

デイサービス ひろがりナリ

第15号

発行日：2014年3月31日

発行回数：年2回発行

発行者：デイサービスひろがりサロン

責任者：小椋 純子

連絡先：045-962-2775

活動場所：横浜市鴨志田地域ケアプラザ

2階多目的ホール

—————活動概要—————

活動日時 月曜日 10時～15時30分

料金 利用料 700円

食事 500円（昼食・おやつ）

その他 介護保険とは関係なく利用できます

一年を振り返って

小椋純子

ひろがりサロンは活動を始めて八年になります。

今年度は通常の活動の他に、外での活動として、子どもの国への遠足、青葉台フオーラムでの外食会、東京丸の内方面へのバス遠足、玉川高島屋での外食会を行いました。また季節の行事として、夏祭り、クリスマス会、新年のお茶会なども行いました。

行事はそれまでの内容を参考にしながら、それぞれの担当者が企画し、皆で協力してスムーズに活動ができたと思います。

しかし、一方で例年通り行つてきたことが本当に楽しい活動だったのか、内容や活動全般について、検討してみようということになりました。

ました。

そこで、アンケートを作成して利用者とご家族の方に意見を伺い、スタッフは活動に対する考え方書いてみました。



お願いいたします。
継続は力なり！皆さんよろしく

思いはさまざま、誰もが満足

のいく活動にするのは難しいかもしませんが、皆の意見を聞けたことで、考えるヒントをたくさんもらつた気がします。

必ずしも今までのやり方に捉われず、交流のある他のデイサービスの内容を参考にしたり、その他多くの方々の意見に耳を傾けるなどして、新しい風を取り込んでもいいのかなども思います。

ほのぼのとした温かい雰囲気と、

八年間積み重ねてきたことは大ことにしながら、利用者の方、ご家族、スタッフ皆で九年目、十年目へと、より充実した楽しい場になるよう、活動を長く続けていけたらいいなと思います。

2014年度 活動予定日

2014/4/7, 14, 28

5/ 12, 26

6/2, 9, 23, 30

7/7, 14, 28

8/4, 11, 25

9/1, 8, 22, 29

10/6, 13, 27

11/3, 10, 24

12/1, 8, 22

2015/1/5, 12, 26

2/2, 9, 23

3/2, 9, 23, 30

白川さんを偲んで

中川 和子

ひろがりサロンがはじまる十時頃に御主人の運転する車で愛犬を膝の上に乗せてケアプラザにお見えになります。

オレンジやピンク、淡い色の洋服が良くお似合いです。

部屋に着いて、お茶を飲みながら、御主人、ご家族と一緒に登った山の話、そこで出逢った野鳥達、プロ並みのご主人が撮った野鳥達の写真を沢山見せてくださいって目を輝かせながら私達に話をして下さったことなどを思い出します。

体操の時は、ボール投げがお得意でした。

キッチンスタッフの作つた昼食を周囲の人と和やかに話をしながらおいしい、おいしいと残さず召し上がり、昼食後、天気が良く体調の良い時には、ケアプラザの周辺を散歩したり(花や木の名前を教えていただきました)近くのお洒落な雑貨の店、

お花屋さん、ケーキ屋さんも覗きに出かけられました。

午後三時頃には、ご主人が待っているからと少し他の人より早めに帰られて……思い出は尽きません。

一〇十三年十月二十日 永眠
享年 六十五歳

永かつた闘病生活から解放されてもう五ヶ月の月日が流れました。

周りの人を気遣い家族を想い花や鳥、動物そして自然を愛し、真っ直ぐで心の優しい白川さん。

白川さんに出会った事、感謝しています。

ありがとうございます。



ひろがりとの出会い

田中 一江

ひろがりに参加するようになつたのは、まだ働いている時でした。友人に、キッチンの人手が足りない為、月一回でも良いので手伝つてほしいと誘われたからでした。出来る時、出来る事をすれば良いのであれば、私も出来るのではないかと思い見学することにしました。

最初はきざみから入り最近では味付けも少しずつするようになり「おいしかった」「ありがとう」の言葉は、今では私の喜びになつています。共に生きる事の大切さを感じている今日この頃です。

