

清泉荘だより

vol. 4

平成27年5月22日
発行：亀岡清泉荘
亀岡市曾我部町南条下河原8番
☎0771-22-8239

利用者さまと春を見つけに



お花見をしながら談笑される利用者さま

「花冷え」「桜雨」と言葉だけ聞くと大変風情がありますが、今年には桜が開花してからはほとんど冷たい雨続きで少し残念でしたね。皆さまは雨の合間を縫っていいお花見ができましたでしょうか。
清泉荘のスタッフは幾度も雨に泣かされながらも「利用者さまと絶対お花見に行くぞ!」という執念のもと、連日空を睨みながらタイムリングを見計らい、結果利用者さまとたくさん桜を見にお出かけすることができました!花冷えもきつく、外でゆっくり皆でご飯:とはいきませんでした。車に乗ったままでも桜を見られる場所なども探しながら、多くの利用者さまに短い桜の季節を楽しんでいただくことができました。

冬の間は寒さはもちろんのこと、感染症など怖い病気を避けるため外出を控えるを得なかった利用者さま。花を見つけると指差してスタッフに教えてくださったり、車いすから低い場所にふわふわと咲く芝桜を優しく手でなでられたり、五感をフルに使って春を感じとられているように思いました。これからも四季の美しさを利用者さまと一緒に感じていきたいと切に思うスタッフでした。

美しい亀岡の春に利用者さまも心弾ませ!!
春はソメイヨシノだけでなく、あまぜん。天候が回復し暖かくなつてからは、八重桜、芝桜、菜の花、芽吹いたばかりの新緑など、一年で一番生命力があり美しい春の亀岡を利用者さまと共に楽しむことができました。



川辺を散歩しながら美しい八重桜を見!



はじめは威勢の良かった鬼たちも... スタッフ扮する鬼たちも...

今年も節分に利用者さまにまめまきをしていたいただきました!!
2月3日清泉荘では恒例になりつつあります、節分のためまきが行われました。グループホームの利用者さまも小規模ホームの利用者さまも全員一階のホールにお集まりいただき、スタッフ扮する鬼を迎え撃つべく丸く並べた椅子にお座りいただきました。少し緊張した表情の利用者さま。豆に見立てた新聞紙をにぎりしめ、まめまきの準備は万端です!
力の限り元氣いっぱい鬼は外! たまらず鬼は退散!
唸り声をあげた鬼たちが登場してくると、「こわい!」と声を上げられる利用者さまも。しかし新聞紙を握る手には力がこもり、普段は見られないほどの力で全身を使って鬼めがけ新聞紙を投げていらっしやいました。「鬼は外!鬼は外!」と声を合わせて暴れる鬼と懸命に戦う利用者さま。やがて利用者さまの気迫に圧倒された鬼たちはたまらず退散。鬼がいなくなったホールには、利用者さまの明るい笑い声が響きました。



利用者さまの元氣に勝てず... たまらず降参!!

節分元氣に鬼は外!

改心した鬼と記念撮影
その後改心した鬼たちが再登場。利用者さまもすっかり仲直りをした鬼たちは、皆さんと楽しく記念撮影をしました。
豆に見立てたエイセイポロと紅茶で敬談
力を出し切って心地よく疲れた後は、みんな豆に見立てたエイセイポロと紅茶のおやつを食べました。本物の大豆を召し上がっていただくことはできませんでしたが、皆様節分の雰囲気満喫してくださっているようでした。
清泉荘では二階のグループホームの利用者さまと一階の小規模ホームの利用者さまとの交流は日常的にありますが、一同に会されるのはイベントなどが行われるときに限られます。皆さん懐かしいお友達に会われたよ!うな気持ちになりましたので、おやつを食べながらいっしょにも増して会話に花が咲いたようでした。
清泉荘も開設一年半を迎え、様々なイベントが恒例行事となりつつありますが、スタッフの創意工夫でこれからも皆様の思い出に残るような楽しいイベントを作り上げていきたいと思います。

曾我部小学校 4年生の皆さん との交流会



プレゼントもいただきました

11月に曾我部小学校の四年生の皆さんが清泉荘に遊びに来てくださり、交流会を行っていただきました。実はこの交流会、清泉荘のスタッフはほぼノータッチで、曾我部小学校の四年生の皆さんが計画から運営までを全て考え、取り仕切ってくれたのです！



