



「夢」とは 心が満たされることである。すべての利用者様に医療・福祉を介して夢を実現する。

入所フロア



デイフロア



デイでは2・3・4日の三日間ひな祭りを行いました！



自家製の甘酒とひな菓子を召し上がられ、お雛様との記念撮影を行ってます♪



『おおまがりせいぶ・人事典』 ～私たちの尊敬する人たち～

●伝えていきたい人…水野 操さん

今回は憩いの家の主催者である星加孝子さんから推薦をいただき、101歳の水野操(みさお)さんへお話を伺いました。初のお話でのインタビューとなった。(文責:佐藤信一郎)

①『憩いの家について』

「憩いの家はみんなに会って食事をするので、とても楽しみ。お互い顔見知りで自宅のようなので気を遣わない。」

②『運動』

運動は特にしていないが、「自宅内は自由自在に動ける。」星加さんより、「水野さんは20段ある階段を一人で一段ずつ降りて行ってしまうの。」水野さんは「歩くことや階段の上り下りは自分のため。」

③『大切なこと』

「幸せとは何だろうねえ。長生きするから幸せなのだろうね。」

「大切なことはくよくよしない。気を遣わないこと。自分なりの生活を送っているだけ。」

「人はそれぞれ考え方が同じではない。違う考えをするから、気にする人には話さないし、気にしない人にはいろいろ話をする。」

「人と付き合いをするには、人の良いところを見る。悪いところは見ないようにする。」

一番大切なことは、「人に憎まれないこと、人に嫌がられないこと。人を尊敬する。どんな人でも良いところがある。悪いところは見ない。いいところは取って、悪いところは取らない。」

④『人付き合い』

「家族には気を遣わない。家族は円満だね。他人の言うことは気にしない。言いたいことを言っていれば良いと思っている。」

「若い人に合わせるようにしている。娘さんに合わせるようにしている。」

水野さんから仲間へ気遣いで声をかける。運転ボランティアへお礼をしたい。天国へ旅だった仲間の一周忌のことを気にする。(裏につづく)



水野さんの人柄に惹きつけられます
(撮影場所:憩いの家)



互いを尊重し合うお仲間との会話風景

⑤『関心』

関心のあることは、「ニュース、スポーツものはなんでも見る。テレビは好き。野球も好き。オリンピックは見たい競技は夜中まで見る」。ウクライナ、ロシア問題も関心があり、「一方的に攻撃するロシアには賛成できない」と言う。耳がきこえづらく、テレビの音が聞こえないが、映像と字でおおよそ理解できる。

⑥『周りから尊敬される水野さん』

杉下さんは「水野さんのようになりたい。私の目標」。

竹村さんは「すごい一言」。

星加さんは「水野さんは人生の見本。そしておしゃれ」。

政治経済状況様々なことを教えてもらえる方。

100歳を超えてこのような考えをしっかりとって、対話できる人は周りにはいない」。

水野さんは毎日化粧をしている。星加さんが水野さんから言われた忘れられない一言は「星加さん、化粧をしていないでしょう。人に素顔を見せるものではないよ。」と。星加さんはそれからきちんと化粧をするようにした。



あとがき

お話をしていると、水野さんの人柄に惹きつけられ、もっと色々な話しをしたいと思う。周りの人を居心地良くしてくれる。水野さんは元気になる考え方を実践している。元気な秘訣は大らかさと繊細が融合され、奥深さがある。矛盾のようだが水野さんは自然体に見えてしまう。このような先輩がいることは後輩としては心強く、人生の目標である。ゆっくり話を聞くことができ、貴重な機会をいただき、感謝致します。

⑦『星加さんより』

今回は星加さん初め、周りの方々が水野さんの素敵さを伝えてくれた。星加さんが完成したにシタイムスは老人クラブ、Aさん、Bさん・・・とお知り合いに配りたいと言ってくれた。うれしい一言をいただいた。



