

発行：一般社団法人だんだん会

責任者：宮崎和加子

だんだん便り

第47号 2021年9月10日



初秋の高原にて

高原では9月になるとあちこちに赤や黄色に彩られた木々が現れてきます。全面が紅葉に染まった風景も魅力的ですが、緑の中に赤や黄色が散りばめられた風景も、変化する季節を強く感じられてひかれるものがあります。いつもは北八ヶ岳の一角で味わう風景を、この日は志賀高原で満喫しました。変化する自然の美しさは、やはり一番の生きる力になるように感じます。

からまつ会 本橋 博 (北杜市須玉町)

グループホームわいわい白州・尾白

○ジメジメした梅雨も早々に、暑い日が続いており、大きな🌧️やとしゃ降りに利用者様と驚いている日々です。お盆中の雨も長かったですね。



散歩やティータイムも時々、楽しんでいきます☆



・訪問美容室のカットがありました。3人ともきれいになられて、気分も上々です。若々しくなりました。



巻き寿司をまいてくれました。❤️

・いつも周りを和ませてくれる治江さんお誕生日おめでとうございます。これからも明るく元気に過ごしてください。



・6月の下旬より、グループホームわいわい白州・尾白で勤務させて頂いています。興水といいます。今後ともよろしくお願いたします。

<尾白 興水 昭>



花火 楽しみました！！

コロナ渦の中で、今年の夏は長雨・・・ そして高温が続き・・・



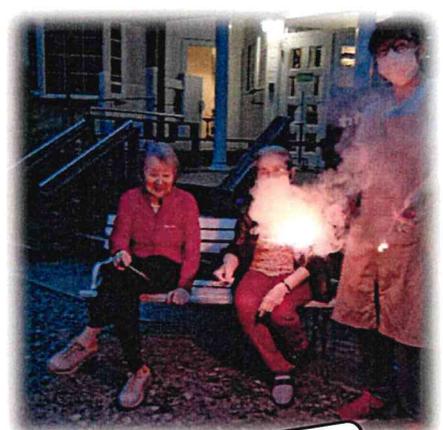
しかし、わがままハウス山吹では、夏のイベント“花火”で盛り上がりました。



童心を思い出すわ！



花火の灯りの中に浮かぶ
皆さんの笑顔と歓声！！



やっぱり線香花火が一番ね！



ウあー きれいだねエ



あっという間に燃え尽きちゃったわ！



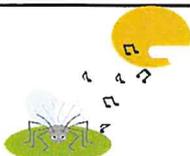
ねえ、見て見て、
きれいでしょ！



わあ この花火は賑やかなね！



きれいだっただわ、どうもありがとう！



秋の虫の音も聞こえてきます。
山吹に夏の終わりが訪れました。(寄り添いスタッフ 浅川・池永)



オレンジティほかほか

ある日の送迎車の中で・・・

利用者さん;「まだ梅雨が明けないのね？」(8月の長雨の後の会話です)
送迎中の道端で秋の気配を見つけて話題にしました。

スタッフ;「月見草が咲いてますよ」「栗のイガが大きくなったね」

「(指さしながら)ススキの穂があちらこちらに・・・」

利用者さん;「あら、そうね」

「今、萩の花も咲いてたわよ。秋よね！」

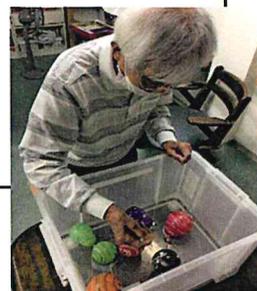


今年の夏祭りは、室内での開催となりました。

少しでも祭りの雰囲気を感じて頂きたく、焼きそば、フランクフルト?、たこ焼きをバイキング形式で取っていただきました。他に、お稲荷さんやサラダもご用意いたしました。夜店では、どんな物を買っていたかで、大いに盛り上げました、

リンゴ飴や綿菓子、ビールや焼き鳥などの色々な思い出を話しておりました。食後には、ヨーヨー釣りで、好きな色を狙って釣り上げておられます。2個を同時に、取られる凄腕の方もいました。

ささやかでしたが、夏の風物詩である祭りを、楽しんでいただけたかと思えます。



オレンジサロンわいわい白州・長坂

コロナまん延防止重点措置の対象地域に指定されました。

全国でコロナ感染者が急増、緊急事態宣言地域が増える中、ここ北杜市も「まん延防止重点措置対象地域」になりました。

「サロン」の行方は・・・

マスクの着用・手指の消毒・手洗いを徹底し、換気や室内での清掃・消毒を徹底した状態で開催をしていますが、心配は拭えないです。



【8月サロンの様子から】

夏行事と言ったら「お祭り」ですね。地域での夏祭りもなく「つまないねえ」という言葉が聞かれました。ちょっとお祭り気分を味わえるようにと「ヨーヨー釣り」を企画しました。

