

ゆずみだゆら通信 第81号

長野県社会福祉事業団 特別養護老人ホーム泉平ハイツ 発行者 伊藤 靖
〒389-1105 長野県長野市豊野町豊野 2298-2 Tel 026-257-5180 Fax 026-257-5184



敬老の日とは「長年にわたる社会に尽くしてきた年長者を敬愛し、長寿を祝う」という日です。泉平ハイツでは9月17日に敬老会を行いました。式典では米寿3名、ハイツ最高齢百寿1名の方々のお祝いとし、百寿の方には内閣総理大臣、県知事、市長からのお祝い状と記念品が贈られました。ご家族も一緒に登壇していただき、心のこもった感謝の言葉には、会場一同胸が熱くなりました。



お楽しみ会では地元豊野の「イケダレバンド」による演奏がありました。おなじみの演歌や豊野町のイメージソング「ゆたかのまち」等の曲を、歌詞カードを見ながら口ずさんだり、手拍子を取ったりとご利用者それぞれに楽しみました。お茶の時間には上生菓子と共に出されたお抹茶を口にしながら「ちよつと苦いね」と顔をギョツとして笑い合っていました。次回はご家族や地域の方々を大勢お呼びして、もっと賑やかに祝いできたいと思います。

コカリナ・朗読ボランティア



コロナ禍により一時的に中止となっていたコカリナ・朗読ボランティアが、7月から再開されました。こちらの会ではボランティア2名の方が、オカリナを木で作ったコカリナという木笛での演奏や、童話などを朗読してくださいました。それまで賑やかにされていたご利用者も優しい音色に聞き入り、目を閉じながら朗読を聞いている方もおり、ゆったりとした時間を過ごす事が出来ます。楽しい話を交えながら様々な曲やお話を用意してくださり毎回楽しみにしています。



98歳になられた高津米子様はちぎり絵で四季折々の花や風景を表現されています。この度令和5年高齢者福祉施設利用者展に出席し、会長賞を受賞されました。作品は『孫への応援メッセージ』。高津様のお孫さんはプロの囲碁棋士で、応援の気持ちをちぎり絵で表現しています。沢山の方からお祝いされた受賞おめでとご会では、喜びと感謝の言葉を述べられています。



10月より看護師として働かせて頂く事になりました。末次美穂と申します。より良いケアが提供できるよう、自分の体調管理として無理のないペースでのウォーキングを頑張っています。泉平ハイツの一員として皆さんと一緒にご利用者が安心して過ごせるよう、頑張つて支援していきたいと思しますので宜しくお願い致します。



月に1回看護師にやる「リハくらぶ」というレクリエーションを行っています。これは「楽しみながら身体を動かす事でリハビリとなり、心身共にリフレッシュする」という目標のもと、歌に合わせた体操や、自然と身体が動いたり刺激となるような内容を考えて実施しています。ご利用者の中には夢中になり、普段に比べ身体を動かす量が増えたり、いつもより大きな声が出る方もいます。特養という施設の性質上、介護度が高い方でも参加でき、楽しめる内容をこれからも考えていきたいと思っています。



編集後記



プレゼントに頂きました



幼い頃の我が家の冬の風物詩はズバリ餅つきです。せいろで蒸した餅米を臼にうつし、杵でべったんべったん。杵を持つ父と餅を返す母の掛け合いも心地よい響きでした。大量に餅をつき、それをのし棒で伸ばし、大きな包丁で切り、箱に詰めて親戚に発送していました。子供の私はそれを楽しく見ていましたが、母はどれほどの苦労だったのだろうかと今さらしみじみと感じています。年末のハイツでの餅つきにふと浮かんだ光景でした。

参加したご利用者も最初は緊張気味でしたが、お茶会でリンゴの話が出たことで少しずつ打ち解け、ゲームのかかる取りでは、楽しそうに笑い声が体育館に響いていました。また、誕生月の方にはプレゼントをいただき、カバンや車いす等に付けてとても喜ばれていました。毎回趣向を凝らした内容に地域の方々も楽しみにされているとのこと。今後も参加させていただき、地域の方々と交流していきたいと思っています。

豊野地域で認知症の方やその家族・地域住民など誰もが集うことのできる「おれん家カフェ」に参加してきました。コロナ禍の影響で地域交流がなくなっている中、お茶会やゲームを通して地域のつながりを大切にされているのを感じました。

泉平ハイツの中心では、毎年いろいろな野菜を育てます。今年の夏は大変な暑さだったので、枯れてしまふのではないかと心配もしていましたが、ご利用者は野菜が育つ光景をリビングで眺めながら、「お！なったか」と興味津々です。

今年も夏から初秋にかけてトマト・きゅうり・じゃがいも・枝豆・晩秋には大根やかぶが収穫できました。



食欲の秋

6月にコンテナに田植えをし、夏場の酷暑を乗り越えて育った稲を、10月に一株ずつ鎌で丁寧に刈り取りました。

「昔は機械がなかったから全て手作業だったよ」「親戚や近所のみんなで助け合ってたのが懐かしいな。稲刈りのあとにイナゴも捕った」など思い出を語り合いながら、作業は進みます。

刈り取った稲を「はぜかけ」のために縛りますが、力の加減が分からず苦戦している職員を横目に、利用者の皆さんはあつという間に稲束を作り、干していきます。

11月、収穫したもち米でおはぎを作り、収穫祭を行いました。



その野菜を使い、グループ毎にご利用者と一緒に料理をしています。浅漬け、みそ汁、ポタージュなど様々なメニューです。

あじさいグループは「いももち」を作りました。じゃがいもを洗ったり、潰したり...最初は見ていただけの方も、いつの間にか笑顔で参加する

稲刈り



姿が見られました。

焼きあがったいももちの甘い匂いが食欲をそそり、そして美味しく食べていたご利用者は、「今日は良い日だな」としみじみと語っていました。



干し柿



10月、秋の風物詩でもある干し柿づくりに20名ほどのご利用者が集まりました。

「昔は毎年作ってたよ」と慣れた手つきで皮剥きをする方、そして包丁が苦手という方には、ピーラーをお渡ししました。秋晴れの明るい日差しが差し込むホールに、昔懐かしいのんびりとした雰囲気が漂った時間でした。

200個あった大きな渋柿の皮剥きが終わると見事な柿簾ができ、出来上がるのが待ち遠しい毎日です。

数日後、出来上がった干し柿は自然の程よい甘みで、お茶請けに皆で堪能しました。

バイキング形式で、好きな物をご自分で選び、その場で召し上がる「お楽しみ食会」が、6月より再開し、以降毎月行われています。

季節感のある彩り豊かな食事が並ぶと、ご利用者は「どれにしようかな」と迷いながら選び、普段あまり一緒にしない他のグループの方々と同席し、お話をしながら食事ができる時間を皆さん満喫しています。



お楽しみ昼食会



焼き芋



泉平ハイツ外周の落ち葉が積もる11月。落ち葉でたき火をし、おき火でじっくり焼き上げる焼き芋は毎年好評です。

ご利用者は長野社会ふくし専門学校の実習生と一緒に芋をホイルで包み、おき火に投入、焼き上がり待ちます。午後のおやつはねっとりとして甘い焼き芋を皆さんで頬張りしました。

