ひろば

第213号
2015. 9. 1
横浜シルバープラザ

納涼祭

8月1日（土）幸せのパラアシュートとの合図と共に緑の郷・横浜シルバープラザ合同の納涼祭が開催されました。職員もユニホームから浴衣や甚平に着替え準備満タン。利用者もいつもと見慣れない職員の格好に「素敵ね」「綺麗ね」などと仰ってくださいました。

皆様外の屋台で「やきそば・からあげ・たこやき・焼きとうもろこし・焼き鳥」などの色々な種類から悩みながら買われ、ご家族やボランティアさんたちと会話をされながらお食事を楽しまれていました。なかでも焼き鳥は好評で早くも売り切れました。また、冷やしきゅうりが今年なかったことを残念がる方もいました。

盆踊りも一緒に踊られたり、阿波踊りの音楽に合わせて手拍子や踊り子さんに声をかけている利用者もいました。阿波踊りでは当施設の介護リーダーが先導し歩かれ案内すると拍手が起こりました。

納涼祭の最後には両施設から打つ上げ花火が上がり花火の音と共に「すごいね」「綺麗」等の歓声が聞こえ拍手も起こりました。納涼祭後は「来年もまた花火みたい」と感想が聞かれました。

入居者様の楽しそうな顔、笑顔が見ることができてとてもうれしく思います。また、皆様の楽しそうな顔、笑顔が職員の励みになっております。

ご協力頂いたボランティアの方、地域の方に感謝を申し上げたいと思います。ありがとうございました。

介護福祉士　松村　芳美

ユニット紹介『さざなみ』

みなさん、こんにちは！さざなみユニット所属の藤島歩未です。私は今年の4月から横浜シルバープラザでお世話になっており、さざなみユニットに配属され、5ヵ月になろうとしています。今月はそんなさざなみユニットをご紹介したいと思います！！

さざなみユニットは、2階の右手側にあります。私がさざなみユニットに来て一番最初に思った事は、「お一人お一人の一日の運動量が多い！！」という事です。立ち上がり運動や歩行練習、さらに手足の運動などメニューは様々ですが、毎日小さな運動をコツコツ行っています。朝食後少し休んでから「よし、歩きましょう！」と声を掛けると「いいよー！いくらでも歩くよー！」と返事をしてくださる方もおり、ご利用者様も積極的に取り組んで下さっています。個人で行う事も多いのですが、大人数で行う事もあります。そのときは、職員が中心となって体操を進めるので、少し緊張しますがスムーズに進められるよう心がけています。ユニット内で行う小さな運動ですが、これからも積み重ねて丈夫な身体を作ってほしいと思います。

茹だるような暑い日が続き、秋が待ち遠しく感じますが、水分をたくさん摂って体調を崩さず過ごしていきましょう！

介護福祉士　藤島　歩未

通所リハビリテーションだより

1945年8月15日太平洋戦争終結から70年の今年、15日（土）ご利用の皆様に当時の事についてお話を伺いました。「飛行機の音が聞こえると地下壕にもぐった。」「子供を抱えて掛け布団を頭からかぶり、道のあちこちにある墨のように真っ黒焦げになった死体の山の間を走って逃げた。」「空が真っ赤だった。」「飛行機の音、焼夷弾の落ちてくる時のヒューっという音を未だに覚えている。」「北支で教育を受けて夜行軍として中支で戦争をしていた。寝ていたら殺されるから歩きながら寝ていた。死ななかったのは運がよかった。20歳から5年間兵隊で家族とも連絡が取れず、家に帰ったらみんなにびっくりされた。」「海岸線の工場で働いていた。たまたま逃げ遅れて、防空壕に入れなかった。爆撃で地面が揺れ、防空壕が水で埋まってしまった。防空壕にいた友達は皆死んだ。その後友達を掘り起こし、海岸で焼いた記憶がある。」「自分の命はお国のものだったから。」当時10歳でもその頃の記憶は鮮明のようです。想像も出来ない、壮絶な時代を乗り越えてこられた皆様。皆様が我慢強いのも、頑張り屋なのも、穏やかなのも、そんな時代を生き抜いてこられたからなのでしょうか。軍隊として一線で戦った経験があるのはデイご利用者の中でただ2人。戦争当時の話を聞かせてくださる方も少なくなっていきます。

