

No.251

社会福祉法人

〒920-0271
河北郡内灘町鶴ヶ丘 4-82
内灘町向陽台 2-267
内灘町向陽台 1-333
TEL/FAX 076-286-5373
E-mail
info@seikonomori.com
ホームページ
<https://seikonomori.com>

’ 22
3月号

清湖の杜もい

からのおたより

みなさまこんにちは、清湖の杜です。

新型コロナウイルスの感染拡大の報を聞いて2年余りが経りました。利用者のみなさま、職員のみなさま、地域のみなさまも本当に緊張した生活をしてまいりましたね。互いにねぎらいあいたいと思います。



さて、3月3日は『桃の節句、ひな祭り』、私は女の子の成長を祝う日と思っておりました。ところが、起源を辿ると、春を寿ぎ（ことほぎ）、無病息災を願う行事として定着したいたようです。ちょうど季節の変わり目であるこの頃は体調を崩しやすく、邪気が入らないようにと沐浴して禊（みそぎ）をしたりしていたそうです。中国に行った遣唐使が日本に伝え、宮中行事として取り入れたことから始まったそうです*。女性に限ったことではなかったのですね。まだまだ、冷え込む日が続きます。季節の変わり目は一層、体調のととのえに配慮していきましょう。

また、3月3日は語呂合わせで『耳の日』とも呼ばれています。年をとると気になるのが難聴です。音の大小や高低だけではなく、人がしゃべっている言葉の聞き取りの明瞭度（はっきりと聞き取れるかどうか）が低下してくるとのことです。話しているのはわかるけれど、内容が聞き取れない・・・。このような状況があると、人と話すのがおっくうになったり、外出を控えたりと人との交流を避けたりする可能性が出てきます。高齢者でお付き合いを控えておられる方の背景には難聴があるのかもしれませんが。現在は、ヒアリングフレイルとも呼ぶそうです。今は、聴こえをサポートするさまざまな方法も出てきました。3月は聞こえの相談や適切な支援を考える月とも言えますね。難聴にも関心を向けましょう。

※ 引用：小野寺葉月 <https://lovegreen.net/botanicallife/p77608/#a1>

どんぐりの杜



北京オリンピックが開催されました。このコロナ禍で開催する事に個人的に疑問を感じてはいましたが、いざ開催されると非常に盛り上がりました。スノーボード男子ハーフパイプ 平野選手の金メダルは日本中が歓喜したと思います。また過去最高のメダル獲得数だった結果をみると開催されて良かったと感じました。「こんなご時世なのに」と悲観的に物事をとらえると何も生まれないのかもしれませんが。私もコロナ禍で心情的にも後ろ向き気味な状況だったのですが、オリンピックを見て、ご利用者さん達に「やってみたらどう？」と前向きな声掛けを心がけるようになりました。やってみて失敗したらどうするかまた考える。失敗は怖いと思いますが得るものも必ずあると思います。

(2/18 記)

グループホームみんなの杜



どんぐり村

節分の日も過ぎ、日中は暖かな日差しがふりそぐ日が多くなり気持ちが和らいでいくような気がします。

去年の末にご利用者と一緒に植えたチューリップの球根も土から目が少し顔を出してきました。春に花を咲かせる準備を始めて成長していく様子を楽しみにしながら皆で見守っていかうと思います。

先日節分の日には鬼の面作りをしました。それぞれお面のぬり絵に好きな色をぬり、昔ながらの季節の行事を楽しみ子供の頃の思い出などをお話して盛り上がりました。これからも一年を通して季節の行事を大切にしていきたいと思っています。

歌が大好きな方が多く、なつかしい曲を聞いたり歌番組を観たりしながら過ごす事も多くなりました。自身の若かりし日とその時の流行の歌を重ね合わせて『私は若い時は歌ったり踊ったりする事が大好きやったわ〜』と楽しそうにお話ししてくださいます。なつかしい曲と一緒に聞きながら皆さんの若い頃の様子などももっと聞かせていただこうと思います。

(2/18 記)

みんなの杜では3D画像で居室内を実際に体感できるようになりました！！

よろしければURL入力、もしくはQRコードを読み込み、アクセスしてみてください。

【URL】

■社会福祉法人清湖の杜 みんなの杜／共有スペース2F <https://my.matterport.com/show/?m=CLpdi23LJpT>

■社会福祉法人清湖の杜 みんなの杜／居住部屋 <https://my.matterport.com/show/?m=3BKzr1x8zEp>

■社会福祉法人清湖の杜 みんなの杜／お風呂場1F

<https://my.matterport.com/show/?m=C9f9kRRCevo>

まつぼっくり村

暦の上ではもう春ですが、まだまだ寒い日が続いています。

新型コロナウイルス感染の急拡大により、第6波は若年層を中心にひろがり、学校等では休校を余儀なくされています。また、家庭内での感染も懸念されている事から新たためて三密を避けて人と人の距離を取りマスクの着用及びうがい、手洗いを今まで以上に徹底していきたいと思っています。

行動だけでなく、気持ちも制限されがちですが、室内では工夫してリフレッシュする事も必要かと思っています。

先日より冬季オリンピックをテレビで応援し『すごいね！すごいね！』『見て！見て！』とスタッフの手を引く方や『頑張れ〜』とついつい声が大きくなって応援している方もいてスポーツ観戦で楽しいなあ〜と皆を元気に笑顔にしてくれるんだと思いました

3月はおひなまつり、お彼岸等のおはぎ作りなどを楽しもうと思います。

まだまだ寒い日が続きますが体調管理には十分ご留意ください。

(2/19 記)



【QRコード】

