



## 往還風景

### 詩吟

第2回

前回に引き続きたくさんの方が参加されました。皆さんとても熱心で、すぐ歌われたのでびっくりしました。“お腹から声をはりあげて歌うので体が熱くなり、健康にもいいんでしょうなあ”というご意見も聞かれ、詩吟のよさを感じる時間になりました。



## 6月のクラブ活動

6月7日(木) 書道クラブ

6月28日(木) お花クラブ

### 詩吟

6月12日(火) 詩吟

## ディサービス

### 柏餅風蒸し菓子を作りました

柏餅をイメージしたお菓子を季節を楽しむ手作りおやつを作りました。さつまいも、米粉、春菊、砂糖を混ぜてすり鉢でよく練り蒸し器で5分蒸して完成です。

## 臯月御膳

清涼感のあるメニューで、おいしくいただきました。

### おしながき

- ☆てこね寿司
- ☆茶碗蒸し
- ☆冬瓜の冷鉢
- ☆フルーツ
- ☆吸い物



完成



## 人はどのように生きて、どのように最後を迎えるかを考えましょう

自分で食べられなくなったり、排泄の始末ができなくなったり自分の身体を他の人にお世話してもらいながら生活する事も、ある意味、延命治療だと言う話を聞いた事があります。口から食べなくなり胃に孔をあけて栄養を直接胃に入れる、酸素装置をつける、その様な事が延命治療の始まりと考えた私はそうなの？ そうなんだ？ とすぐには受け入れは出来ませんでした。人間80歳を過ぎて意思の疎通が難しくなり、お食事を食べる、飲み込みが難しくなり毎日の生活に、他の方のお手伝いが必要になると、おおむね人生の終末期に近づいたと言われてます。お体の変化としては、尿量が減る、血圧が異常に下がる、体重が減る事が有るようです。その時に、食べて欲しい、飲んでほしい、少しでも戻って欲しいと望みますが、医療でも手の施しようが無い時が有ると言われています。その時に、お住まい頂いて介護をさせていただいている施設の出来る事は、お体を清潔にさせて頂く、できるだけ痛み、苦しみの無い時を過ごして頂く、そばに人がいる事を感じて頂く、お口から食べられる又は飲めるものがあればとて頂くなどでしょう。それ位無力です。ですが家族様のお声かけ、そばに居て頂く時間は、本当にご本人様に安心を生むようで穏やかなお顔になられます。今、現在、終末期、最後の時を考えるのは、難しいですが、こころの片隅で自身の事として考えて頂く機会を作って頂きたいです。

入所担当介護支援専門員 八尾 敏子

## お手玉作り

去る5月5日(こどもの日)。かねてより、手指のりハビリにお手玉を作りたいと思っていた。幸い2階のAさんと話がまとまってお手玉作りをした。

(pm14:00~16:00) いざ作ってみると結構こまかく縫う作業で真剣だった。そこへ同じ2階の応援隊MさんHさんに来て戴き、急に賑かになり、次第になごやかな雰囲気につつまれる。Mさんは、私はひやかに来たただだからと言って昔のお手玉であそんだ体験を楽しく話された。

そして♪♪青葉しげれる桜井の、、、♪♪と楠木正茂の子どもとの別れを歌われると、そばにみえたAさんがそれに合わせて最後まで歌われたので皆がびっくりするやら、うれしくなって皆で声を合わせて歌った。その後もいろいろ質問や昔の遊びを口口に発表され楽しい波紋が広がっていった。

時間内に6玉出来ましたが、それよりも皆で共感して自然に会話が広がり歌も歌って充実感溢れる時間を過ごせた事を皆さんに感謝すると共に個性の素晴らしさを感じた。

レクリエーションケースワーカー 伊藤 美子

## タオルのリハビリ

ディ・サービス

歌：茶摘みのリズムに合わせて休符の2拍をトントンと手をたたくことから始まり、タオルを両手で持って下から上にあげ自分の前にきたらタオルを寄せて引っ張る動作を2回行いました。皆さん、歌を歌いながらよく出来るのに感心しました。又、足のリハビリは、体も揺らしながら足を上げたり下ろしたり、トントンで足を踏みならず。

次は海のリズムでお一人おひとりアキレス腱をマッサージした。気持ちいいと、ニッコリ喜ばれました。足に手を触れられると個人差でキャーキャーと喜ばれ方や静かにニッコリされる方やいろいろだと思いました。

終って“おやつがおいしいわ”の声が上がりました。

レクリエーションケースワーカー 伊藤 美子

## 今日から始める、簡単お口のケア ワンポイント アドバイス



### 退院後の口腔ケア

病気の治療法や退院時の状態によっては、お口に関係したさまざまなトラブルが生じることもあります。放射線治療や化学療法によって味覚障害が起こったり、免疫力が低下することで口内炎が起きやすくなったり、薬の服用でドライマウスが起こったりすることがあります。また、胃ろうで口から食べなくなると、唾液の飲み込みが悪くなり、誤嚥性肺炎が起こりやすくなることも、退院後には、主治医や歯医者さんと相談しながら、お口のトラブルを改善していく必要があります。

・味覚障害や唾液の減少によるドライマウスは、退院後数ヶ月から数年続くことがあります。お口の状態を回復させるためには、歯医者さんによる継続的なお口の管理が必要です。

・脳卒中の発症後、麻痺がなく自分で食べることができていても、夜間に唾液を誤嚥していることもあるので、専門家による口腔ケアの指導を受けましょう。

・胃ろう手術で自分のお口で食べていない場合でもお口の中の汚れはつきますので、しっかり口腔ケアを行いましょう。

歯科衛生士 水谷 敦子

## クラブ作品紹介

### 書道クラブ



### 花材

### お花クラブ



鬼ハゼ  
ハラン  
プロテア  
山丹花  
紅花