

東大泉デイサービスだより

「ありのままのあなたを大切にします」

平成 28 年 11 月 239 号
発行 練馬区立東大泉デイサービスセンター
練馬区東大泉 5 丁目 1 5 番 2 号

東大泉デイサービスの裏庭の生垣に面して歩道があります。この時期になると桜の葉を中心に落ち葉がたくさん。今までご近所にお住まいの方がご厚意で掃いてくださっていたのですが、今年から職員も本格的にお掃除に参入。竹ぼうきって便利ですね。

平成 28 年 11 月 1 日
所長 津上 敏明



ちょっと役立つ豆知識

ギネスブックは英国のビール会社・ギネス社が発行元ですよね。ではなぜ、ビール社が世界一の本を創り上げているのか…

それはこの会社の専務だった人が仲間と猫にでかけたときのこと。鳥を見て一番早く飛ぶ鳥は何だろうと議論になったときに専務が閃いた！

「世界記録を集めた本を創れば、酒飲みの話が盛り上がって ビールの売上が伸びるな」

とのこと。そういう訳でビールの販売成績を伸ばすために創られたのでした。



保健だより

「皮膚ケア・爪白癬」について

皮膚ケアの必要性

★加齢に伴い、皮脂分泌低下・水分保持機能の低下からドライスキンとなり易く、更に皮膚バリア機能の低下により外部から細菌・真菌・アレルギーといった有害物質等の刺激を受けやすくなる

★皮膚の菲薄化・弾力性の低下といった変化により軽微な

外力でも損傷し易い⇒その為角質やバリア機能を維持し皮膚の耐久性を保持するケアが必要

入浴時の留意点

★石鹸は使い過ぎず、しっとりタイプの物を。すすぎ残りが無い様に

★毎日入浴しない場合は、わき・くび・陰部・足等汚れ易い部分を選択的に洗浄

★タワシ・タオルでのゴシゴシ洗いは避け、石鹸を泡立て、手で肌泡をつけ優しく撫で洗い

★湯温は 38℃～40℃・高温はドライスキンを助長します

保湿方法

★浴後の皮膚がやや湿った状態で塗ると、浸透しやすく効果的

★手に保湿剤をとり、1か所ではなく皮膚の数か所に点在させ、手の平全体を使って優しくていねいに、できるだけ広範囲に伸ばす

★皮膚がしっとりする程度の量を使用する

爪白癬

★爪に汗や垢などの汚れが溜まると白癬菌の温床になり易い

★最初は爪ではなく指先が白癬となり、指先が白っぽくなり次第に指側に浸食していき、爪全体が変色…白色～黄色～黒色

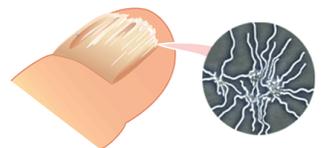
★盛り上がった爪はボロボロと崩れるようになる

★症状が進行すると、靴が履けなくなったり、歩き難くなったりする等、日常生活に支障をきたす

…糖尿病の方は合併症の危険もあり…

⇒早目に皮膚科受診 ⇒定期的通院

と根気強い治療



ベリーダンスを見て

東洋風の音楽が流れ、ベールをつけた4人の踊り子が登場、踊り出しました。きらびやかな衣装を着け、おなかを出し（よく動くのです）、楽しそうに舞台いっぱいに踊ります。

みんな目をパチクリ。びっくりした様に見ていました。本当に驚きです。夢の中で外国に行った気持でした。楽しかったです。ありがとうございました。



利用者 Y・T様



辛夷俳句会

妻看取るベッドに月の影淡し
帰燕いまいづこの空や野分雲
祝はれてそれと知りたる敬老日
ひね間酔を蟋蟀鳴くや窓の外
一叢のコスモスだけの廃寺かな
去り状の墨の滲みや秋時雨

英三
英三
芳子
高子
公紀
幸子

名句鑑賞

「次の間の灯で飯を食ふ夜寒かな」 一茶

一茶は晩年になって故郷の信濃に落ち着くまで常陸を中心に関東一円を旅まわりの俳諧興行でほそぼそと暮らしていました。貧乏な一茶は侘しい安宿で夕食をとっていますが、宿の者は行灯に灯を入れてくれない。暗い部屋で隣室から洩れてくる灯りの光でボソボソと食事をしている一茶の姿が侘しく浮かんできます。他に「一人と帳についたる夜寒かな」等の句もあり、一茶にとって忘れられないテーマであったようです。

お知らせ

職員異動のお知らせ

☆**介護士 矢嶋大助(退職)**

☆**送迎員 塩田昌弘(新規採用)**

10月1日より送迎員としてお世話になります塩田昌弘と申します。

安全運転を心がけ、皆様に「乗り心地が良い」と言っていただけることを目標と致します。宜しくお願いいたします。



学芸大付属小との交流会

10月14日学芸大付属小の子供たちがデイにやってきた。子供たちは課外授業の一環として、お年寄との交流の実習を行うために自分達でリーダーや役割をきめて練習・ミーティングを重ねてきたようだが、いざ実施となるとなかなかうまくいかない。私のテーブルに来たグループはおはじきとトランプで遊ぶつもりだったが、その遊び方を説明するのに手間取りあせりから早口になってしまった。お年寄は微動だにせず目を伏せて固まってしまった。子供たちはますますあせりだし、やつぎばやにおはじ

きをテーブルの上に広げ、ゲームを始めた。お年寄たちは一体何が始まったのか理解できず固まってしまっばかりで、子供たちも困り果て手が止まってしまった。

一人の女の子が「すいません、おはじきしたことがありますか」と話しかけてきたのをきっかけに話が出来るようになり、子供たちが一生懸命やればやるほどお年寄りとの間が開いてしまう。老婆心ながら子供たちの心を聞いてみた。「ただおはじきやトランプ遊びをすることを伝えたかった」とのこと。「人に物事を正確に伝えることは、大変なことですよ。ましてやお年寄は耳も遠いし、頭の回転も良くないし、そう早口でぽんぽん言われるとついて行かれないよ。もっとゆっくり耳のそばで話すといいよ」と教えてあげました。

「はい。次はトランプをしたいと思いますババ抜きって知ってますか」女の子はお年寄の近くでゆっくりと辛抱強く話しかけていた。するとお年寄は伏せていた顔をゆっくり上げ、目を細めに開きました。女の子の顔がパッと明るくなり、配り終えたカードを持って何かを話していました。男の子も加わり、トランプゲームが始まりました。

私もゲームをしていて感じたことは、まず子供たちのみならず、デイ側の受け皿もしっかりしておく必要があると思いました。昔、昔のお嬢様方が遊んだであろうお手玉、おはじき等々、昔遊びの数え唄等を掘り返して、子供達に教えたいと思うのです。もっと子供たちの心を引く事と思います。



編集後記

10月26日夕方ハロウィンの仮装をした子供たちとお母さん達60名がセンターに！歌を歌ってくれたり「お菓子をくれなきやイタズラするぞ」と御なじみのフレーズを可愛い声で聞かせてくれました。

デイサービスからは子供達にお菓子を渡したりと楽しいひとときとなりました。



介護士 本間妙子