

王喜の郷の輪 第24回

ケアハウス王喜の郷入居者 M・N 様

今回は今年6月に入居された N さんにお話しをお聞きました。
あるスポーツを今でも続けておられるそうです。そのスポーツとの出会い、元気の秘訣をお聞きました。



それは、45年前、小倉駅ミドリ口、ホームに出来た新橋中
と、新入社員が見習いをしてきた。身長185cmの偉丈夫で柳
川高校のテニス部員、前年のインターハイで優勝したとのこと。

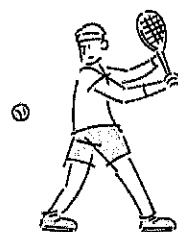
瞬時に「私、テニスが好き、その柳川のテニス教えて」との
一言で、優勝者との付き合いが始まりました。練習場も、遊び場も
よく技術も指導。勝負は、どっちも強いが約束で、20年下のフー
グを度け、自分でもテニスの技術指導、雑誌にも目を通し、おぼろの
シマツも身につけ、テニスへの興味はつきりとはありませんでした。

運動体質だった身体も健康に、無事、体を鍛えることができた。
練習後のビールは格別で、長く続けられ、決め手はビールの力に頼り
続けていけば、たまに御褒美がやってくるもので、2009年10月、山口県新通
新公園に於ける県バテランダブルス大会70年代部門で優勝できた
勝因は、やはり勝。私には他者を圧するようなパワーもスピードもない、素直
な愛嬌、ミスをしたように丁寧にやり直しを続けられたこと、試合相手はこれ
で強引に攻め込んでミスをしたことでした。

ところが人生思い通りにいかないもの。今年5月1日未明、脳梗塞を発
症、救急車で下関医療センターに搬入されました。意識はさうまもなく、再発
防止のためアルコール、ヤマト、ビール厳禁を命じられました。

今、安静と静養で日々過ごす毎日です。いざいざ、元気で
楽しめたことは45年間でしたが、いざいざ、これからは
86歳もなれた私に、毎朝の「内面の整理」や「熟成」に縁遠い
生活だとなつて、さきやが悔い、情とおおいきりな心を痛感する
「私とテニスの紹介です」

9月15日 M・N



週に一度、手作りデザートを作っています。

10月のデザート

- ①南瓜のプリン
- ②さつま芋蒸しケーキ
- ③いちじくケーキ
- ④団子 (変更もあります) どうぞお楽しみに!

たんぽぽ通信

10月1日発行 224号
ケアハウス王喜の郷 令和7年10月号

Webページ <http://www.ryokujukai.jp>

巻頭言

涼やかな空気を感じる季節になりました。

あれ松虫が 鳴いている ちんちろんちろん ちんちろん

あれ鈴虫も 鳴き出した りんりんりんりん りんりん

秋の夜長を 鳴き通す ああおもしろい 虫のこえ

世界的に見ても日本語はオノマトペと呼ばれる擬音語、擬態語が多く、4500語以上のオノマトペがあるそうです。
「ニャーニャー」「ザーザー」などの擬音語、「キラキラ」「わくわく」などの擬態語は感情や感覚を豊かに表現します。
皆さんも無意識のうちに使っておられるのではないのでしょうか?

"ビューンと来たボールをバーンと打つ!"

今年6月に亡くなられた長嶋茂雄さんの独特なバッティング指導です。

気持ちを音で伝えようと意外とスツと届くことがあるかもしれません。

にこにこシャンシャン、今日も良い一日になりますように。

施設長 末谷千秋

〈お知らせ〉

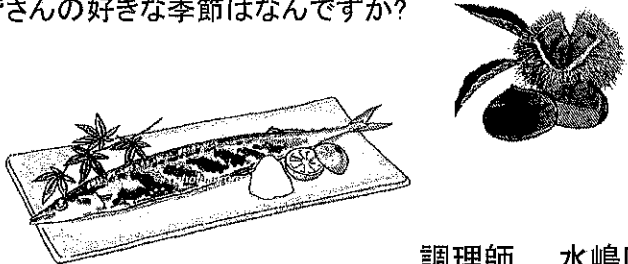
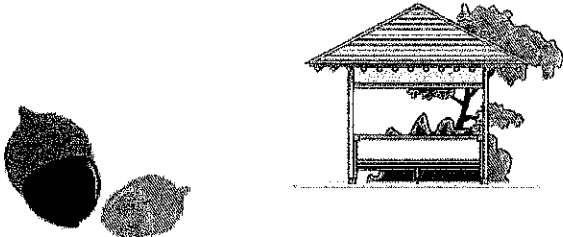
211号室 K・K 様 入居されました。

10月のお誕生日 & 行事予定

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6 十五夜	7	8 寒露	9	10	11
12	⑬ スポーツの日	14	15 Y・M 様 誕生日	16	17	18
19	20	21	22	23 霜降	24	25
26	27 ビューティーヘルパー	28	29 K・H 様 誕生日	30	31	