ひろがり歓喜

梅田 ひさ子

今日明日と眺むる景色かわらねど

見つむる心は移り変はりて

吾が身には声掛け来るる友多し

小さき出逢ひに心のはずむ

手が動き足運ばれてその様は

我のみうれし人知らずとも

スタッフ、キッチングスタッフの生き生きした人達との出会いは、新鮮でした。皆さんのがしさにふれ楽しいひと時を過しました。

最初はきざみから入り最近で

は、新鮮でした。皆さんのやさしさにふれ楽しいひと時を過しました。

親を家で看取る ということ

松浦 美紗子

昨年秋、父（96歳）が大腸癌（'07年手術）からの肺癌（告知せず）で死亡。

最後まで入院する事なく、自宅で看取りました。

これは生前両親にもしもノートを紹介した時「最期はどうしたいか」を十分話し合っていたからです。（それまでは二人共当然 病院とthoughtっていました）

大腸癌のあと父は、掛け付け医訪問看護師・ケアマネ そして家族に自分の口からはつきりと「今後何があつても、入院はせん。延命は一切いらん」と宣言。ただ腫瘍マーカー値が上がるにつれ体力が落ち、痛みが出始めた時、医師・看護師から「最期末家でいいですね」の確認があり「大丈夫です。痛みのない日常生活をお願いします」と応える

と「サポートします」の言葉で

*訪問診療（月1回11190円）
*訪問看護（月2回1484円
含 緊急時加算）が始まり、
*ポータブルトイレも購入

（一割負担）亡くなる日も使用。
紙パンツ使わずにした。
痛みには 初めはロキソニン
最後はデュロテップパッチを単位を上げながらで対応。

お陰で父は生活を変える事なく近くのスーパーや銀行へ出かけ庭の花を生け、DVDで映画を楽しみ、愛用のカメラで母を撮り亡くなる五日前には母のために「たこ焼き」を作り三日前には最後となる外出でベン立てを買ひ、前日は子供（私・妹・弟）を呼び寄せ五人で食卓を囲み「ああ昔に返ったみたいやなあ」と日記に残しました

翌日、家で家族に囲まれての湯灌・納棺 手伝わせてもらいました。御棺には父の愛用品をいっぱい

父の希望通り家族葬で送りました。

あぶないね でも点滴は無しね
夜、掛り付け医が死亡を確認。

おまけ

お通夜でうれしいことが…
訪問看護師さん三人とケアマネさんがみえて

「原さんとこへ行くの樂しみやつたんよ、寂しなるわあ」と御棺の父に声掛けを…

父がいつも来訪を心待ちにしていたのです。



ひろがりキッチンのレシピから

森川 早苗

今回は好評だったカレーうどんです。

カレーライスの残りをリメイクするのではなく、「出し」を最初からしっかりとて作ります。カレールーは味を見ながら少しづつ加えてください。寒さが厳しいこの日、うどんのアツアツを口にはおぼると、しばし皆さんが無言になりました。

2014/02/10 のメニュー

☆今日の献立☆
✿ カレーうどん
✿ しいたけシューマイ
✿ リンゴのサラダ
✿ ふろふき大根
✿ 果物(オレンジ・バナナ)

✿ おやつ
✿ ヨーグルトムース

ホームページ は次のところにあります。

http://www.geocities.jp/hirogari_salon/
(「ひろがりサロン」で検索してもOK。)

ホームページの献立詳細、2月10日の所に写真があります。

カレーうどん <4人分>

牛肉………400g 砂糖………大匙2
玉葱………1個 みりん………大匙1
出し汁 …… 5カップ ☆ 醤油………大匙2
カレールー 1～2個 生姜………小1
水大匙3+片栗粉大匙1 (すりおろし)
冷凍うどん又は茹でうどん

<作り方>

- ①鍋に玉葱と☆の調味料を入れて強火にかけ、玉葱がしんなりするまで加熱する。
- ②①の中に牛肉を入れ、ほぐしながら火を通す。水分が少し残る程度になったら火から下ろす。
- ③出し汁と、②を鍋に入れ強火に掛け沸騰直前まで温めたら、弱火にし、カレールーを入れよく溶かす。
- ④再び火に掛け、熱くなったら水で溶いた片栗粉を少量ずつ入れトロみを付ける。
- ⑤冷凍うどんをたっぷりのお湯で湯がいて器に盛りカレーを掛ける。



「あおばふれあい助成金」
「年末たすけあい配分金」
いきます。を受給して活動を行つて

ひろがりサロンは

(高山)

* 寒い日が多かつたようになります。今年は二月に大雪が降りました。そんな中でひろがりの十五号が出来ました。皆さんの協力、ありがとうございます。ありがとうございます。

* * 編集後記 * *