

# おれんじの屋根

施設長より

「日常の生活が戻ってきて ワクワクする生活を用意したい」

12月から菊陽町に来ていたサーカスから福祉施設へのご招待があり、年が明けて通所も含めて4グループに分かれてサーカス見物に出かけてきました。平成29年にも招待があったので7年ぶりでした。空中ブランコや曲芸にワクワクし、コミカルな道化師に大笑いをしました。が、“そうだ！人の生活には、やっぱりこういったワクワクするような時間や場が必要だ！”としみじみ思ったところでした。

新型コロナウイルス感染症が日本に入ってきて、まもなく4年。特に最初の3年半はコロナに翻弄された期間でした。多くの方が亡くなり、未知の新型ウイルスにおびえ、行動を自粛し、外出しない生活が続く、社会活動や経済活動も停滞、さまざまな業種で廃業や転職を余儀なくされた3年半でした。

しょうぶの里では、これまでのところ、入院中に罹患した1人を除き入所の利用者さんたちの罹患はありませんが、日常生活は大幅な制約を受け外泊や外出もままならず、半ば施設内に隔離されたような時期が続きました。家庭と比べれば、そもそも変化が少なく制約が多い入所での生活、それがコロナ禍でさらに制約を受け変化の少ない3年半だったなど。まだ新型コロナウイルス感染症は終息していないものの、あの3年半を返してほしいと恨み事の一つも言いたくなる気分です。

制約が多く変化の少ない生活は、心の動きの減少につながるでしょうし、心の動きの減少は生活での意欲の減少にもつながっていく。つまらないからやる気が出ない、やる気が出ないから何かをする気にならないという“負のループ”になっていくかも知れません。

そういったコロナ禍での生活になじんでしまい、だんだんと活動的でなくなることもあるだろうと思います。それが利用者さんの運動量の減少や体力の低下にもつながっていく。この3年半で、利用者さんの体力は確実に低下したような気がします。

そうならないためには、人の生活には、やはり“ワクワクする”生活が必要！と。

毎年12月に市内のホテルでのクリスマス・忘年会は、利用者さんにとって、1年の行事の中でもとても楽しみな行事でした。行事前の1~2週間、多くの利用者さんから楽しみだという話を聞きました。そして、今回のサーカス。自由の旅も復活したし、3年半我慢した分、外に出る活動をもっと多くしたい。今年は、地域の方や関係者にお出でいただくしょうぶの里まつりもお月見会もできるだろう。

楽しみだ／楽しかった⇒またしたい／行きたいという“好循環のループ”をつくり、ワクワクする気持ちと呼び起こし、利用者さんの心の動きを活発にして、生き生きとした生活、ワクワクする毎日を過ごせるようにしていきたい。

コロナ禍での制約がおおよそ取れた今、そういうことを考えているところです。



## 「小島の思い出」

ゆうゆう会会長の瀬上です。

しょうぶの里の校区、小島小学校に勤務したことがあります。そこでゾッとしたことが2つありました。

①海風により、飛ばしやすい絶好の場所らしく毎年白川河川敷でグライダーが舞っていました。そして来年のグライダーフェスティバルでは一番に乗せて上げますと言われて楽しみに待っていました。ところが前日の試験飛行で不幸にも墜落！危ないところでした。

②夏休みに児童育成クラブの子が蛇に噛まれました。これは大変と運動場に出ました。下手すると自分も噛まれる危険がありますが、もう犠牲者は出せません。下を見ながら探していると何かいる！夢中で持っていた鎌を振りました。それをペットボトルに入れ、見舞がてら看護師さんに渡したら、「キャー！」と悲鳴をあげられた。すぐ医師が飛んできて、「これは間違いなく毒蛇のママシです。」と言われた…。

浜田醤油屋さんを訪れた時、世間話で「多様化の時代だから「卵かけご飯用」とか作られたら」と話したのを憶えておられて、転勤するとき、わざわざそれを饌別にと頂きました。この場をお借りしてお礼を申し上げます。



# Happy Valentine



毎年恒例のハートフルなイベント!