歌を披露してくださる皆さん

交流会は丁寧な自己紹介から始まり、四年生の皆さんが一生懸命考え、手作りしてきてくださったゲームコーナーへと進みました。

「わなげ」や「魚釣りゲーム」「〇×クイズ」など、車いすのままでも楽しめるように工夫されたゲームが盛りだくさんで、利用者さまは子供の頃にかえったような笑顔で大きな声を上げて楽しんでいらっしやいました。

ゲームの後は皆さんで縦笛の演奏や歌を披露してください、最後には素敵なプレゼントも利用者さまに手渡ししてくださいました。

最初は利用者さまとのように接したらいいかという不安や戸惑いもあったと思いますが、でも、お一人おひとりが思いやりを持って利用者さまにとっても丁寧に接してくださいました。きっと利用者さまにとっても思い出深い一日となったことと思います。曾我部小学校の皆さん、ありがとうございました。

清々しく晴れた秋の日に利用者さまと亀岡運動公園にお弁当を持ってピクニックに行きました。

この日は室内にも陽射しがたっぷり差し込むほどいいお天気。お出かけの時間が待ち遠しい利用者さまとスタッフでしたが、はやる気持ちを抑えつつまずは一緒にお弁当作り。おにぎりを握ってウインナーを炒めて卵を茹でて：彩のいい美味しそうなお弁当ができあがりました！



心地よい日差しの中、みんなで一緒に食べるお弁当は格別でした！

芝生の広場に到着すると「近くにこんなよい場所があるんや」とびっくりされる利用者さまも。みんなで作ったお弁当はもちろん美味しいはずですが、みんなが外で食べることに何倍も美味しく感じるから不思議です。

「天気がよくて気持ちいいわあ」と皆さん気持ちよさそうにくつろがれていました。清泉荘ではこれからも積極的に皆さんの笑顔が見られるお出かけを企画、実施していきたいと思えます。

新年会とバンドサークル“菜摘”さんによる演奏会



利用者さまの手作りの鍋をいただきお楽しみしました

お正月の慌ただしさも一段落した1月20日、利用者さまと一緒に新年会を行いました。

お昼は小規模ホーム、グループホームに分かれて鍋パーティーです。利用者さまにご希望をおききましたところ、小規模ホームは寄せ鍋、グループホームは焼きそばに決まりました。この日は材料を切ったり、つみれを作ったりなどの調理は利用者さま主導で行われました。ベテラン主婦の方から、普段料理は奥様任せというご主人様まで、率先してテキパキと準備をしてくださいました。

昼食の時間になり各テーブルのお鍋からグツグツとおいしそうな音が聞こえ、いい香りが部屋に充満すると利用者さまもスタッフもお鍋が煮えるのを待ち遠しそうに一点を見つめます。具材が煮えて食べ始めると、あちらこちらから「おいしい！」と歓声があがりました。



サークル“菜摘”さんによる熱気あふれる演奏会

いつもの昼食とは違う雰囲気の中で、箸がすすむ利用者さま。「みんなで食べる鍋はおいしいね」と、とても喜んでいただけました。

鍋パーティーの後はお楽しみみのバンドサークル“菜摘”さんによる演奏会です。キーボード、ハーモニカ、ギターの有志ろんで結成されたサークル“菜摘”さんの合計年齢はなんと2300歳！利用者さまと変わらぬいお歳の方々の力強く迫力ある演奏に、利用者さまは感心されるとともに、たくさん元気をもらったとおっしゃられていました。

「誰か故郷を想わざる」から始まった演奏会は「みかんの花咲く丘」「長崎の鐘」「青い山脈」など利用者さまが好きな懐かしい曲目がアンコールを含め18曲も続きました。皆で大合唱になるなど、とても熱気のある素晴らしい演奏会でした。サークル“菜摘”の皆さん、素敵な時間をありがとうございました。

