



整容スキル (洗顔編)

ある日、何気なく子ども達のアセスメントシート (親御さんが書いてくださった記録表) を見ていたら、「身辺自立」の項目の中で「歯磨き」は「自立」となっているのに、「顔を洗う」は「できない」となっている子が多いことに気がつきました。

「歯磨き」は教えないと虫歯になるので家庭や園、学校でも積極的に教えるけれど、「洗顔」は緊急性がないので教える機会を逃したのかな?でも、中高生になるとニキビもできてくるし・・・とにかく一度デイでやってみよう!

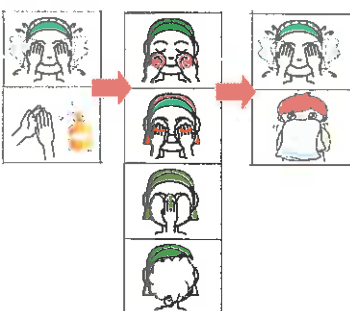


ということでやってみました。

過敏さに配慮し、洗顔料は刺激のないものを選び、泡立てずに使える泡タイプにしました。顔に水がかかると苦手な子には、代わりにウェットティッシュを使って拭く練習。

普段やりなれないことでも「活動」として取り組むと、意外とすんなりできていました。

デイの活動でできたことをそれぞれの家庭のやり方に合わせて実践していただけたら、と思います。



活動で使った洗顔の手順書。人によって洗顔の方法は千差万別ですが、もっとも一般的な洗い方と思われる方法をイラストで提示しました。

デイサービス通信

ながら運動



加齢とともにつまずきやすくなるというのは、「バランス感覚」と「脳の判断ミス」が原因であると言われています。

バランス力は足の裏のあるセンサーの感度で決まり、冷えると感度が落ち脳への信号が十分に送れなくなり、転びやすくなるそうです。転倒を防ぐには、足の冷えを防ぎ、筋力と脳を同時に鍛えることが必要です。

デイサービスでは、筋トレに合わせて「ながら運動」を行っています。花の名前を答えながら、または九九を言いながらストレッチを行ったり、しりとりしながら、踏み台を上ったり下りたりする・・・生活の中で、脳と身体を鍛えられるように心がけています。

10 月は、一人一人の利用者さんが「人生いんどり」の書画を描いて、『福祉とボランティア展』へも展示いたしました。四季のいんどりがそれぞれに見事でした。



熱心に書画に取り組む利用者さん



市職員のボランティア参加で一緒におやつ作り

心づれづれ



母と娘

私には娘が二人います。

何年か前から、私と娘たち三人で時々遊びに出かけることがあります。ディズニーランド・ディズニーシー・USJ・いちご狩り・さくらんぼ狩り・伊勢 e t c

娘たちが友達と行って良かった所とか、私が新聞広告を見て「これいいな」と言ったのを覚えていて、誘ってくれたりします。

二人が計画を立てて、チケットの手配をしてくれるので、私はついて行くだけです。

始まりは、誕生日のプレゼントとして、ディズニーランドに誘ってくれた時からです。ディズニーランドではファストパスを使い、アトラクションの位置を良く分かっていて、要領よくパーク内を案内してくれました。食べ物も、別々の物を頼んでシェアしあったので沢山の種類を楽しめました。

最近の外出では、名古屋のプラネタリウムへ出かけました。新しくなってからずっと行きたいと思っていた所で、久しぶりに見た星空は感動的でした。その後、有名シェフのシェ・シバタの店へランチに行き、ちゃんと予約も入れてあったので、スムーズに席に案内してもらい美味しい料理をいただきました。

今年、その長女も結婚することとなり、喜ばしいことですがこんな行事は出来なくなるかもとさびしくも思います。

でも、結婚してもまた一緒に遊びに行こうね!

協力会員 森 浩子



ヘルパーだより

NO.18

Aさん 22 歳、知的障がいがあり、現在作業所で働いてみえます。

7 年程前から単発的に 2 名のヘルパーが居宅の介護に伺っており、2 年前からは、月 1 回移動支援で太鼓教室への付き添いも関わっています。

太鼓教室では、ヘルパーがお手伝いすることが無いくらい自立されていて、Aさんが太鼓を打たれる時は、ヘルパーもその近くで一緒に打たせてもらっています。Aさんはとても力強い打ち方で特に連打がとて上手です。

その太鼓教室は障がいを持った方のサークルで、親、兄弟の方も一緒に参加されています。自分の子供さんだけ見るのではなく、手が空いていけば、サーッとかけつけ、他人の子供さんも見る等、とてもアットホームなサークルです。そこでは、お母さん方の笑顔がたくさん見ることが出来ます。また、このサークルはいろいろなイベントにも参加されています。特に印象深かったのは、名古屋市公会堂であった、障がい児者太鼓フェスティバルで、Aさんと一緒に同行しました。全員揃いの衣装を身につけ、お父さんお母さんと一緒に舞台へ、緊張しながらも最後の「よいやさー」の全員の掛け声と、両手に持ったバチが一斉に上がった時は、太鼓を打っていないヘルパーでさえ忘れられない感動の一瞬でした。

Aさんに関わらせてもらうことにより、太鼓のすばらしさを知り、また障がいを持った方を皆で支え、皆で一緒に歩いていけば「こんなこともできるんだ」と教えられる支援です。

ご家族からのことば・・・

ヘルパーさんと太鼓を楽しそうに練習しているのを見て、親離れしていくんだなあ・・・涙うるうる。ヘルパーさんに出逢えたこと感謝です。いつもありがとうございます。