



ききょう便り

令和6年 秋号(第79号)



ききょうデイサービスセンター岡谷「ぶどう狩り」

「支えて楽しむスポーツ」

常務理事 佐伯 岳彦



今年の夏は、フランスでパリオリンピック・パラリンピックが開催されました。私も連日の熱戦に感動したことを覚えています。特に、フェンシングやバレーボール、パラ水泳、車いすラグビーなどが印象に残っています。

スポーツを「プレーして楽しむ」人は数多いと思います。では、「観て、支えて」楽しむ人はどうでしょうか。以前、私も趣味は何かと尋ねられれば、スポーツと答えていました。もちろんプレーすることをイメージしてのことです。最近では、少し変化して観て（見て応援して）楽しむこともありますし、ゲームの審判をしたり、運営に携わったりするなど支えて楽しむようになりました。私と同じように「支えて楽しむ」人が増えつつあるのではないのでしょうか。

スポーツを継続して効果的に実践するためには、それを支える人材、組織、情報、資金などが必要です。また、大きなスポーツ大会を成功させるには、大勢のボランティアの協力や大会運営ノウハウ、専門的な知識・技術、地域住民参加による取組など、より多くの支えが必要となってきます。「支える」というのはスポーツを支える活動の振興のことだと考えます。

では、「支える」ためには、どのようなことが必要でしょうか。一つは、ボランティアや種目・レベルに応じた指導者などの人材の養成、確保、活用です。スポーツ医学等を研究した指導者も必要です。二つめに、スポーツの普及・振興を図るためのスポーツ関係団体の育成です。障害者スポーツに対応する団体もしかりです。三つめは、的確でわかりやすいスポーツ情報の提供です。SNSの普及もその一助となっています。四つめに、地域の特性、歴史、伝統、ニーズにより地域独自のスポーツを発展させることです。シンボルスポートを育成して、地域イメージを向上させることができるはずです。スポーツによる街作りに繋がるかもしれません。

私が桔梗会常務理事としてできることは、利用者様・ご家族様のニーズを把握しより幸せな生活を送っていただくこと、併せて職員のやりがいを増幅することと考えています。直接、介護や看護には携わることはできませんが、環境整備や制度改善など「支える」ことはできると確信しています。

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

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

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

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

特別養護老人ホームさきょうの里 ～従来型～



HAPPY
BIRTH DAY

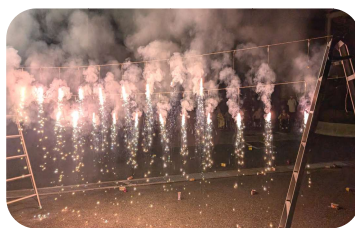


毎月お誕生日会を開催しています。

7月は3名の方が誕生日を迎えました。輪投げやボーリングを職員と一緒にいき、楽しいひとときを過ごしました。



8月には、職員による歌謡ショーを行いました。工夫を凝らした衣装や歌に利用者様も手拍子をしながら笑ったり一緒に歌ったりして楽しみました。



2年ぶりに従来型・ユニット型の合同花火大会を行いました。真夏ではなく少しずらして行ったので、暗くなるのも早くて花火がとても綺麗に見えました。大きな音と共に、キラキラ光る花火を見ながら大変喜ばれていました。

ききょうデイサービスセンター

ききょうデイサービスセンターは横塚町にある、特別養護老人ホームききょうの里に併設されているデイサービスです。毎日色々な方面からお越し頂いています。たくさんの行事の中から一部ですがご紹介させていただきます。



