



おおぞら

第207号

2022年3月1日発行

発行責任者 荻野和功

編集者 木部哲也

<http://www.seirei.or.jp/mikatahara/oozora/>

「日常と非日常を考える」

生活支援課課長兼副所長 田口 結実

今年度も新型コロナウイルス感染症の影響により、施設内での行事を例年通りで開催することができませんでした。今年度は職員が企画したイベントを各ゾーンごとで行いました。職員の楽器演奏と家康さんと直虎ちゃんの訪問、参加型のペープサート「さつまのおいも」のお話など、各ゾーン、リビングではいつもと違った雰囲気の中で多くの利用者は表情明るくイベントに参加していました。楽器演奏に耳を傾ける人、見たことのない着ぐるみを見て見ている人……。同じ内容の中で利用者個々によって注目するものが異なり、ゾーンの雰囲気もそれぞれ違っていました。それは日常の個別活動の時とは違った利用者の表出やリビングの光景で、このような体験も利用者の生活の中では良い刺激であると改めて思いました。

このことから、日常と非日常について少し考えてみました。日常とは、ふだん、つねひごろを意味し「普段過ごしているような代わり映えのない日々」のことです。私たちが日々を過ごす中では変わったことや特別なことが起きることもありますが、ほとんどは代わり映えのしない同じような生活で一日を過ごします。私にとっての日常はおおぞらへ仕事へ行き、仕事帰りに買い物をすることもある、といった感じです。学生であれば平日は学校へ行き、曜日によっては習い事や塾へ行く……。このように、日常はそれぞれの主観によるもので人によって大きな違いが見られます。しかし、普段の特別なことのない日々の生活がそれぞれにあります。また反対に非日常とは、普段の生活とはかけ離れていること「普段の生活とは違う日々」のことです。非日常は日頃はないような体験や刺激がある特別な日です。コンサートへ行ったり、旅行へ行ったり

り……。同じような体験をする日は多くはなく、体験した本人の記憶に強く残るような、日常とははっきりと違う日となります。このように私たちは、日常と非日常を自然と、無意識に、選択をしながら過ごしています。

では施設で生活する利用者にとっての日常と非日常はどうでしょうか。利用者の生活を支援する中では、どのようなことが日常の活動であり、非日常の活動なのかを考える必要があります。当施設の生活支援指針では、利用者に対し支援を行い提供する生活モデルの記載があります。それは、同世代、同地域の「ふつうのくらし」とされています。「ふつうのくらし」での日常と非日常を利用者個々に考え、生活を設計していくことが私たち職員には求められます。非日常のような活動が多いのは「ふつうのくらし」からかけ離れていきますし、日課のように食事、入浴などが繰り返し返されていくだけの日々の生活も違います。利用者個々の日常を考え、その人にとっての生活を組み立てていくこと、非日常の体験を考えること

と……。それは目の前にいる利用者を理解して私たち職員が作っていくこととなります。「利用者にとっての日常と非日常とは？」。そのような視点を持ちながら生活支援をしていきたいと考えています。

1月より副所長となりました。現場での経験を活かし、利用者のより良い生活について常に職員と共に考えながら、地域や時代のニーズに合った施設を目指していきたいと考えております。どうぞよろしくお願ひいたします。



右 沖村看護課長 兼 副所長と



日々の活動

杉山 あずさ

Aさんは、リビングで聞こえる様々な音や声によく耳を澄ませています。夕方、TVからサザエさんのオーブニング曲が流れました。するとAさんは、その軽快な曲が耳に入ったようでフツと表情を緩め聞いていました。またAさんの近くで、さらさら星をハンドベルで演奏した時の事です。はじめは近くにある物を手で触っていました。徐々に手の動きが少なくなり演奏に耳を傾けていました。2回目の演奏時は顔をあげてじっと動きをとめ聞いていました。



いきが活動では、『ちびねずくんのながーいよ

る』を語りかけました。「トントントン」や「ホーホー」の擬音語の部分で背筋を伸ばしたり、顔をあげたりして聞いていました。ちびねずみくんとおねずみくんの「ふう・…またなの?」「ふくろうだよ・…」と「さうかあ、よかった」の会話のやりとりで顔が上がり、会話のやりとりが続くにつれてより集中して聞いていました。テンポの違い(緩急)や口調の変化などから、ひとつくりの語りかけが徐々に盛り上がりつついくのを感じていました。

また、『どろぼうがっこう』の語りかけでは、「へーい」「ほーい」の伸ばす言葉や、「ぬきあし、さしあし、しのびあし」の歌うようなフレーズでフツと表情が緩んでいました。また、「ばかもん!」「なんだとー!」

の強めの口調の所で目を大きく開け聞いていました。語りの抑揚や擬音語、歌うようなフレーズなどインパクトのある語りに注目して聞いていますが、それらの要素の合間になら

かな語りが入る事でひとつくりの語りかけに変化がつき、より面白さを感じているようでした。

タッチングでは、「だるまさんがころんだ」の声かけに合わせて行いました。本人の膝から徐々になら触れていき、「ころんだ」の「だ」の前で少し間をあけてから肩に触れました。何度か繰り返して行くと、「だ」の前の部分で目を大きくくあげ動きをとめており、次を期待しているようでした。その後、肩に触れるとフツと表情を緩めていました。繰り返して行う事で流れをつかみ、間があいたことに気づき、それが次への期待に繋がっていたようでした。

