

# あけびだより

No. 196

2021年2月1日発行

URL <http://www.akebi.or.jp/>

2021年2月



田中千満氏

## 「食べる」ということ

長年、あけびのデイサービスをご利用されていた女性が、今月、高齢者住宅で亡くなりました。居室で楽しみの間食をされており、喉に詰められたとのことでした。

この方は、病歴も長く高齢ということで、嚥下機能は低下していましたが、食べることはご本人の何よりの楽しみだったので、リスクはありますが、「最期まで好きなものを食べる」というご本人の思いを尊重し、ご家族、施設、医療者ともしっかりと話し合いができていた方でした。高齢者にとって「食べること」は楽しみや生きがいの上から重要であり、施設に入居している要介護高齢者の楽しみの第一位は食事であると言われています。

あけびでは開所当初から注意している一つです。3か月に一回、言語聴覚士に来ていただいて嚥下に不安のある方は診て頂いています。医療的には相当悪い状態であっても本人の意識はそうでもなく、介護者とご本人の齟齬が生まれています。いくらあけびの里が、「家」ととらえていても、施設には変わりなく、事故が起こらないようにと気を配らなければなりません。正月にはお餅を食べたいという思いを尊重し、職員間意見が分かります。部屋で飲食することもしかりです。しかしながら、嚥下機能の低下に伴い、食事の危険が出てくることも多く、食事形態をどうするのか、ご本人の思いは？ご家族の思いは？など日々葛藤しています。

しかし、まず第一には長い療養生活の中で、時々変わっていいので、「どこでどのように暮らしたいか」本人の思いをしっかりと伝えることが大切です。大きなリスクなので、本人・家族・介護者交えて話し合う機会を定期的に持ちたいと考えています。(荒木)

## 患者から

職員さんのご苦労はよくわかります。食事どきの目配り気配りは痛いほど伝わってきますでも御馳走を前にして、「フー美味しそう、早く食べたい」と思うことはあっても、「誤嚥に気を付けよう」とは思わないのが現実です・・・

色んな事が制限される私達の楽しみはやはり食べる事でしょう。

生きていく上で重要な事は、私達は自ら考え、決定することです。

あけびだよりのNo179とNo181を参考にして(「人生会議」ACP(ア・パッサ・クア・プランニング))を持ちましょう

## 認定特定非営利活動法人あけび

認定NPO法人あけび 事務所

TEL 079-262-6702 FAX 079-262-6703

グループリビングあけびの里

TEL 079-262-6707 FAX 079-262-6703

〒672-8064 姫路市飾磨区細江473-10

Mail: info@akebi.or.jp

訪問看護ステーションあけび

TEL 079-262-6708 FAX 079-262-6703

訪問介護ステーションあけび

TEL 079-262-6702 FAX 079-262-6703

〒672-8064 姫路市飾磨区細江473-10

Mail: houkan@akebi.or.jp

通所介護施設デイサービスあけびの実

〒670-0804 姫路市保城363番地の3

TEL079-280-6931 FAX079-280-6932

Mail: akebi-no-mi@akebi.or.jp

通所介護施設デイサービスあけびの輪

〒670-0952 姫路市南条1丁目101-1

TEL079-284-0055 FAX079-284-0056

Mail: akebi-no-wa@akebi.or.jp

# あけびの実

コロナ禍の中で、自粛生活を余儀なくされている方も多い中、福祉業界は、感染予防をしっかりとすうえで、通常通りの生活を粛々と送っています。とはいってもでかけられないし、密を避けるのは至難の業です。屋内で楽しく過ごすにはやはり「食べること」「笑うこと」「からだをうごかすこと」です。今年もコロナの早い終息を願いつつ、笑顔がいっぱいあふれますように！



おせち料理 厨房の方が精魂込めて作って下さったおせちをお腹一杯堪能しました。



七草粥で一年の健康や正月に食べ過ぎの胃腸を休めましょう。



大きな字を書く練習をかね、みなさん書初めに挑戦です



正月と言えば「福笑い&坊主めくり 距離をとってもできる遊びで皆笑顔♪ おみくじも忘れていません。職員が夜なべをして作った手作りおみくじで今年初めの運試し 末吉だー  
今年初詣に行かなかったので気分が味わえました。



今月のおやつは餃子の皮を使ってピザづくりをしました。

作り方

- ① 餃子の皮にソースを塗る
  - ② その上に好きなものをトッピング
  - ③ ホットプレートで適度の焼く
- トッピングはウインナーやコーン、チーズ、玉葱、ピーマンなど好み合わせて！！何でも乗せれます。

手軽にとっても簡単にですがおいしくおやつやつまみに最適です。一度御賞味あれ？



## 感謝

緊急事態宣言で自粛生活が続いていますが以前より交流のある大正琴 琴姫会の方々がDVDを送って下さいました。大正琴の音色を聞きながらのおやつはとても贅沢なひとときでした。本当にありがとうございます。又いつもあけびを支えてくださっている方々にはいつも感謝で一杯です。



フットケア！！  
フットケアはリラックス効果やなかなか目の届きづらい足の裏なども確認できまーす。気持ちいい。

## ちょっとレク

皆さん卓球バレーという競技を知っていますか？卓球バレーは卓球台を使用してバレーボールをする種目です。ユニバーサル競技として注目されつつあります。卓球台を使用しなくても少し大きめの机やティッシュ箱で簡単に準備ができます。座ってする種目なので誰でも参加できますので手軽に参加できます。皆でワイワイ楽しい時間を過ごせました。



