください。身体が動かなくならないようにするためのアドバイスや、困りごとの相談や解決方法を、ご本人・ご家族と一緒に考えさせていただきます。安心してご相談ください。



☆行事紹介☆

ききょうデイサービスセンターでは、秋の運動会を開催しました。「玉入れ」「パン食い競争」など色々な競技をして真剣に競い合ったり、たくさん笑ったりして楽しい運動会でした。



手作りおやつで「たこ焼き」や「おはぎ」を作りました。上手に丸めて美味しそうなおはぎが出来上がりました。



☆編集後記☆

夏が終わったと思ったら秋を通り過ぎて冬のような寒さがやって来ました。今年はインフルエンザも流行るのでは…と騒がれています。新型コロナウイルスとインフルエンザのとりべき感染対策は変わらないと思いますので今後も引き続き気を付けていきましょう。ききょうの里では、10月に新型コロナウイルスのワクチン接種やインフルエンザの予防接種を行っています。体調管理をしながらこの冬を乗り切りましょう。

総務課 高橋 由香里