♡バレンタインデー♡

日頃の感謝の気持ちを込めて、甘〜いチョコのプレゼント。獲すほうも受け取るほうもニコニコ😊笑顔です。

今年は《棒サッカー》という座ったままの状態です。棒を使ってボールをゴールに運ぶというゲームで、とても盛り上がりました。



## 給食室より



## イベントメニュー

- 8日(木) 誕生会
- 13日(水) ホワイトデーおやつ
- 15日(金) リクエストメニュー
- 22日(金) お花見弁当

### 《気をつけよう!隠れ症状》

見た目は変わらないのに、筋肉量が減っている状態を“隠れ肥満”と言います。

筋肉が減って脂肪が増えるのです。歩く速度が遅くなったり、ペットボトルのキャップが開けにくくなった時は要注意です。



管理栄養士 厚地

## 医務室より

## 3月の医療関係予定表

\*予定ですので変更になることがあります。ご了承ください。

- 5日(火) 抗原検査 口腔ケア
- 7日(木) 訪問歯科
- 8日(金) 高野病院訪問診療
- 12日(火) 抗原検査 ミールラウンド
- 13日(水) 高野病院訪問診療
- 14日(木) 訪問歯科
- 19日(火) 抗原検査 口腔ケア
- 21日(木) 訪問歯科
- 26日(火) 抗原検査 ミールラウンド



### 《ミールラウンド》について

月2回しょうぶの里でも行われるミールラウンドについてお話しします。

まず、ミールラウンドとは食事場を多職種(歯科医師、歯科衛生士、管理栄養士、看護師、支援員)で観察させていただき、実際のお食事の摂取状況から咀嚼能力・口腔機能・嚥下機能・姿勢などに関して評価を行います。

課題が発見された場合は必要な対策を多職種による専門的立場から意見交換を行い、適切な食事の支援方法等を決定して、日々のケアに導入します。

## 《3月の行事予定》

- ☆ 1日(金) 就任式
- ☆ 5日(火) 抗原検査 口腔ケア(ぎずな歯科)
- ☆ 7日(木) 訪問歯科(ぎずな歯科)
- ☆ 8日(金) 誕生会 高野病院訪問診療
- ☆ 11日(月) 職員研修会
- ☆ 12日(火) 抗原検査 ミールラウンド(ぎずな歯科) お話し会
- ☆ 13日(水) 手作りホワイトデー 高野病院訪問診療
- ☆ 14日(木) 訪問歯科(ぎずな歯科)
- ☆ 19日(火) 抗原検査 口腔ケア(ぎずな歯科)
- ☆ 20日(水) 春分の日
- ☆ 21日(木) 訪問歯科
- ☆ 22日(金) お花見会
- ☆ 25日(月) 職員会議、給食委員会
- ☆ 26日(火) 抗原検査 ミールラウンド(ぎずな歯科)

\*予定ですので変更になることがあります。ご了承ください。

## 〜編集後記〜

2月18日行われた「第11回熊本城マラソン」。今年は応援も声出し、ハイタッチ等の制限が解除され、以前のようになぎやかな大会となりました。初的なことですが、我が家の次男も初出場しどうにかゴールに到着しました。日中は20度超えの暑いくらいの気候で、私が応援していた所でランナーの方が倒れて救急車で運ばれていくということがありました。少しずつではありますが、コロナ禍以前の形に戻りつつあるのかなと思いました。ちなみにゴールした後、次男から「俺の足、終わった…」とメールが来ました。次の日は普通に会社に出勤していきまして。参加されたランナーの皆様、お疲れ様でした(๑\_๑)

## 〜第82号〜

令和6年2月25日発行  
発行元 しょうぶの里  
熊本市西区小島9丁目14-58  
Tel (096) 311-4588

