

晩冬の俳句に、「春を待つおなじところに鳥けもの」(桂信子)を見つけた。  
でも、ウチの3匹の犬は、雪の運動場を大喜びで走っていたし、ワシも雪だるま作りに夢中。あまり風流ではない。

年末に、私の脱出型椎間板ヘルニアについて書いたところ、皆様から心配の声と同時に励ましを頂いた。おかげ様で2ヶ月を過ぎた頃からしびれ痛みが減り、想定範囲内に狭まった。排尿時に力むたびに左下肢に拵がった神経痛も消失し、ヘルニア塊の自然消褪は順調のようだ。手術となると2週間以上休まねばならぬため冷汗をかいたが、なんとか乗り切った模様。ただし、テニスでのダッシュの反応がやや鈍化し、全力走の速度が以前に比して若干遅い。筋トレとジョギングの手を抜くと左足が退化しそうなので、更に真面目に毎日行う事にした。一病息災と割り切る他ない。

今年ハーブ20周年は、振り返る年でもあり、同時に前に向かって歩み進む年でもある。私の不祥事でスタッフ皆様に迷惑をかけるわけにはゆかぬ。彼らの頑張り無しには何事も成し遂げられなかったから。同じ時期を共に同じ目標に向かって歩めた事に本当に感謝！です。同時にハーブにかかわる皆様が、これからも健康かつ幸せでありますよう、心から願っています。

ハーブ内科皮フ科 理事長 竹内 秀俊

## 【ケアマネージャー】

介護の世界に飛び込むこと10年。元々、美容業界にいた私には、介護の知識・技術などあるわけもなく、最初の頃は認知症の方に言われた一言に、勝手に傷つき泣いていたことも。あの頃の私は、ケアマネ資格を取るなんて考えてもみなかった。

資格を取り、ハーブに出会い、当時はハーブ職員の温かさに感動しました。

お日様のようなハーブ職員に、利用者様やご家族様の心もぼっかぼかになれたら…

と思います。私もそんな職員になっていきます！

## 【回想法・学習療法デイサービス】

「鶴を折った事がありますか？」とある利用者様にお尋ねすると「折れるよ」と言われます。1人で大丈夫かなと思いがらおり紙をお渡しすると、ご自分で考えながらほぼ1人で完成されました。そこからです、その方が鶴を折るのを見て お1人、又お1人と参加される方が増えて来たのです。

今回の事をつくづく思いました。ただおもてなしのみをするのではなく、お1人お1人がその人らしく生活できるよう、その方の有する能力をうまく引き出すきっかけ創りとそれを継続させて行くお手伝いをしていく事が私達の仕事一つだと利用者様から教えて頂いた気がします。



## 【くもん学習療法】

ハーブデイサービス・グループホームでは、認知症予防・維持改善のため、くもんの学習療法を取り入れています。

新しい年を迎え、また歳をとってしまおうと皆様が仰ってます。  
今年も明るく楽しく頭の体操をしていきたいと思っておりますのでよろしくお願いいたします。

早速ですが、86歳のTさんと87歳のMさんのペアのお話です。お二人はお歳が近い事もありとてもお話がはずみます。

86歳のTさんは初めてデイに来られた時はほぼベットの上で過ごされていましたが、



今ではご自分からやりたい事に次々に挑戦されています。今年は何に挑戦されるのでしょうか。  
楽しみですね。❁



## 「あけましておめでとうございます！」

2017年01月11日(水) 運動療法デイサービス

ちょっと遅れましたが……

あけましておめでとうございます！

今年は「酉」年！ 空高く翔びたいですね！

これ、皆さんが作ってくれたんですよ🐰

お花紙を小さく丸めて、  
紙にはって……

丸めたお花紙を集合させ  
たらこんなに素敵な絵馬  
が出来上がりました！🐰



こちらは酉さん作成中🐰

たのしみ……

じゃーん！！できました



ガッツポーズの酉さん🐰

力強そうですね🐰

今年もみなさんが楽しく

安心して過ごすことができるように🐰

みなさんの笑顔がたくさん見られるように

職員一同がんばっていきたくて思っております🐰

## 「紙芝居」

2017年01月18日(水) グループホーム ゆいまある

こんにちは、ゆいまあるのG藤です！🐰

ここ数日はとても冷え込みましたね。

皆様風邪をひいてしまったり、凍った道路で転倒👉

なんてことはなかったですか？

僕は何度かツルツルと足をとられてしまいました。

こんなに冷え込むと、外に出るのも億劫になってしまう  
ものですね。そんな時、暖かいお部屋での過ごし方と  
言えば、やはり読書でしょうか。

ゆいまあるには読書好きの方が沢山いらっしゃいます  
が、どうせなら皆様一緒に楽しんで頂こうと、先日は  
紙芝居の朗読を行いました🐰



慣れない音読に四苦八苦する私と、静かに聴いて  
下さる皆様。

殆どの方が初めてご覧になったお話だったようで、

最後のオチでは大きな声で笑って下さいました🐰

皆様も、たまにはこんな形の読書はいかがですか？

## 「年の初めに」

2017年01月09日(月) 回想法・学習療法デイサービス

あけましておめでとうございます

デイサービス職員一同 心新たに頑張っていきます

回想法デイでは年の初めのご挨拶の1つとして  
朝1番のお茶に美味しいお菓子をつけさせて  
いただきました



お茶もいつもよりちょこっと美味しいものにして  
皆さまをおむかえさせて頂きました

今年1年も皆様に喜んでいただけるよう  
励んでまいりますので  
よろしくお願いいたします🐰

## 【認知症ワンポイントアドバイス】

車の免許は返納するようにご本人を説得しまし  
ょう。今は大丈夫だからと思っても、病気は進行す  
るため、いつ事故に繋がるかわかりません。かなり危  
険な状態で運転しているという認識を家族が持って、  
家族が説得してもダメなら、医師やケアマネなどから  
も免許証を返すよう説得してもらうのが良いでし  
ょう。