そんなご利用者の皆様は、新聞を読んでは「安部総理は何を考えているのだろうか。」「今後日本がどうなるのか怖くなるわ。」と。平和な時代しか知らない私たちよりも、未来の平和について考えてくださっているように思います。

【これから先も　みんなの笑顔がいつまでも繋がっていきますように】シルバープラザから平和への願いをこめて・・・

通所リハビリ介護主任　村瀬　奈美

支援相談室からのご案内

今年は夏の早い時期から暑くなりましたが、8月の末には雨が降り涼しい日がありました。朝夕の気温の差が大きくなると、体調を崩し易くなりますので、皆様体調管理にご注意下さい。また涼しいと感じても、まだ汗をかく季節ですので、水分は充分に取るように心がけて下さい。

《敬老祝賀会について》

今月は、敬老祝賀会を開催致します。すすき野小学校金管バンドの元気な演奏会がありますが、ご家族席もご用意致しますので、ご参加いただければと思います。

・日時：9月21日（月・祝）
　　14：00～15：00
・場所：地下1階ホール

《介護教室について》

先月号でもご案内しましたが、9月26日（土）13：30～介護教室を開催いたします。説明だけではなく、実際の手洗い体験などもしていただきます。ご家庭での感染症予防にも役立つと思いますので、ぜひご参加下さい。詳細は、支援相談室までお問い合わせ下さい。

《秋の外出について》

秋の風が心地良くなる10月には、ご希望者対象の『秋の外出イベント』を開催予定です。各ユニットに掲示されるポスターをご覧いただき、お申し込み下さい。

納涼祭

九月の行事食

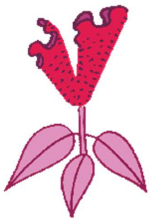
●9月21日～敬老の日～
皆様の長寿と健康を祈念して、敬老のお膳をご用意いたします。

●9月27日～選択食～
昼食のメインをあらかじめ選んでいただけます。
A　鶏の油淋鶏風甘辛ソース
B　海老と玉子の中華炒め

来月の特別食のお知らせ

～2015年10月の特別メニュー～
♪栄養満点！中華で豊かな秋を♪
☆季節の1品
★豚の角煮
☆揚げ春巻き
★えび団子のスープ
☆ごはん
★デザート
（予定日：10月10日（土））
どうぞふるってご利用ください。
（ご予約は9月29日までに職員まで）

管理栄養士　阿部　あや



今月の予定

2日（水）喫茶「PM」
3日（木）園芸クラブ「PM」
6日（日）朗読クラブ「AM」
8日（火）演奏会「PM」
9日（水）民謡クラブ「AM」
11日（金）カラオケクラブ「PM」
13日（日）朗読クラブ「AM」
15日（火）詩吟クラブ「PM」
16日（水）ジュリアの会「PM」
17日（木）音楽クラブ「AM」
18日（金）散歩クラブ「PM」
20日（日）朗読クラブ「AM」
21日（月）敬老会「PM」
24日（木）音楽クラブ「AM」
　　売店「PM」
25日（金）カラオケクラブ「PM」
26日（土）理美容「終日」
27日（日）朗読クラブ「AM」
28日（月）手芸クラブ「PM」

※都合により変更となる場合がありますので御了承下さい

編集後記

納涼祭は天候にも恵まれ無事に開催することができました．皆様楽しんでいただけでしょうか？
9月に入り夏ももうすぐ終わり，秋に近づいてきました．まだまだ暑い日が続くと思いますのでこまめな水分摂取は忘れずに．秋が近づくにつれて気温も低くなってきますので皆様体調に気をつけてお過ごしください．

介護福祉士　木村　謙介