利用者さまの日常

〜認知症の方と向き合う〜



小規模多機能ホームの日常をスタッフの目線でご紹介します

2月の終わりに亀岡清泉荘の管理者、打越さんの誕生日がありました。ちょうどその頃打越さんは出張に出ており、その間に皆で寄せ書きを作った。打越さんをお祝いしよう！という計画を立てました。色紙に打越さんの顔写真を貼り、利用者さまお一人おひとりに、「この方、わかりますか？」と聞くと、「わかる！名前は思い出せへんけど…顔は知ってる！」「いつも、ここにはいる人やろ？今日は見かけへんけど…」「これ、先生でしょ？いつもお世話になってます」など、皆さんそれぞれに答えてくださいます。色紙を見て、「辞めはるんか？」と心配される利用者さまもおられました。現在出張中である事と、もうすぐ誕生日で皆でお祝いをしたい事を伝えると、「遠い所まで行って、頑張ってはるんやねえ」と感心される利用者さまや、「顔、見いひんから、どうしたんかと思ってた」と心配されていた利用者さまや、「いつもお世話になってるんやから皆でお祝いしよう」とおっしゃる利用者さまの姿がありました。

管理者の誕生日を祝う準備を利用者さまと一緒に

「一言、お祝いの言葉と名前を書いてもらえませんか？」とお願いすると、最初は「字、ヘタやし、書くの恥ずかしいわ。アンタ、書いて」とおっしゃっていましたが、ある利用者さまが、「字のキレイ、ヘタは関係ないんよ。これは気持ちなんやから」とおっしゃられ、書き始められると「ほな、私も書くわ」と、皆さまで色紙を回して書いてくださいました。「なんと書いてよかわからへん…」とおっしゃる利用者さまには、「おめでとう」や名前だけでも良いですよ」と声を掛けると、皆さん丁寧に書いてくださいました。目が見えにくく、手が震えてしまわれる

利用者さまも、一文字、一文字ゆっくりとおめでとうと書いてくださいました。書いていた大きながら、「喜んでくれるかなあ？」「感激して泣かはるんちやいます？」「びっくりしはるやろなあ！」「喜んでもらえたら嬉しいですね」など、皆さんとお話ししました。

心がこもった利用者さまからのお祝いの言葉に感動

打越さんが出張から戻ってきた日、打越さんが席を外している間に誕生日会のセッティングをし、小さな声で皆でハッピーバースデーの歌の練習をしました。打越さんが戻ると、誕生日会の始まりです。今度は皆で大きな声を歌をうたい、大きな拍手と「おめでとう！」の音が響きました。皆さんそれぞれに「いくつになったん？」「誕生日はいつなん？」「若いなく！女盛りやな！」など、打越さんに話しかけられます。打越さんもこのサプライズにとっても驚き、喜んでくれました。利用者さまお一人おひとりにお礼の言葉を伝えると、利用者さまはすてきな笑顔を返されていました。

利用者さまを支えるばかりではなく、スタッフもまた利用者さまに支えられている

私達介護スタッフは、このすてきな笑顔にいつも癒されます。「ありがとう」と言ってくださる言葉もとても嬉しいことですが、それよりも、利用者さまが生きがいや、やりがい、役割りや居場所を見つけた時に、キラキラとした笑顔や、おだやかな表情に、私達もこの仕事をしたいと良くなった事を感じています。利用者さまを私達が支える一方通行なのではなく、私達も利用者さまに支えられているのだなと感じます。打越さんが出張から戻ってきた日、ある利用者さま



利用者さまとガーデンパーティー
所を見つけた時に、キラキラとした笑顔や、おだやかな表情に、私達もこの仕事をしたいと良くなった事を感じています。利用者さまを私達が支える一方通行なのではなく、私達も利用者さまに支えられているのだなと感じます。打越さんが出張から戻ってきた日、ある利用者さま

認知症のつらさを分かち合ったうえで、ともに前向きに歩んでいけるように…



が「おかえり」と言え葉をかけたくださった事にしても感動したと聞きました。私にもその話を聞いて、このホームは利用者さまの居場所だけでなく、第二の我が家のような居場所となるのだと、皆、何かの縁で出会えた共同体なのだと感じました。

利用者さまは「最近忘れっぽくて…」「ポケたんなかな…」「何にもわからへん…」とおっしゃられます。忘れていく事にとまどいや不安を感じておられます。全てを忘れてしまうのではないから、苦しいのです。けれど、私達スタッフの名前は忘れてしまわれても、顔は憶えていてくださいます。顔や雰囲気私達の事やホームの事を感じてくださっています。私達はそれが嬉しいのです。