水に浮くヨーヨーを「こより」を使って釣ってみましたが難しいですね。ヨーヨーはお土産になりました。



また、折り紙でハートのリースづくりをしながら、手を動かし口を動かし、脳トレです。短い時間でしたが皆さん十分楽しんでいただいたようです！！

ボランティアさん;これ何と読みますか？

Q;1841845678184

A;「いやよ嫌よコロナはいやよ」

Q;83423987

A;「闇夜に咲く花」

このような数字の遊びクイズなどをしながら考えて、そして笑って過ごしています。



体操をしています！

ちょっとした汗をかきます。

体を動かした後は「気持ちいいわあ」と皆さん口々に感想を話されています。



すっきり ヨガ

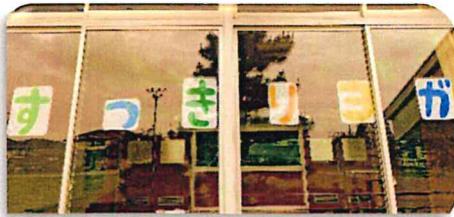
← ひのはる ころちざわ →

理学療法士・ヨガインストラクター 差ヶ久保三希

8月だというのになんだか雨が多く涼しい日が多いなと思うと、かんかん日照りでなんともいえない暑さが続いたり、身体も合わせていくのが大変な気候になってきましたね。

さて、いよいよすっきりヨガも9月1日(水)から2クール目が始まりました☆彡

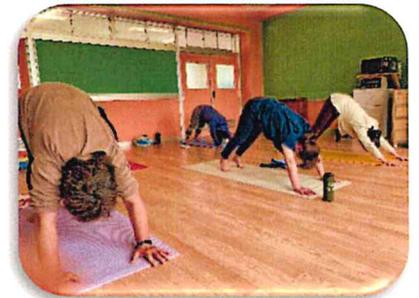
コロナウィルスが蔓延している中で、2クール目を開催するかどうか検討しましたが、家ではなかなかできない運動をみんなでやることで身体だけではなく、心も開放する機会を作っていくことがこの時期だからこそ必要であると考え、万全の対策をとり実施していくことにしました。



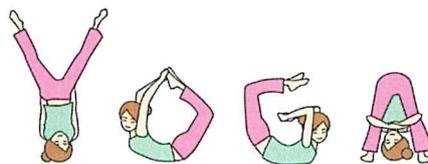
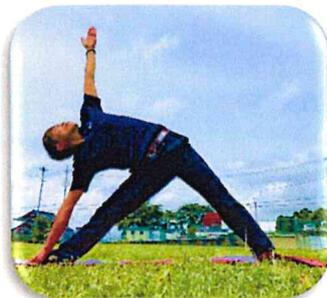
2クール目スタート日は5名にて開始。

新しいメンバーと、久しぶりにお会いする1クール目のメンバーと気持ちよく身体を動かしました。

すっきりヨガは、ヨガスタジオのように流れるように身体を動かしていくヨガというより、自分自身の身体と向き合うヨガを大切にしています。“自分の身体ってどんな感じで動いているだろう” “どうしてこの部分は動かすことが難しいのだろう” 等々、動くことができる身体を作る前に、動きの悪いところや元々の自分の身体の動きをみていくことで、自分に合った身体の動かし方を、ヨガを通して体感していきます。そうすることで心地よい、快適な動きができるようになってきます。



理学療法士の視点があるからこそ、自分に合った身体の動かし方を、ヨガを通してお伝えしていきたいと思っております。そんなヨガに興味のある方がいらっしゃったら是非お声掛けください。



生きる意味

地域看護センターあんあん 浅見玲子 記

今回は、素敵な女性を紹介します。村本 彩さん(本名・46歳)です。

ある日の大雨の朝、彩さんのご主人がゴミステーションに捨てられていた子猫たちを保護。彩さんは寝るまも惜しんで弱った子猫たちにミルクをあげて看病。そして元気になった子猫たちは彩さんの知人を通じてそれぞれの里親のもとへ。村本御夫婦の優しいお人柄がこのエピソードでわかります。

人工心臓を植え込んで

村本 彩さんは、平成 30 年に発症した癌の化学療法の後重症心不全となり、令和元年 5 月に**植え込み型補助人工心臓 (VAD)** の植え込みの手術を受けました。主治医は東京の病院です。VAD は、著しく低下した心機能を補助するため自分自身の心臓に装着する機械です。体内に植え込んだ機械を動かすシステムコントローラー・バッテリーをキャリーバッグで携行することで、自宅退院も可能になりました。心臓移植の代替え療法としての VAD をつけての在宅療養の方はまだ数少ないと伺っています。

