



ムストホフ志木だより

～ 愛 と 感 謝 と 奉 仕 ～



通所介護事業所 ブロン
介護職員 N・M

『 喪失を贈り物に変える

～生涯を通してやり遂げたいこと～ 』

大切な人を亡くしたとき、人はどうなるでしょう。深い喪失の海に飛び込み、波に飲まれ苦しい時を過ごす。やがて、誰かから助けを得て自ら語り始めた時、優しい思い出とともに感謝の気持ちが芽生え、その喜びを誰かに分けたいと思うでしょう。

私は2年前、大学でグリーフケアを学んでいました。グリーフケアとは、深刻な心の状態を傾聴し、寄り添い、日常を取り戻して新しい人生を切り開くまで、回復をサポートすることです。学びのきっかけは、妹の子供が亡くなった事でした。

グリーフケアの学びの中で『 悲しみを人と分かち合うと半分になり、喜びを人と分かち合うと倍になる 』という諺にあるように、自分の心中をありのまま、その日授業で隣り合わせた人に語りました。喪失感は、徐々に温かい感謝に変わりました。そして現在、私はデイサービスセンターブロンの職員として、半年が経ちました。利用者様や諸先輩に支えられ、お仕事をさせて頂いております。介護職は、人と人の心の交流ができる、とてもやり甲斐のある仕事と感じています。

先に述べた、命の体験や学びは、私にとてつもない大きな力を与えてくれています。この仕事に向き合うためには、永く受容できなかった手足の病気にも、しっかり向き合えるようになりました。できないんじゃない、やれる方法を見つけていないだけ。発想の転換が出来たとき、私は大好きだった趣味を再開しました。リハビリを兼ねて左手だけを使って、再びピアノを弾くようになりました。物事は捉え方によって、良くも悪くもなるものです。まさにそこからの人生が、薔薇色に変わり始めました。

スポーツの世界にはオリンピックとパラリンピックがあり、健常と障がいの垣根があります。ハンディがないと対等に闘えないからです。それに対し音楽の世界は、そのような垣根はありません。いまの私の夢は、垣根のない世の中になることです。障がいの有無にかかわらず、『 どんな人にも、生きる意味、世の中での役割がある 』ということ。私が出逢った、何らかの理由で片手でピアノを弾く人たちは、大きな壁を越えながら、このメッセージを伝えようとしています。『 右手がダメなら左手を使えばいい、このやり方が出来ないならできる方法を見つけたらいい。素晴らしい人生に変わりはない 』このような言葉を聴きました。『 今日も1日、ありがとう』と、感謝の気持ちで過ごしていきます。

最後に、今年の12月には【第二回左手のピアノ国際コンクール】が日本で開催されます。私は介護の仕事で頑張りながら、世界中が注目するこの舞台に挑戦したいと思っています。ヒトと共に生きる。ヒトから頂いた贈り物をヒトへと繋いでいきたいと思っています。

特別養護老人ホームブロン

【6月のご様子】

梅雨に入り、雨の日は肌寒く、晴れた日は真夏のように、体調管理が難しい季節になりました。6月20日(日)の父の日には18名の男性ご利用者様に、メッセージカードを添えて黄色いバラをプレゼントさせて頂きました。皆様素敵な笑顔になられていたのが印象的でした。

27日(日)には6月の誕生会を開催し、4名の方々をお祝いさせて頂きました。職員がプレゼントをお渡しするととても喜んでくださり、私たちも元気を頂くことができました。

介護職員：E・K 記

《 父の日 》



『いつもありがとうございます
ございます🌸』



『素敵な笑顔ですね😊』



『6月生まれの皆様です🎂』



『プレゼントは何かな🎁』

特別養護老人ホームブロン7月の予定

■ 誕生日会 18日(日) ■ 理美容 12日(月)・19日(月)

厨房だより

今月は夏野菜のなすときゅうりを使った簡単な料理を紹介します。きゅうりは生で食べるのが一般的ですが、加熱しても美味しくなる野菜です。

栄養課：H・K 記

【なすときゅうりの夏炒め】

【材 料】(2人分)

な す・・・2本
きゅうり・・・1本
麵つゆ・・・大さじ3 (加減して入れる)
みりん・・・大さじ2
七味唐辛子
削り節

【作り方】

- ①なすときゅうりは、適当な大きさに切り
- ②フライパンに油を熱し、そこになすときゅうりを入れ
- ③火が通ったところで、麵つゆとみりんを加えて、中火で煮詰めます。
- ④汁気が無くなったら完成です。削り節・七味をお好みでかけて食してください。