お正月料理

栄養課 原 梓
渡瀬 優子

お正月は、旧年の無事終わりと新しい年を迎えることを祝う行事で、正月飾りをしたり正月料理を食べたりしてお祝いします。

お正月料理は、豊作を感



謝して神様へのお供え物をした「節供」に由来し、新年を迎えるにあたっての五穀豊穡、不老長寿、子孫繁栄など様々な願いが込められ作られているといわれています。日本人にとっては、年に一度の大切な楽しみの料理ともいえます。

私達は、皆さんに安心して美味しく、喜んで食べていただける食事の提供を目指して食事を作っています。食べ物や口の中に取り込んで嚙み飲み込むといった個々の嚙下状況に応じて、「普通食」「キ

形態食	普通食	キザミ食	ペースト食
形態の特徴	<p>咀嚼・嚙下に問題のない方へ提供、特に食形態の加工はしていません。</p>	<p>咀嚼がうまくできない方、咀嚼をあまりしないで丸呑みしてしまう方へ提供。5mm程度に刻み、まとまる程度のトロミがついています。</p>	<p>嚙下障害のある方、誤嚥誤飲の多い方へ提供、完全なペースト(粒は残留しない)状態に加工し、増粘剤を使用しトロミ対応としています。</p>




「ザミ食」「ペースト食」に食形態を分けて提供していただきます。汁ものでむせやすい場合は、トロミを付けた対応、ゼリー状にした対応をとっています。

誤嚥性肺炎等を予防するために、嚥下状況に応じた食事の提供は重要となります。

今回、1月1日に提供させて頂いたお正月献立を紹介します。お正月料理も例外ではなく嚥下状況を考慮し「普通食」・「キザミ食」・「ペースト食」の食形態別に調理作成をしています。

メニュー表は、スタッフの手作りの物です。毎日、一生懸命に食べていただいている姿にエネルギーをもらいます。これからも、安全で美味しく楽しめる食

お正月献立 (1月1日)

朝食	昼食	夕食
<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・清汁 ・紅白かまぼこ ・きんとん ・黒豆 ・ヨーグルト 	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・和風ミートローフ ・椎茸と海老のつや煮 ・紅白なます ・水ようかん 	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・サワラの西京焼き ・筑前煮 ・牛蒡とれんこんの胡麻和え
		

事を追究し、食を通して最高のサービスを提供するために最善を尽くしていきたくと考えています。

クリスマスイベント

サンタクロースが来てくれました



ひかりの子

今年度も通常の保育時間に子ども達と職員で行いました。

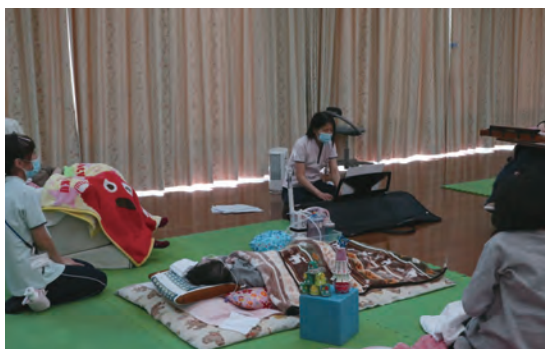
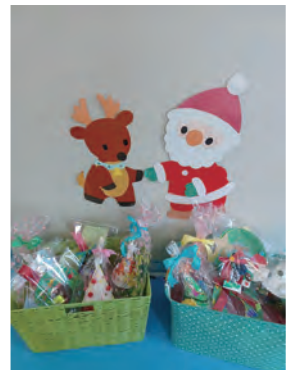
職員によるトーンチャイムでの演奏では、綺麗に響き合う音の重なりを傾け笑顔になったり、部屋を暗くし光ファイバーをつけてと近付いていき虹色に光る色の変化をじっと見ていました。職員扮するサンタクロースの登場に緊張の表情を浮かべる子や笑顔になる子もいて、いつもと違う時間を過ごしクリスマスを楽しみました。



サンタクロースと「赤鼻のトナカイ」を歌いました



子ども達と作ったクリスマス飾り



あさひ

トーンチャイムの演奏とクリスマス之歌を歌いました。



クリスマス礼拝

クリスマスランチ



みなさんは、「腸活」という言葉を知っていますか。私は、二年前にこの言葉に出会い腸活生活を始めたところ体重が八キロ落ち、免疫力が上昇し風邪を引きにくくなりました。具体的には、朝起床したら白湯を飲みます。なぜ白湯がいいかというと内蔵が温まり、食べ物を消化・吸収する力が活発になるからです。食事は、一日二食で過ごし食事と食事の間を十六時間空けて腸を休めることを目指しています。一日の中で最も腸が活発に働く時間は、睡眠中に副交感神経が優位に

「わたしの腸活生活」
二号館 看護師 榮 志保子

あさひにて、成人祝会を行いました。今年は3名が成人を迎え、グループごとにお祝いしました。



おめでとうございます!

なる時間です。そのため夕食後にヨーグルトを食べるようにしています。腸活生活を始めて最初のうちは、空腹時間に慣れるまで何度も挫折しそうになりましたが家族の応援もあり二週間で慣れることが出来ました。今では、腸活のおかげで心も安定し前向きに物事を考えられるようになりました。みなさんもご自身の体調をみながら一緒に腸活生活を始めてみませんか。次回のリレーエッセイもお楽しみに!

	11月	12月
ショートステイ利用者数 (延べ利用日数)	50人 (252日)	58人 (269日)
放課後デイ利用者数 (延べ利用日数)	9人 (32日)	23人 (85日)
実習者数 (グループ数)	0人 (0グループ)	0人 (0グループ)