「何をしても、すぐ忘れてしまうからアカン…」とおっしゃる方もいます。楽しかった事も、嬉しかった事も、忘れてしまう事は淋しいけれど、楽しい事や嬉しい事は何度も行えば良いのです。忘れてしまっても、その一瞬、一瞬の楽しさを一緒に感じられたら…と思います。

打越さんの誕生日を、喜ばせたいという一心で祝ってくださった皆様の笑顔は、とてもほころびげでした。これからも、亀岡清泉荘小規模多機能ホームは、皆さまと一緒に一瞬、一瞬を大切に、楽しい毎日を作っていきたいと思えます。

(文・小規模多機能ホームスタッフ

矢部 二三代)



第三回「NV200バネット」

とうとうご紹介できる車も最後です！
今までは「タクシー」をご紹介してきましたが、
次は「バス」・・・は言い過ぎですね・・・。
とにかく4～5人でゆったりと乗っていただける
車をご紹介します！



「お連れと乗る、お連れと行く」



<こんなことができます>

車いすの方もお1人様までなら、車いすのまま乗っていただけます。

お花見・ピクニック・外食などなど。
いつもの顔と、違う場所へ。
もちろんお送りも、お迎えも！
何人でも、とは言えませんが
「お連れの方と一緒に」
は叶えてくれる。頼もしい仲間です。

【材料】※子餅約100個分

かめまるいも...2kg 米...2.5カップ もち米...0.5カップ
酢...少量

- ①かめまるいもの皮をむき、1cmの厚さに切り、強火で20分ほど蒸し、手早くすり鉢ですりつぶす。
- ②米ともち米を水3.5カップで炊き、すり鉢ですりつぶす。
- ③すりつぶしたかめまるいものと米ともち米を混ぜる
- ④30g（大さじ中盛り程度）ずつまるめる。（この分量だと約100個できます）



子餅は冷凍保存ができます、使用するときはオーブントースターで5～6分焼きます。清泉荘では今回お雑煮に入れました★

かめまるいも(アラータイモ)は、
亀岡の“宝物”です！！

素朴な味わいで美味しい！おもちの代用品をご紹介いたします★
清泉荘では残念ながら利用者さまにおもちは提供しておりません。しかしせめてお正月などは少しでもおもちに似た風味のものを召し上がっていただきたい！そこで！お料理応援隊の方が亀岡特産の「かめまるいも」を使用して、おもちの代用品を作ってくれました。今年のお正月は白みそ仕立てのお雑煮にこのおもちの代用品を入れました。おもちのような自然な旨味はあるのに、このレシピで作るとおもち独特の粘り気がなく、口の中でほろほろと崩れていくような食感です。飲み込む力が弱い利用者さまでものどに詰める心配がなく、安心して召し上がっていただけます。また高齢者の方でなくても、是非皆様のご家庭でもおためしください！

かめまるいもを使ったおもちレシピ

介護職員募集中！あなたの優しさが最大限発揮できる職場です。

募集：介護職、夜勤専従職員
資格：要ヘルパー2級もしくは介護福祉士
待遇：車・バイク通勤可、交通費支給(上限10,000円)
勤務地：亀岡清泉荘※JR亀岡駅よりバス便多数有
(バス乗車10分、バス停徒歩1分)
応募：まずは履歴書(写真貼付)をご郵送ください。
選考後、応募書類は返却いたします。



25名の登録利用者さまと9名の入居者さまに30名のスタッフで対応します。一人ひとりの負担が少なく、無理なく働くことができますよ！あなたのご応募お待ちしております！（ケアマネジャーより）



介護職(契約社員)

時間/9:00～18:00
17:00～翌9:00
時給/850円～

※週4日程度の勤務
※曜日応相談
※残業有※休憩60分有

夜勤専従職員

時間/17:00～翌9:00
日給/11,500円～

※週1・2日程度の勤務
※曜日応相談

小規模多機能型居宅介護・認知症高齢者グループホーム
ケアコミュニティ株式会社 亀岡清泉荘
〒621-0022 亀岡市曾我部町南条下河原8番

☎0771-22-8239(担当/採用係)
<http://www.care-community.co.jp>
seisensou01@care-community.co.jp

スタッフ同士の仲が良い、とっても楽しい職場です☆あなたのお電話お待ちしております！
(採用担当より)