いつもお洒落にされています



SNSも宜しく
お願いします

北広島市にし高齢者支援センター ☎370-3922



YouTubeチャンネル

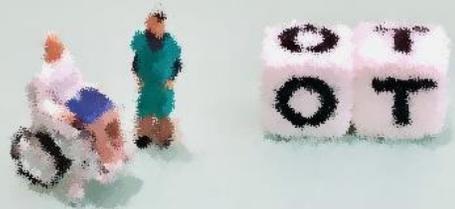


Instagram



Twitter

身体を紡ぎ心も紡ぐ



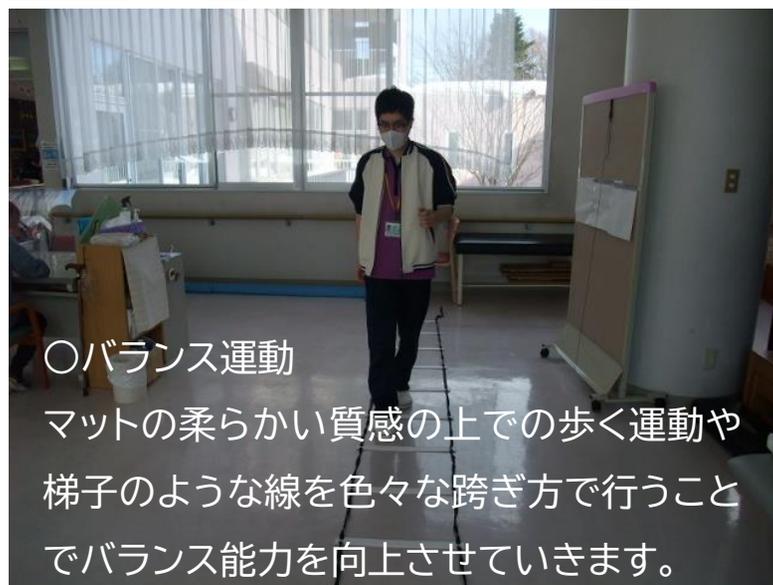
リハビリ 通信

今回はエスポワールの施設内にある普段入所者様や、デイケア(短時間、介護予防)の方が利用されるリハビリ室について紹介させていただきます。



○パワーリハビリ

パワーリハビリは高齢者向けに設定されたマシンであり、軽い錘(低負荷)を一定のスピード(ゆっくり)で反復して行うことにより、筋肉を動かす神経を再活性化させ、動作の改善、安定を促していくものになります。



○バランス運動

マットの柔らかい質感の上での歩く運動や梯子のような線を色々な跨ぎ方で行うことでバランス能力を向上させていきます。



○指先の運動

指先の運動では各種道具を使用し細かな指の動きを引き出す運動や箸・スプーンの操作を行います。



○バランス運動

マットの柔らかい質感の上での歩く運動や梯子のような線を色々な跨ぎ方で行うことでバランス能力を向上させていきます。



●臨時企画●

居宅支援相談センターきぼうから



進行性核状性麻痺という進行性の病気を抱えている奥様を介護するご主人。奥様がお元気だった頃、ご夫婦の趣味は「全国各地を旅行すること」でした。

奥様の病気が進行したこと、新型コロナウイルスの蔓延も重なり、この数年は旅行に出掛けることが出来ませんでした。しかし、ご主人は「もう一度旅行に出掛けたい」と一念発起。軽トラックをキャンピングカーに改造。「最後の夫婦旅行」と称して、新潟、富山、鳥取に向けて先日出発されました。「同じ病気を抱えている人や介護するご家族のチカラになれば」とご主人の了承を得て、今回投稿させていただきました。



(上)軽トラを改造したキャンピングカーと(下)北海道新聞の取材場面

理美容室 のお知らせ

新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、延期しておりましたが、4月13日、26日、27日の三日間実施予定となっております。

編集後記

新学期、新生活の季節ですね。私には5年生になる息子がいるのですが、先日学習参観で「ハーフ成人式」というものが行われました。息子から両親への感謝の手紙を受け取りました。本人はとても恥ずかしそうにしましたが、子どもからのプレゼントはとてもうれしいものです。まだまだ親としては未熟者ですが、仕事に子育てと頑張っ参ります。



医療法人社団翔仁会

介護老人保健施設エスポワール北広島

〒061-1264 北広島市輪厚704番地16 TEL.011-376-3911 FAX.011-377-5621