【なすときゅうりのおかかポン酢和え】

【材 料】(2人分)

な す・・・1本(180g)、きゅうり・・・1本、 塩
★かつお節・・・1g ★いりごま・・・大さじ2 ★ポン酢・・・大さじ2
★ラー油・・・少量

【作り方】

- ①なすときゅうりは千切りにし塩をふり、しんなりしたら水気を絞る。
- ②ボウルに★と①を混ぜ合わせる。



ケアハウスリヒト

【6月のご様子】

リヒトの入居者の皆様は6月11日(金)に1回目のコロナワクチン接種を受けました。接種後は腕の痛み等がみられましたが、大きな副反応はなく一安心しました(2回目の接種も7月5日に無事終了しております)。

また20日(日)には誕生会&父の日を祝う会を行いました。誕生会では2名の方をお祝いし、父の日を祝う会では男性入居者の方々へ黄色いバラがプレゼントされました。お祝いのケーキは厨房特製の手作りティラミス。大人の味で絶品でした。皆様これからも健康で元気に毎日を過ごしてください。

相談員:M・W 記

《 誕生会 & 父の日 》



『誕生日おめでとうございます🎉』



『いつもありがとうございます😊』



『美女達に囲まれてご満悦♥』

ケアハウスリヒト7月の予定

■ 入居者懇談会 9日(金) ■ 誕生会 25日(日) ■ 理美容 12日(月)・19日(月)

グループホームブロン

【6月のご様子】

6月に入りブロン内にてコロナワクチンの接種が開始されました。接種後に副反応が出ないかと少々心配でしたが、皆様お元気に過ごされていらっしゃいます。

グループホームでは今年も屋上にて「野菜作り」と「ぬか漬け」を始めました。苗への水やりを日課に野菜の成長を見守りながら、実ったら収穫してぬか漬けにしたり、料理の食材として召し上がることを楽しみにされています。

コロナ禍で散歩もあまり出来ない為、しばらくの間は菜園のいろいろな野菜が成長する様子を楽しんでいただきたいと思います。また、6月のおやつ作りでは「紫陽花ゼリー」を作りました。テーブルが華やかに彩られ、美味しく頂くことができました。

介護職員:M・M 記

《 おやつ作り・・・紫陽花ゼリー 》



『 紫陽花ゼリーです🌈 』



『 味はまろやか〜♥ 』



『 美味しいね〜🎉 』

グループホームブロン7月の予定

■ 昼食作り 16日(金) ■ おやつ作り 20日(火)
■ 理美容 12日(月)・19日(月)

【6月のご様子】

6月14日からの一週間、デイサービスでは「父の日週間」として、黄色いバラの花を男性のご利用者の皆様に贈らせていただきました。

今年のバラは例年以上にきれいに、そして力強く咲いていました。翌週になってもまだ元気に咲いているとの声もいただき、大変うれしく思います。これからも職員の笑顔の花を見に来てくださいね！

介護職員：N・M 記

《 父の日週間 》



『ブロンのお父さん、これからもよろしくお願いします！』

デイサービス7月の予定

■ 七夕週間 1日～7日(木～水)

ルストホフ志木 トピックス

高齢者の事故を防ごう ～高齢者を守るために～



高齢者の事故として多く起きているものは、転倒、転落、誤嚥(窒息)、溺水などがあります。これらの事故の大半が自宅などの居室・浴室で起きています。特にその中でも、段差につまずいて転倒するケガや、ベッド・階段から転落してケガをする事故が高い割合を占めています。



注意しましょう！

- ①室内を整理整頓し、コード類など躓きやすい物を片付ける。
- ②床の段差をなくす工夫をする。
- ③浴槽や階段などの滑りやすい場所に手すりを設置する。

＜ポイント＞

高齢者が骨折する原因のほとんどが **転倒** によるものです。骨粗鬆症などで骨が脆くなっていて、ささいな転倒でも骨折してしまいます。また一度ケガをすると治りにくいという特徴もあります。毎日の生活において、ケガの発生には十分注意してまいりましょう。

＜転倒・転落時の応急処置＞

意識がある場合は、どこが痛いかなど、ケガの状況について確認します。

「**出血していたら**」・・・清潔なハンカチなどで傷口を覆い、強くおさえます。

「**腫れがある場合**」・・・氷水などを使い、腫れている部分を冷やします。

※ 声をかけても返事がない、意識がないと思ったらすぐに救急車を呼びましょう！！