

桜並木

題字：戸高 正一 様
コスモスガーデン桜の里入所者様



デイケア桜の里では 10 月 23 日～ 26 日までの期間、ご利用者様と一緒に「**長崎漁港 がんばランド**」様へ買い物に出かけました。「皆さんくれぐれも買いすぎにはご注意ください」と声を掛けさせていただいて買い物スタート！広い店内を歩くだけでも十分な運動です。

最近では『**買い物リハビリ**』という言葉もあり、次のような効果が期待されています。

- ①自然といつもより多く歩くことになります。楽しく歩くことで運動効果が期待できます。
- ②商品を選ぶ、棚から商品を取る、その1つ1つの動作がリハビリになります。
- ③予算を考えながら買い物をするためには計算能力が必要です。これも脳のリハビリになります。またお金の出し入れの際に指先を動かすこともリハビリになります。

日常生活を行う上で必要度の高い動作のひとつの買い物。このような複雑な行為を無意識に行っているのです。きっと私は今日も買い物カゴを腕にかけ、頬に手をあて、夕食のメニューを考えながらスーパーで買い物をするでしょう。ただ、支払いは電子マネーなので指先使っていないなあ～。

桜並木

第 60 号
令和 5 年 11 月



〒851-2211 長崎市京泊 3 丁目 30 番 3 号
TEL : 095-850-6866 FAX : 095-850-4888



公式 SNS も
ご覧ください！

公式サイトへ
QR コードで
簡単アクセス



cosmos-garden

将来同じ職場で働けると いいですね

福祉のしごと基礎講座

他法人事業所と共同で開催



長崎県が行っている「福祉・介護のしごとへの理解促進事業」。将来の介護人材を育てるという中・長期的な視点で、小・中学校及び高等学校の生徒たちへ福祉・介護を正しく理解してもらうとともに、将来の職業の1つとして考えていただく取組みです。「福祉のしごと基礎講座」はこの事業の一つです。

9月21日、**鳴見台小学校**にて4年生の児童の皆様対象に『福祉のしごと基礎講座』を開催しました。7月に**三重小学校**にもお邪魔したので今年は2回目の開催。今回も**社会福祉法人春幸会様**とご一緒に伺おうかと思っていたら、児童数81名と聞いて「こりゃスタッフが足りないぞ。」と近隣の**グループホームさくらの里様**、**風グループ様**にも声をかけさせていただき、総勢12名でドヤドヤと。

児童の皆様実際に車いすを押していただいて『スロープの上り下り』や『段差超え』などを体験していただきました。また、目かくしをした児童様に視覚障害者役となっただき、歩行のガイドも体験。ひとつひとつ声をかけながらの介助に最初は戸惑ったようですが、この体験がきっかけとなって、1人でも将来介護福祉士を目指して下さったらこの上ない喜びです。10年後ぐらいに同じ職場で働ける日が来ることを願っております。

「火事だ～！火事だ～！」 備えあれば憂いなし

夜間想定避難訓練

コスモスガーデン桜の里

長崎市消防局による令和5年度版消防年報によると、令和4年中の市内の火災発生件数は116件で前年より10件増えているとのこと。

コスモスガーデン桜の里では、年2回避難訓練を計画実施しており、そのうち1回は夜間の火災発生を想定した訓練を行っています。今年は10月18日に**夜間想定避難訓練**を実施。施設に設置している火災報知器が反応し、施設内に警報音が鳴り響きます。「火事だ～！火事だ～！」と火災が発生したことを大声で周囲に知らせます。消防署への通報は火災通報装置が自動で通報。職員は消火器を持って現場に直行。火元を確認したらすぐに初期消火を開始。（実際には熱を感知するとスプリンクラーも作動します。）天井まで炎が達してしまったら初期消火は失敗と判断。初期消火を行っていた職員も入所者様の避難誘導へ向かいます。入所者様の心身状況はそれぞれ異なるので、それぞれの状況に配慮した避難方法が求められます。不安にさせないように寄り添い、声掛けなどを欠かさないことを意識することが大切であると感じました。『火事を出さないことが大事、何もなくて当たり前』という言葉をお忘れなくしたいと思います。



～グループホームのある日～ 浴室にリフトがつけました

ノーリフティングケア

グループホーム新港 3階
グループホーム・コスモス 2

(昔あった人気 TV 番組『料理の鉄人』風に) 私の記憶が確かならば～「介護保険制度設計当初において、グループホームは『身体はまだお元気だけど認知症で日常生活に見守りが必要』といった方が入居されることを想定されていたはず。しか～し、入居期間が長期になると加齢による身体機能の低下や認知症の進行により心身機能が低下してこられる入居者様が増えるのは当然のこと。家庭的な雰囲気を求められるグループホームの浴室はユニットバスのような作り。浴槽をまたげなくなった入居者様は浴槽につかって入浴することが困難になってしまう。職員は『やっぱり湯船につかってもらいたい』と頑張ろうとするが、抱えて浴槽に入ってもらおうとすると職員は腰を痛めてしまう…。な～ら～ば～出でよ浴室リフト！」

というわけで、当法人で運営するグループホームでも同じように入居者様の心身機能の低下が見られていました。

そこで今回、**浴室にリフトを設置**。専用の椅子が車輪部分と分離し、椅子部分のみ頭上の機器で吊り上げます。そのまま、入居者様を抱えることなく、リフトを使って浴槽まで。