*誕生日: お名前記載の方の誕生日です。

**ビューティーヘルパー: 出張の理美容です。食堂白板に「申込み書」を貼っています。ご自分でご記入ください。

ケアハウス王喜の郷 暑い夏から段々涼しくなってきましたね。 スーパーやコンビニのお菓子コーナーに栗やさつま芋を見かけると「あっ。秋が来たなあ!」と感じます。 「食欲の秋」「文化の秋」「スポーツの秋」 「芸術の秋」「読書の秋」「秋の紅葉」 など様々な言われ方があります。 美味しい食べ物が旬を迎える季節です。 厨房では秋刀魚、栗、きのこ、梨、りんご など秋の食材を使った料理や果物をお出しします。楽しみにされて下さい。 私にとって大好きな季節です。 皆さんの好きな季節はなんですか?  調理師 水嶋麻里	王喜の郷デイサービスセンター 皆さまこんにちは。6月から事務員として入社しました前田里葉と申します。介護職に就くのは初めてですので、至らない点多々あるかと思いますが、精一杯頑張りますのでよろしくお願いいたします。 さて、10月になり朝晩は涼しさを感じるようになりました。秋といえば、「スポーツの秋」がありますね。私の2人の息子も保育園で行われる運動会に向けて、日々練習に励んでいるようです。運動をすると、筋力・体力の維持向上はもちろんですが、転倒や骨折の予防、認知症や骨粗しょう症の予防・改善にもつながるようです。体を動かすと気分転換にもなります。デイサービスでもいろいろな体操を行っていますが、お部屋でも是非、行われて下さい。  事務員 前田 里葉	グループホーム王喜の郷ライム ライム新設より2年が経ち、入居者の方々は三度目の秋を迎えられます。和やかな共同生活に馴染まれて「ここに居たら寂しいということがなくて良いね」とお互いが話されているのを聞いたことがあります。 転倒に気を付けて、職員が歩行介助や見守りを行う入居者の方は多いですが、日中自室で過ごされる方は殆どおられず私はいつも「健康年齢」の見事さを考えさせられています。 木屋川のほとり、王喜らしい自然に恵まれた「ライム」でこれからも入居者の皆様が健康に過ごされますよう願っています。  介護職員 和田 育恵	グループホーム王喜の郷 少しずつ暑さも和らいできました。外気浴や散歩に良い季節です。暑くて「今日は行かない。」と言われていた入居者の方も「行こうか。」と参加されます。この間はいつもより長く歩かれ、「よ～歩いたね～」とご自身もビックリされておられました。また風も吹いて「少し寒いかな?」と心配していましたが、「気持ちいいね～」と風を楽しまれておられました。どんどん散歩にお誘いしようと思いました。 猛暑と呼ばれたこの夏、一人も熱中症にかからず、元気に過ごしていただいております。これからは徐々に寒くなり、感染症のリスクも高まります。油断せず対策を行い、入居者の方の小さな変化に気づいていきたいと考えております。  介護職員 松永 端美
王喜の郷居宅介護支援センター 介護支援専門員が作成したケアプランが適切であるかチェックする「ケアプラン点検」というものがあります。 6月に利用者2名の居宅サービス計画書、基本情報、アセスメント、モニタリング等書類一式を市役所介護保険課に提出しました。9月には介護保険課より3名が来られ、質疑応答があり、点検結果の報告を受けました。 評価は利用者さんの病状や能力、サービスの必要性等の詳細な情報をより確認するよう助言を受けました。 利用者さんの目標設定は抽象的な内容ではなく、利用者さんが目標達成できる具体的な内容を記載すると良いとの意見もいただきました。 今後は利用者さんからより詳しく話を聞きとり、分かり易いく達成可能な目標を設定し、利用者さんに意欲をもってもらえる計画を作っていければと思います。 介護支援専門員 石川 ゆかり	王喜の郷ホームヘルプステーションいるか 7月から9月にかけて認知症実践者研修を受講しました。実習を通して、その方の思いを傾聴することで気持ちとを和ませ、不安を軽減できることを実感しました。言葉や行動の背景にあるものに気付くために観察をしてみると、本人が思っておられることを感じ取り、落ち着いて接していけるようになりました。 「ことば」によって人は安心し、「ことば」によって不安を覚えるということを頭におき、声掛けをしていこうと思いました。 研修で学んだことを他の職員と共有し、支援の方向性を統一して、ご家族や多職種との連携を図り、その人らしい、本人を中心とすることを意識したチームケアを目指していきます。  サービス提供責任者 藤成 舞	王喜の郷ミントの家 シニアハウス王喜の郷 今年もミントの家の中庭でブドウの実がなり、皆様に召し上がって頂きました。「甘いね。美味しいね」「また来年も食べたいね」と会話も弾まれていました。 猛暑もおさまり、やっと秋らしくなりましたが、日中はまだ暑い日が続き、昼夜の寒暖差が大きくなり体調を崩しやすくなります。また空気が乾燥しはじめウイルスの活動も活発になる季節です。 感染予防のため定期的に行っている室内の消毒・換気、利用者・職員の手洗い・うがい・消毒、検温を今後も継続し、健康管理に努めてまいります。  介護職員 黒川 満江	放課後等デイサービス さくら 少し涼しくなり、子どもたちも元気にさくらへ通っています。 8月の夏休みには、屋外でセミ取りやトンボ取りをしたり、夏祭りに参加したりと、楽しい時間を過ごせたことと思います。 9月の敬老の日には、折り紙でふくろうを折り、ミントの家・シニアハウスの皆様にお渡ししました。 子どもたちが作ったふくろうの表情も一つひとつ個性があり、とても温かい贈り物になりました。 これからも子どもたちの元気と優しさに力をもらいながら、支援を続けていきたいと思っています。  さくら支援員 浦 洋子