## あけびの輪



☆あけびの輪特製のお節料理です。美しいばかりでなく、食べやすい工夫もいっぱいです。雑煮のお餅は喉に詰まらないように、一度細かく砕いてから再度成形しています。

☆2021年は例年になく静かな年明けを迎えました。毎年お正月は、普段会えないご家族や知人の皆様と会う事を楽しみにされている方が多いと思いますが、今年はちょぴり物足りないお正月でした。そして、1月15日に新型コロナ感染拡大の為2度目の緊急事態宣言が発令されました。改めて、スタッフ一同感染防止に気を引き締めたいと思います！  
ご利用者様もご家族様も、何か心配な事がありましたら些細な事でもご相談ください。



☆昔懐かしいお正月遊びをしました。あけびの輪特製の羽子板と羽根を作って、羽根つきをしました。羽根を落としたり、顔に墨でバッテンを書きました！次は、播州弁カルタです。他府県出身のスタッフが読み手をするので、播州弁はよく無くなるのがおかしいです。幼き日を思い出して楽しかったです。



☆リハビリ体操。コロナ禍でもいつも通り毎日頑張っています。



☆ボール投げ。パーキンソン病の薬を内服後、しばらくしてから薬が効くきっかけを自分で作る方がおられます。ボール投げもその一つです！

☆上を向いて歩こう合唱。こんな時だからこそ！！皆で上を向いて歩こうを合唱しました。



福江弘子氏



☆現在、あけびでは外部の方の来訪をお断りしています。その為、絵画教室・習字教室・ココリナ教室・アレンジメントフラワー・ハンドマッサージ・温熱療法は休止し、自習していただいています。一日も早く感染が落ち着いて、先生方に来訪していただけるよう心待ちにしております。



### ☆制作活動

まずはミニ凧作り！そのサイズをお札と比べてください！！そしてもう一つは張り子のお面作り。完成版は、来月をお楽しみに～♪

## グループリビングあけびの里

### 訪問看護ステーションあけび

### 訪問介護ステーションあけび



今年の正月は、ほとんどの方が家へ帰らずに過ごされました。トップページにあるようにここでもお雑煮を食べてもらうことを論議し、できるだけ日常を味わっていただけるように、楽しい時間を過ごしていただけるようにと工夫もしました。

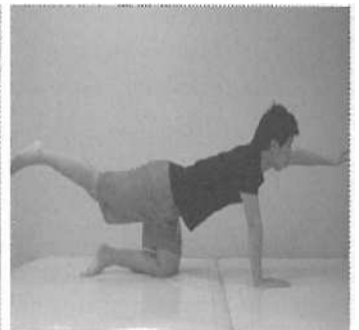
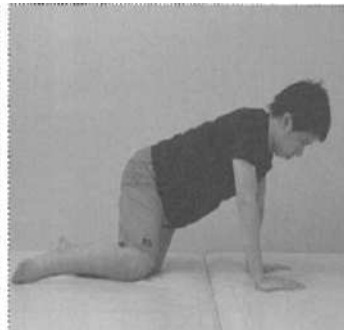
近くの恵美酒神社に、初詣に行かれる方もありました。コロナの早い終息を願い、家族との交流も自由にできるようになればいいのですが……



急事態宣言発令中！！

今月はボランティアの先生方のご来所自粛という事で、午後のレクリエーションは制作活動の時間が増えました。そんな中、「コロナをぶっ飛ばせ！！」の思いを込めて、厄除けで張り子の面を作りました。赤鬼・青鬼・オレンジ鬼・・・思い思いの個性豊かな鬼が勢ぞろいしました。今年の節分は2月2日。

一足早く鬼退治ができそうです。



「リハビリを頑張るぞ！」と頑張って運動すると義務的になり、なかなか続かないものです。「腰痛予防」「腰痛改善」「体力維持」「全身のメンテナンス」など、自分なりに目的を決めて、一日一種類でも続けて行っていると、生活のリズムに組み込みやすくなります。「リハビリ」といっても、力をつける・姿勢を直す・免疫UP・心配能力UP・脳の活性化など体を動かすことにはメリットしかありません。逆に動かさなければ衰える一方なのです。朝食後、一休みしたら体を動かしてみてください深呼吸からでもいいのです。朝の運動は体のエンジンになります。

簡単なようで効果的な運動を紹介します。手足、体感をバランスよく使い、背骨から骨盤も動かして、支える力を強くします。(写真)

是非、一種類から、一日一回から始めてみてください。(理学療法士 松岡)

### パーキンソン病友の会 兵庫県支部姫路ブロック

#### お知らせ

姫路ブロック 患者・家族交流会  
2月交流会休みます



#### 「卓球クラブ」2月練習日

2月9日(火)2月23日(火)

13:00~

場所：ルネス花北体育館

持物：上靴・ラケット

連絡先 (280-6931)

#### 国会請願書名

国会請願署名用紙届きましたか。何回もお願いして申し訳ありません、1人でも多くの署名を集め国会に皆さんの声を届けましょう。