この取り組みは「**ノーリフティングケア**」と呼ばれ、オーストラリアで先進的に導入されてきました。これからも介護職員の職業病ともいえる腰痛を予防し、職員の健康を守るだけでなく、入居者様に余計な緊張を与えない質の良いケアのご提供に努めていきます。



長崎の秋は やっぱりこれでしょう

卓上でのミニくんち開催

デイサービス・コスモス

長崎くんち。「諏訪神社」の秋季大祭で毎年 10 月 7 日～9 日に催されますよね。今年は 4 年ぶりに通常開催され、「くんち好き」の方々は心躍らされたことでしょう。

さて、デイサービスコスモスでは長崎くんちに先立ち、卓上ミニくんちが開催されました。実はコレ、当法人を数年前、定年退職された職員が持ってきてくださった**手作りのミニチュア**人形なのです。御年 92 歳になられるご友人が制作されているのを知り、教えを乞い自らも「**コッコデショ**」(台からの高さ約 35 cm) を制作したそうです。

写真の「**傘鉾**」と「**鯨の潮吹き**」はご友人の作品。施設の玄関に飾らせていただきました。ご利用者の皆様も「あら～可愛いさ」と興味深く見て下さっています。ところで「くんちの演し物」って何種類あるのでしょうか？できればすべて制作して完全制覇を目指していただきたい(笑)。



連載小説

「僕の暗い青春」

作者：井下長治

※このお話は、フィクション？です

【前回までのあらすじ】ちょっとした悪戯で教卓の上に飾られた小みかんを食べたボク。授業が始まるとすぐに異変に気付いた音楽教諭ゴリカッパは怒り狂い、「誰がとったか知りませんか！」と真っ先にボクの名前を出した。名指しで疑われたことに逆上するボク。「こげんとおおるっか！」と早退するも、すぐには家に帰れないためどこかで時間過ごすことにした。

▼柳川橋を渡らず、川沿いに旭町に向かう。『あ～そういえば今日都丸は休んどったっちゃんかったかな。』そう思いつくや『都丸の家でゴロゴロしとこ』手前勝手にそう決めた。「都丸～都丸～」玄関でそう呼ぶと「上がって来い」聞き覚えのある声がする。『おじさんバイね』そう思いながら上がってみる。都丸のお父さんは近海漁業の漁師で、怒ると鳩の首を引きちぎったり、子どもに理不尽なことをした相手の家へ下駄履きのまま夕食の場に乗り込み首根っこを押さえこんだりと豪傑だったが、自分の子やその友達にはとてつもなく優しくかった。「美文はま～だパチンコしよるよ。オイは負けてさっき帰ってきたとバイ。」「オイ今日学校ふけてきたけん夕方までここにおってヨカね?」「ヨカヨカ、今からビールば飲もうて思うとったとばってん、一人やったけんちょうどよかったバイ。井ノ下君はビールは飲むとか?」「ちょっとならね。」「ヨシヨシ、そしたらコップと冷蔵庫んビールば持ってこんね。」

▼勝手知ったる他人の家で、ボクは台所へ行きビールとコップついでに冷蔵庫の中にあった枝豆と焼き鳥の残り物を運んできた。それから暫しはおじさんの軍歌と戦争中の話を聞きながらふたりの宴会が始まる。社宅の窓が夕日に照らされ始めた頃には、ボクは少し呂律が回らなくなってきていた。「もうこんくらいにしとったほうがヨカっちゃんナカか?」「うん、分かった。もうそろそろ帰っけん。」「ちょっとでも寝てから帰った方が良うナカか?」おじさんの優しい気遣いを丁重に断ってボクは都丸家をあとにする。

▼旭町から自宅まではそれほどの距離ではないが、ほろ酔いの行軍には少し厳しかった。高校の学生服に帽子とカバンを手にした酔っぱらいは稲佐悟真寺のバス停に向かう。10分ほど待っていると田上からの折り返し便が到着。運転手は料金箱と僅かの私物らしきものを抱え事務所へ向かった。数分後には交代の運転手が同じように料金箱等を携えバスに乗り込んだ。直後バスの中ほどにある乗車口が開く。ボクは整理券を取って最後部へ進んだ。席に座るところまでは記憶にあった。

▼「おいコラ、いい加減起きらんか!」肩を揺られ目を覚ますと外は真っ暗なバスの中だった。「もう、一回田上まで行って戻ってきたとぞ。こんまましとったら通報さるっかもしれんやろが。今からまた田上まで行くけんどこで降りるか教えとけ。」「迷惑かけてすいませんでした。知らんまに眠ってしもうた…。今度は宝町で絶対降ります。」運転席のすぐ後ろに座るよう促され、その席で目を凝らして車窓の風景を見つめる。宝町でバスを降りる際いくら払えばいいか尋ねるボクに「整理券の通りでヨカ…。いまから酒やタバコばやる時は、コソっとやれ高校生は!」と言ってニヤリと笑う。

▼家についたのは9時を少し回っていた。両親は運良く外出中であつたが、微かに赤いボクの顔を祖母が見逃さず、「おうちゃ飲んどりゃせんね?」鋭い指摘。「都丸ンがたでチョコレートば食いよつたらウイスキーボンボンやったっサ。のぼせていっぱい食うたらちょっと酔うたゴトなったっサ。」家に着くまでに何度も練った想定問答。よどみなく切り返すことができた。

酒は百薬の長、今朝の不快な事件は水に流してまた明日から元気に頑張るぞ。(つづく)