

## 「転びたくない。寝たきりになりたくない」

ある体操の日。「最近、たたみのへりで転びそうになったことがある」  
「こたつの布団でつまづいたことがある。ひやとした。骨折して入院したくない」という声を耳にしました。  
みなさんの声を参考に、転倒予防体操と実際に家の中の危ない箇所を作り、歩いてみることにしました。



「バスマットは滑るね。怖いね。」  
「何か物を持っていたら、いつも以上に気を付けないといけないね」と声が上がりました。  
「またやりたいね」と、みなさんで一緒に考えるきっかけになりました。また、一緒にやりましょう。



伊藤理学療法士より <転ばないポイント>

- ①歩くことに集中しましょう。
- ②踏ん張れる力を太ももにつけましょう。
- ③足を高く上げましょう

## 昔の遊びは手作り



昔の遊びは「伝承遊び」と言われ、こまかなルールが記された本などがなく、人伝えで代々受け継がれてきたようです。門松を見て、「この竹で竹とんぼが作れそうだね。作ってみようか。昔は子供たちに教えていたよ」と。



のこぎりと小刀を持参され、「刀は刃物で怖いけど、正しく使えば便利なものだよ」と丁寧に作り方を教えてくださいました。物がありふれた現代ですが、自分の遊びは自分で作るという楽しさを感じる時間になりました。



ホームページ

<http://www.surugakai.net/kakyou>



静岡市葵区富沢 1542-39 社会福祉法人 駿河会 晃の園内 電話 054-270-1210  
見学・体験随時受け付けております。(担当:山本・加藤)

発行/デイサービスセンター嘉響(季刊誌)

# ひのくま

令和2年2月 発行

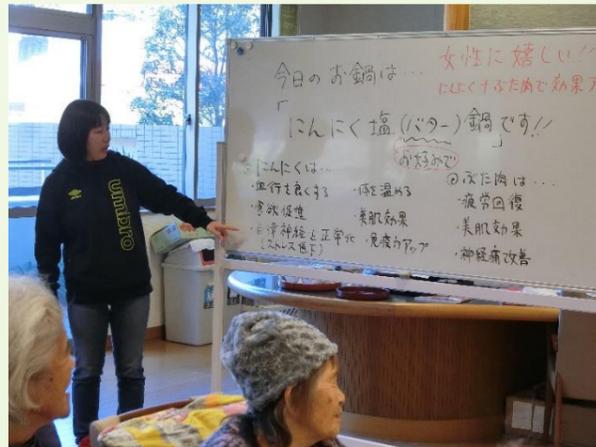


雨上がり 村から村へ 虹の架け橋  
暖冬で 季節外れの 花が咲く

(金曜日 俳句の会より)

## 新春は日替わりお鍋！！

新年会のお昼は職員考案の日替わり鍋！各曜日2人ずつ担当して、「どれが好きかな？」「どんな鍋だったらおいしく食べてもらえるかな？」「体にいいものを入れたいね」と、みなさんの喜ぶ顔を想像しながら考えました。



月曜日：「大振りな鮭入り、石狩鍋」  
 火曜日：「お肉たっぷり。すき焼き鍋」  
 水曜日：「女性にうれしい、ニンニク塩バター鍋」  
 木曜日：「お腹に優しい、大根たっぷりみぞれ鍋」  
 金曜日：「お肌がぴちぴちトマト鍋」



「体があったまるね！」「しょうがが効いてポカポカするね。」「トマトとチーズって合うんだね。」とみなさん、満足されたご様子でした。

現在インフルエンザや、新型肺炎の蔓延で良いニュースがない中、みなさんと、「今年も元気に過ごしたいね」「今度はそばを作りたいね」「タルタルソースが好きだけど、どうやって作る？」などと、これからの希望を聞くこともできました。私達職員はまだ未熟者で至らない点が多いと思います。みなさんがいつまでも家での生活を続けられるよう、そばに寄り添っていきたくと考えています。今年もよろしく願い致します。

嘉響職員 一同

## 寄贈した雑巾のその後・・・



11月に古タオルを雑巾に仕立て、地域のこども園に寄贈させて頂きました。その後、年末の大そうじを行うとのことで、再びお邪魔しました。

自分のロッカーや棚を、子供用の雑巾を使って、掃除をしていました。子供たちからは、「小さな雑巾は僕にぴったりだよ」、「雑巾でロッカーをきれいにしたよ」と、目を輝かせていました。先生からは、「以前は一人に一枚ずつ雑巾を配ることができなかったですが、今年は配ることができました。感謝しています。」と嬉しい言葉を頂きました。

みなさんが作ってくださった雑巾の行先が見え、お知らせすることができました。また、写真の掲示をすると、「もっと頑張らないとね」と力強い言葉と共に満面の笑みを見ることができました。



## 心のこもったメッセージ♡



嘉響では、難聴の利用者様に対して、ホワイトボードを使った伝達支援を行うことがあります。

話題の広場の前、「ちょっと貸して」とペンを持って、メッセージを書き始めました。それを隣の利用者様に回して、メッセージをつないでいました。まるで、交換日記のようです。「昔は手紙で伝えるしかなかったんだよね」と。みなさんの内に秘めた気持ちを聴けたような気がしました。

