



エスペランス通信

3月号

第381号



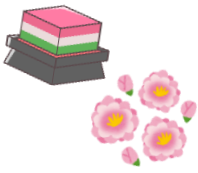
通所リハビリテーションです



寒さの中にも春の気配を感じる季節となりました。「エスペランス通信」を手にとってくださった皆様、最近ではオリンピックやWBCなどのスポーツの祭典が続き、寝不足の日々を過ごされてはいませんか？ 私自身、スポーツをするのは苦手ですが観戦するのは大好きなので少々寝不足の今日この頃です。今回は「通所リハビリ」の粋をいただきましたので当施設での日々の活動を少し紹介させていただきます。私たちは、皆様に季節の移ろいを感じていただけるよう、月ごとに様々な行事を計画しています。

- 1月:【書き初め・とんど焼き】年明けに書初めを行い「とんど焼き」をします。お飾りと一緒に書き初めも焼き、無病息災を願って煙をあびたり顔に炭をつけたりして帰ります。
- 2月:【節分(豆まき)】今年には多くの利用者様が参加され鬼もあちこちを回り大忙し！優しく投げる方もいれば「厄払い！！」と思いきり投げる方もおられ鬼もあたふたするほどの大盛り上がりでした。
- 3月:【ひな祭り】利用者様の力をお借りしてエントランスに立派なひな人形を飾りました。
- 4月:【お花見おやつ】栄養科と協力し、目と舌で楽しんでいただけるような特別なおやつを提供しています。
- 5月:【新茶のお茶会】新茶の季節。お茶会用の野点傘を広げ、職員も浴衣をきて本格的なお茶会を楽しんでいただいています。
- 7月:【七夕会】和気小学校の皆様にお越しいただき、一緒に願い事を書いたり飾りを作ったりして笹に飾ります。ご自身や家族の健康を願う利用者様の横で、小学生が書いた将来の夢を読み「楽しみじゃな」と微笑む姿も。
- 8月:【夏祭り】夏祭りを開催。若い時のことを思い出して懐かしいお話をされたり、競技では「負けじ」と挑んだり、負けると悔しい表情をされ方もおられました。
- 9月:【秋の大運動会・敬老の日】運動会では「他の人には負けられん！」とはエスペランス通所秋の大運動会が開催されます。ここでも「他利用者様に負けとけれん！！」といつも以上のパワーを出されて職員の方が驚くことも。また、敬老の日には賀寿の方を中心にお祝いをしています。百歳間近で元気に通われている方もおられます。
- 10月:【秋祭り】近所の小学生が子供神輿で寄ってくださいます。ちんどん屋の音楽に懐かしそうな表情を浮かべ、昔話に花を咲かせて盛り上がりします。
- 11月:【文化祭】リハビリの手作業や空き時間に作成された作品を展示しています。
- 12月:【クリスマス&忘年会】昨年はボランティアの方による演奏が行われ、懐かしのメロディーを口ずさむ方もおられました。サンタクロースも登場しましたが、通所には若くて可愛いサンタが来たため、利用者様の目尻は下がりっぱなし。年配職員がやきもちを焼くほどでした。

全員がすべての行事に参加できるわけではありませんが、「参加された方には全力で楽しんでいただきたい！」という熱い思いで日々企画を立てています。



接遇委員会です

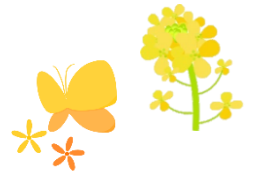


今月の法人接遇目標は、『身だしなみは、相手への思いやり』です。身だしなみは、自分のためではなく、相手（利用者様ご家族様）を安心させ、尊重するための配慮であると考えています。単に服装を整えることだけでなく、清潔感のある服装や髪形、表情や立ち振る舞いを通じてご利用様や、ご家族様に、大切にされている、という安心感をお届けするための「相手への配慮」だと考えています。言葉を交わす前に、まず目に入る職員の姿から、安心して過ごしていただける環境づくりにつながるよう、職員一人一人が日々意識して取り組んでまいります。今後も、ご利用者様とご家族様に、寄り添った施設運営に努めてまいりますので、どうぞよろしくお願い致します。





ヘルパーステーションわけです



3月になり、少しずつ春の気配を感じる今日この頃、皆様いかがお過ごしでしょうか。

朝晩の冷え込みと日中の暖かさの差が激しい時期ですが、衣服の調整やこまめな水分補給を心がけ、体調を崩さないよう春の訪れを楽しみましょう。

さて、3月の祝日「春分の日」ですが、実は毎年同じ日付ではないことをご存じですか？春分の日は、カレンダーで固定されているのではなく、「太陽が春分点を通る日」＝昼と夜の長さがほぼ同じになる日」を基準にして決められています。

でも、地球が太陽の周りを回る時期は、きっちり365日ではなく約365.2422日なんです。そのずれを調整する為に、「うるう年」がありますが、それでも少しずつ誤差が出るので、春分の日は、3/20になったり、3/21になったり、まれに3/22になることもあるのです。

今年3/20が春分の日です。春分の日「自然をたたえ、生き物をいつくしむ日」とされており、昔から本格的な春に向かう節目として大切にされてきました。また、この時期は「お彼岸」でもあり、ご先祖様に感謝を伝える行事としてお墓参りをしたり、ぼたもちをお供えし食べる習慣もあります。皆様、今年の春分の日はお家族でぼたもちを囲みながら、ご先祖様の思い出話に花を咲かせてみてはいかがでしょうか。

★ぼたもち豆知識

春のお彼岸に食べる「ぼたもち」は、春に咲く牡丹の花にちなんで名付けられたと言われています。ちなみに、秋のお彼岸では、同じものを秋に咲く萩の花から「おはぎ」と言わます。

「ぼたもち」の小豆の赤色は「悪いものをはらう」厄除けの意味があると考えられてきました。ご先祖様へのお供えとして昔から親しまれ、お彼岸に食べる習慣が広まったとされています。

最後に、新年度に向けて気持ちが落ち着かない時期もありますが、春は心も整えていく季節です。今月も皆様が安心して過ごしていただけるよう、職員一同、心をこめてサポートしてまいります。



認知症カフェつむぎです



昨年12月は人権擁護委員の方々をお招きしてお話を伺いました。人権擁護委員は、子どもから大人、障害のある方まで、すべての人が持つ「幸せに生きる権利」を守るために活動されています。困った時の相談窓口は電話だけでなく最近ではLINEでも受け付けているそうです。

また、町中にある「点字ブロック」についても学びました。正式名称は「視覚障害者誘導用ブロック」行き先を示す「誘導ブロック」と注意を促す「警告ブロック」の種類があること、発祥が岡山であること、最近ではQRコード付きのものも増えていることを知りました。ユニバーサルデザインの考え方にに基づき、誰にとっても安全な環境づくりが進む一方で、点字ブロックの上に置かれた看板や自転車、人の立ち話などが、視覚に障害のある方にとっては大きな「障がい」になってしまうという現状も共有されました。

こうした知識を持つことで、日常の中で気づいた時に改善でき、誰もが暮らしやすい町づくりにつながると感じられました。

次回の認知症カフェは 3月15日(日) 10:00～ です。



施設内のひな人形紹介

今年も施設内に、色々なひな人形が飾られています。ぜひ、見てください。