人工心臓・・・山梨県北杜市の自宅に退院

令和元年 6 月に入院先の病院から訪問看護のご依頼があったときには、正直「VAD を着けて在宅で？生活する？」経験のなかった私は、お断りしようと理事長に相談。「あなた、なに言ってるの！あんあんがお受けしないとその方は家に帰ってこれないのよ。病院に行って勉強してらっしゃい」と叱咤激励。

上京して初めて彩さんに病院でお会いした私は、帰りの電車の中で「彩さんが 1 番気がかりなのは、何かあったときの緊急時のことだ」と判断。すぐに翌日から市役所や障害支援センターや、消防署を廻って情報共有をして緊急時の搬送方法について具体化して退院の日を待ちました。

常に傍に熟練したサポーターが必要

実際に VAD を装着しての生活は、簡単なことではありません。利用者さん自身、サポートするご家族が VAD の機器の取り扱い、トラブル時の対応にも習熟しておく必要があります。



村本
彩さん

薬剤管理、食事管理、体重管理などセルフケアが求められます。毎月 1 回は上京しての定期通院、そしてサポーターが必ずそばにいないと 1 人では車の運転も外出もできないなどの制約があり自由にはなりません。

「私、VAD をつけて生きてる意味があるのかな」

村本 彩さんと出会って 2 年。現在は、とてもお元気に過ごされています。

彩さんが時折口にすることがあります。「私、VAD をつけて生きてる意味があるのかな」私はちょっと乱暴に答えます。「食べて出して寝て。この繰り返しが生きること。それが出来ていればいい」VAD をつけていないと生きていけない苦しさや不安。でも VAD を着けたから今日も安心してご主人と暮らしている現実があります。

彩さんは、誰かの役にたちたい、何かのために生きたいと言います。彩さんがこうして毎日生きていることが誰かの役にたっているし、何かのためになっている。私は、村本ご夫妻に出会えて感謝。飄々と何食わぬ顔でそっと見守るご主人もほんとうに素敵です。これからも伴走者として彩さんと明日を楽しみに歩いていきます。

最後に村本 彩さんは、今、在宅でできるお仕事を探しています。パソコンもお得意です。どなたかお仕事をご紹介してくださる方がいらしたら、あんあんの事務所に一報ください。よろしく願います。

information

「訪問介護にこにこ」 少しずつサービスを始めます

だんだん会では、ご自宅での生活の支援として看護職と介護職がいっしょに取り組む『定期巡回てくてく 24』を 2017 年より実施してきました。一日複数回ご自宅を訪問するサービスです。

これとは別に、介護職(ヘルパー)がご自宅を訪問して生活支援する『訪問介護』の需要にお応えするために『訪問介護にこにこ』を事業開始します。ただ残念ながら十分な職員数が確保されているわけではないので、少しずついねいに実施していきたいと考えています。

見守りながらご協力をお願いいたします。



一般社団法人だんだん会

訪問介護にこにこ

(訪問介護事業：介護保険適応) 介護保険事業所番号 1971900582

〒408-0021 山梨県北杜市長坂町夏秋 918-5

TEL0551-30-7787 FAX0551-45-9568

<http://dandankai.com>

問い合わせは、上記が法人本部(0551-45-9566)まで

自宅で自立した快適な生活を継続できるように
介護のフロがお手伝いします！

訪問介護で受けられる主なサービス内容

身体介護

・食事介助・入浴介助・清拭
・排泄介助・歩行介助・更衣介助
・体位変換・移乗介助など

生活援助

掃除・洗濯・買い物
食事準備
移乗介助など

<営業日> 365日 (休業なし)

<営業時間> 7:00~19:00

<対象となる方> 要介護・要支援の方

<利用料金> 別途料金表参照
なお、介護保険を利用せず、自費でのサービスも可能です。

『定期巡回てくてく 24』と同じ事務所で、一体的に運営します



一般社団法人だんだん会

<長坂事務所>

・法人本部 0551-45-9566

・地域看護センターあんあん 0551-30-7505

・定期巡回てくてく 24 0551-30-7787

・訪問介護にこにこ 0551-30-7787

408-0035 山梨県北杜市長坂町夏秋 918-5

<小淵沢地域>

・わがままハウス山吹 0551-45-6323

408-0044 北杜市小淵沢町 10123-2

<白州地域>

・グループホームわいわい白州 0551-30-7566

408-0315 山梨県北杜市白州町白須 1023

<オレンジ館(長坂上条)>

・オレンジデイほかほか 0551-30-7509

・リハ特化半日デイるるん 0551-30-7509

・オレンジサロン長坂・白州

408-0021 北杜市長坂町長坂上条 436-4