



みんなの家だより 1月号

R6/1/10



謹んで新年のお慶びを申し上げます

例年に比べると暖かく、清々しい天候のもと新年を迎えることが出来ましたが、年明け早々に、能登半島地震や大きな事故など立て続けに暗いニュースが流れてきました。

幸い、あきる野市では大きな揺れもなく普段と変わらない生活となっておりますが、被災された地域では、余震も続いており、大変な状況は変わりありません。

首都直下型地震や南海トラフ地震などもいつ起きてもおかしくないと言われているため、私たちも日々の生活の中で常に「備え」が必要だと痛感しております。

自然災害や5類になったとは言え未だ感染者の出ている新型コロナウイルス・流行中のインフルエンザなどの感染症に対する「備え」も意識しつつ、世間一般とは足並みを揃える事が難しい、私たち高齢者施設でも、今年にはコロナ禍前の状況に少しづつでも近づけていきたいと思っております。

さて、4月には介護保険制度の見直しを控えるなど、高齢者の生活環境もめまぐるしく変わっていきます。ご利用者やご家族はもちろん、職員にとっても「変化」には厳しさを伴うことも多いと思いますが、職員一同、工夫と努力を積み重ねて「一人一人の“生きる”を応援」できるよう努めてまいります。

本年もよろしくお願ひ申し上げます (施設長 私市 真彦) ❀

❀秋川あすなろ保育園・作品展

お隣のあすなろ保育園では作品展が催されました。「すごい感性だなあ〜、大人にはとても真似できないね！」とHさん。編み物上手のKさんは編み物作品を前に「これほんとに子供たちが編んだの!!」と目を真ん丸に。そしてみんなの家からも子供たちが「さすがお婆ちゃん」と憧れるような皆さんの作品を出展しました。子供たちのはじけんばかりの個性と元気に溢れる作品群に皆さんも沢山のエネルギーを受け取られたようです。



❀菊の花びらほぐし

今年もみんなの家の畑でたくさんの黄色い菊の花が採れました。皆さんに花びらほぐしをしていただき、和気あいあいと「おひたしにして食べるとおいしいのよね」「こうすると花卉が採りやすいのよね」と女性に交じって男性の利用者さんも参加してくださいました。おやつでごま油の味付けで菊の花をおいしくいただきました。ごちそうさまでした。



(レシピ) 菊の花のナムル
鍋に湯を沸騰させたら色止め用の酢をひと回し(分量外)と、菊の花びらを入れ、浮いた花びらをざるなどで抑えながらさっと湯がく。ざるに取り、水で冷やしながら丁寧に洗う。軽く水気を取り、絞る。
酢 [1]・砂糖 [1]・醤油・ごま油「少々」で和える。
他にも菊ときゅうりの酢の物や菊ご飯などもお勧めです。



🌸認知症実践者研修を終了しました



認知症実践者研修では、アセスメントをとり、他の職員にも協力を頂き無事に問題を改善するべくケアを行う事が出来ました。アセスメントなどで問題点を出したり、ZOOMでのグループワークなど大変でしたがとても勉強になりました。今後も生かせるケアを行っていきたいと思います。(関岡 麻衣子)

🌸お餅つき

12/26 (火) 秋川あすなる保育園の園庭でお正月を迎える準備でお供え餅用のもちつきがありました。風もなくポカポカ陽気の中、子供たちの「よいしょ〜！」の大きな掛け声と男性職員の杵で餅をつく姿に「懐かしね。昔はみんなでやったのよ」と笑顔でお話してくださいました。大きなお供え餅はみんなの家の玄関に飾ってあります。



🌸お誕生会



保育園のお誕生会に参加しました。子供たちとの交流に最初は戸惑い緊張した面持ちの皆さん。そんな様子を遠慮気味にうかがっていた園児たちも、自己紹介で笑いが起こると堰を切ったようにお爺ちゃんお婆ちゃんに群がり、「腕相撲」や「あっちむいてホイ！」に誘います。その姿はまるで本当の孫と祖父母のよう。ある男の子は家に帰って「おじいちゃん腕相撲弱かったよ〜！」とママに話したそうです笑

🌸初詣



近くの唐辛子地藏まで、皆さんで歩いて初詣に行ってきました。

Mさんは、年末から初詣に行くのを楽しみにされていました。「せっかくだから少し自分で歩いていくわ。」と頑張って歩かれ、無事にお参りもできてとても嬉しそうなご様子。また来年も来たい。」とおっしゃっていました。

🌸音楽療法

音楽療法士の松木先生ご指導のもと、ハンドベルの演奏に挑戦しました。皆さんには数かずつのチームに分かれていただき、音ごとに分けられた色とりどりのハンドベルを持ってスタンバイ。何度か練習をした後、『喜びの歌♪』を素敵に演奏する事ができました。先生の指揮を見つめる真剣な眼差しは本物の音楽家さんながらでしたよ。



また、白菜、シイタケ、ニンジンなど、皆さんに出していただいたお鍋の具材を『喜びの歌』のメロディーにのせ『お鍋の歌♪』として楽しく歌いました。冬にはピッタリの歌ですね〜♪