お花見ドライブ
で「岡谷町」の桜
を見に行きました。

感染症の対応が落ち着いたので、外出昼食会を行いました。市内のとんかつ屋、うどん屋さんにて何日かに分けて皆さんと食事会に出かけました。



手作りおやつで、焼きまんじゅうを焼きました。利用者様が見える場所で焼き、いい匂いをさせながら作ったので美味しさも増したと思います。



利根実業高等学校の生徒さんとの「花植え」では、生徒さん達にやって貰う事の方が沢山ありましたが会話をしながら楽しく植えられました。



ききょうの里の駐車場付近にある「ブルーベリー畑」で散歩しながらブルーベリー狩りをしました。管理係の職員さんが肥料をくれたり手入れをしてくれたお陰で、今年の粒は大きくて甘くて美味しいものがたくさん出来ていました。

七夕には、笹に短冊と飾り付けをしてそうめんを頂きました。綺麗に盛り付けしたそうめんを皆様に囲んで食べました。



ぶどう狩りに出掛けました。天気にも恵まれて美味しいぶどうを沢山食べて、お土産も買ってきました。ぶどうに囲まれて食べていると一段と美味しく感じられて、たくさん食べてしまいました。



「セルフ・リーダーシップ」という考え方

ヘルパーステーション サービス提供責任者 芝宮 千代子

『へるばる』というホームヘルパーの為の本を購読しています。その中に訪問介護職が身につけたい「セルフ・リーダーシップ」という特集がありました。自分自身を導く「セルフ・リーダーシップ」は、誰にでも必要な力で主体的になることで仕事も人生も豊かになるというそのヒントとなる考え方を紹介していました。

スティーブン・R・コヴィー博士の著書「七つの習慣」を学ぶというもの。

①主体的である ②終わりを思い描くことから始める ③最優先事項を優先する

④Win-Winを考える（相互利益） ⑤まず理解に徹し、そして理解される

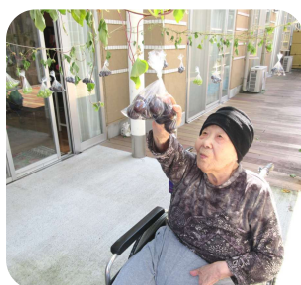
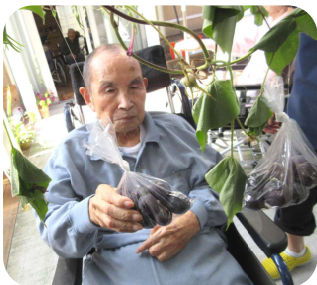
⑥シナジー（相乗効果）を作り出す ⑦刃を研ぐ（自分を磨く）

この七つの習慣を理解する前に私達の行動や態度は、「こうあるべき」という思い込みから生まれている。「こうあるべき」という思い込みは生い立ちや環境、経験によって無意識に私達に影響を与えているもので、状況や物事に対する見方・考え方は人それぞれ違う。自分と同じ見方・考え方の人は一人もいないと理解すると世の中の見え方も変わってくる。“十人十色”ですね。この7つの習慣を実践するのは難しいかもしれませんが、相手の想いを尊重する習慣を身につけ、いつも前向きに主体的に仕事に向き合う、人間力・コミュニケーション力の向上に取り組み、よりよい対人関係が築けるよう学んでいきたいと思います。

☆行事紹介☆



デイサービスセンター岡谷の庭で育てた稲の収穫時期になり利用者様と職員で稲刈りをしました。2週間ほど干して脱穀しました。後で精米しておにぎりを頂く予定です。



特別養護老人ホームききょうの里ユニット型では、ぶどう園には全員では外出が出来ないので中庭にぶどう園を作り皆様に楽しんで頂きました。その後は美味しくいただきました。

☆編集後記☆

暑い夏が終わり冬が近づいてきました。朝晩は冷え、昼間は暖かく体温調整が難しい時期です。ききょうの里では、インフルエンザ予防接種が10月15日から開始されました。さまざまな感染症が流行っていますが、アルコール消毒液が効きにくい等も言われているので手指は石けんと流水でよく洗うなどをし利用者様の健康管理はもちろんですが職員も気を付けて参ります。

総務課 高橋 由香里

