



楽しもう！季節の行事☆☆

児童デイでは、毎月その時期の季節の行事を活動に取り入れています。今年初！10月おわりの1週間でハロウィン仮装パーティを行いました。別の週で一人一枚ずつマントを作り、ご近所さんのご協力を得て一日一軒、お菓子を頂きに出かけました。

- (月) ヘルパーイワタさん
- (水) 大家さんの玉腰さん
- (木・金) 一宮まごころ
- (土) 喫茶店まおさん

当日は“仮装パレード中”のプラカードをつくり、その裏にパレードの流れとセリフ等を書いておきました。出発前に流れの確認をし、セリフ等の練習をします。こうすることで、何をするのか、どんな事が展開されるのかが分かり、みんな意欲と期待で胸をふくらませ、パーティを楽しんでいました。



今は、どこへお出かけをしてもたくさんの季節の飾りを目にします。こういった季節の行事の意味を理解し、イベントとして親しむことは、この先大人になっても役に立ちいい思い出となる経験の一つだと思います。ご協力して下さった上記の方々に感謝するとともに、今月はクリスマス！！冬の一大イベントとしてみんなが楽しめるよう、私達も張りきっています！！

今日は、どこへお出かけをしてもたくさんの季節の飾りを目にします。こういった季節の行事の意味を理解し、イベントとして親しむことは、この先大人になっても役に立ちいい思い出となる経験の一つだと思います。ご協力して下さった上記の方々に感謝するとともに、今月はクリスマス！！冬の一大イベントとしてみんなが楽しめるよう、私達も張りきっています！！

デイサービス通信



うさぎとかめ

毎回、デイサービスでは筋力トレーニングの1つで、椅子に座りながら1分間の足踏み運動を行っています。足踏みしながら、1・2・3・4回で息を吸い、1~8回で息を吐き続ける腹式呼吸を伴う、有酸素運動です。

いつも1分近くなると、ギブアップする人も出てきて、もっと楽しんで筋トレできることはと考え「もしもしかめよ…」と唄い出したら、いつもより皆元気に足踏みすることができました。それに加え、普通1~2番の歌詞しか唄えないのが、その中の89歳と90歳の利用者さんは、何と3・4番の歌詞をそらんじて唄いきってくれました！

以来「うさぎとかめ」の唄で皆、イキイキと足踏み運動をして、楽しんで筋トレを行っています。

11月は「はつらつフェスタ」の見学にも出かけ、そこで覚えた脳トレ運動も時折行っています。元気ではつらつとして、新年を迎えたいと思います。



はつらつフェスタでいちみんと記念撮影



クリスマスツリー作品



心っれづれ



日本文化（お箸）

皆さんは、お箸を正しく持って使っていますか？私は、わが子も自分の法人の利用者・職員にも正しくお箸を使えることの重要性を話しています。お箸を正しく握り、使えることは、子育て、(しつけ)の原点だと思っているからです。「三つ子の魂100まで。」といます。大人になってからもにぎり箸では…

子育て(しつけ)の中で、お箸を使うことは、食事を食べることだけではないのです。文字を書くことにもつながっているのです。ペンの持ち方と、お箸のにぎりがたは、同じなのです。知っていましたか？一度やってみてください。つまり、お箸がうまく使えるイコール書くことなのです。赤ちゃんの時に、初めて、スプーンを持つ時から、箸の使い方、つまり、ペンのにぎり方の実践が始まっているのです。上からにぎるのではなく、下から、お母さんが、手を添えて、持たせることが始まりです。お母さんが、どれだけ手を添えているかが、お箸を正しく持ってつかえていくかに現れてきます。

私は、これまで、かなりの子どもの食事の姿を見てきました。その姿から、家庭での子育ての在り方を垣間見ることが出来ます。愛情がかけられているかどうか。つまり、かかわりをどれだけ持ってもらえているかがわかります。お箸の持ち方は、すぐには、変えられません。「三つ子の魂100まで」、幼少期に母が、いっぱい関わってあげてほしいのです。以上のことから、私は、まず、人の箸の持ち方を一番に見てしまうのです。

お箸は、集中力がついたり、(一点を見つめてはさむため)手先が器用になったり、よいことがいっぱいあります。日本人文化であるお箸を今一度見直しませんか。

NPO法人さん・さんガーデン 代表 井浪典子

ヘルパーだより

NO.19

笑顔が素敵な80歳のA子さんは自宅から車で10分程の距離にあるグループホームに入所しておられ、週に2回ほど自宅に戻られた時に在宅支援のお手伝いをしています。

誰も住んでいない自宅に戻るとまず、仏壇にお参りをされ、お風呂が沸くまでの時間に近所の公園まで腕を組んで散歩に出かけます。花や野菜の名前に詳しく、お聞きするとすぐに教えて下さいます。

お風呂が好きなA子さんへは「お風呂に入ってもらいたい。足腰が弱らないように歩いてもらいたい。グループホーム以外のところで少しでも生活に変化をつけさせてあげたい」という母を思う娘さんのご希望もあってお手伝いをするようになってから約2年半の月日が経ちました。

名古屋から娘さんが来られる日は自宅へ訪問しますが、都合で来られないときは、ヘルパーがグループホームへ迎えに行つて自宅へ入浴のお手伝いをしています。

身体を洗って浴槽に浸かり百まで数を数えた後は、「百万円」と言ってニッコリ笑つて浴槽から出られます。

帰りの車中では流れる童謡や唱歌と一緒に口ずさまれ、お別れ時は必ず「有難うね気をつけて帰ってね」と声がけて下さいます。

いつもにこやかで、物静かで笑顔の素敵な「ご婦人」という言葉がぴったりのお方です。



ご家族からのことば・・・

ヘルパーさん、母といつも穏やかなひとときを過ごしています。「優しい時間」ですね。今後ともどうぞよろしくお願ひいたします。

