



「ひな祭りの準備」

この人形は知人に作り方を教わり、自分で作ったものです。
沢山の古布を集めるとこから始め、お顔はなんと綿棒を使いました。
十二単の組み合わせは大変でしたが楽しいものでした。
完成したときはうれしくて、どんな人形よりも美しく見えたものです。
2月に行うひなまつりの準備でした。

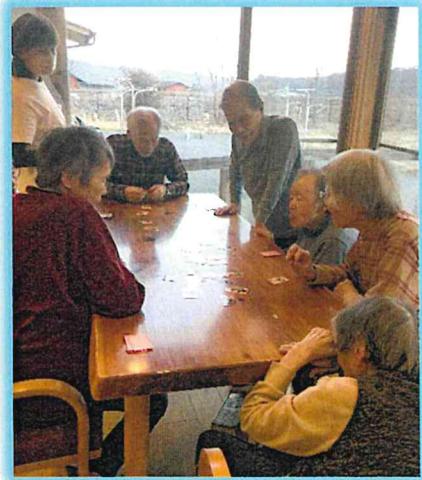
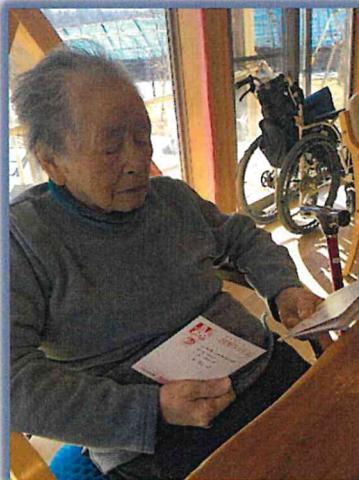
からまつ会 盆出 靖子(小淵沢町)



あけまして
おめでとう
ございます

グループホームわいわい白州

(摩利支天)



あたんじ
おじょうじ
おめでとうございます。

去年は年末前にコロナ感染でご家族の皆様には大変ご心配をおかけしました。無事に皆様楽しいお正月を迎える事が出来ました。一月お誕生日の新谷さんと天野さんの誕生日会を盛大にお祝いを致しました。コロナの無い日常、利用者様と職員一同改めて願う思いです。ご家族の皆様も健康には十分注意して良いお年をお過ごし下さい。



スタッフ：湯舟康弘

わがままハウス山吹（支援付き共生すまい）

あけましておめでとうございます

おせち料理作り



お品書き

- ・お屠蘇
- ・お煮しめ
- ・まぐろのお刺身
- ・海老の塩焼き
- ・カブと干し柿のなます
- ・伊達巻
- ・かまぼこ
- ・数の子
- ・黒豆
- ・きんとん
- ・昆布巻き
- ・ご飯
- ・吸い物
- ・練り切り

山吹にも4回目のお正月がやってきました。
「もう～いくつ寝ると～お正月～♪」
山吹の令和5年版おせち料理をご紹介します。

毎年のメニュー決めは12月に入ってすぐに調理スタッフ、寄り添いスタッフと話し合い、使用する器やお重も「こっちの方が良いんじゃないかな?」「ここにはこれを置いて」と議論を重ねます。

今年は新たな試みで、初めてまぐろのお刺身をお品書きに加えました。

皆さんからも「まぐろが美味しかった」「今まで一番のおせちだったよ」と言って頂きました。

美味しいおせちを頂き、今年も元気に過ごせますように！！



(スタッフ：根木三香)

オレンジティほかほか



年始の壁絵作りで、富士山の日の出をイメージして、門松と、めで鯛も、ご利用者様が作成してくださいました。「鯛をもう少しあさん作りたいねえ～」とのお声もいただきながら、楽しい時間を共有されていました。

令和も5年になって、年月の経過が早く感じる等との会話もされていました。

福笑いや、カルタをすることで新年を感じてくださいました。正月ならではの、行事をすると、楽しい頃の記憶が蘇るのか、たくさんの笑い声で、大盛り上がりでした。

お雑煮(風)もいただき、皆様とスタッフが一緒にになって、新年のお祝いをさせていただきました。



おやつ作りで、そば粉でパンケーキを作りました。

そば粉でなんて、味の想像がつかないと思って食べると、美味しいとの評判をいただきました。



<節分の鬼のお面>



<営業日> **月曜日** • **水曜日** • **木曜日** • **土曜日**

年末年始休業 (12月30日~1月3日)

<営業時間> **9:45~15:00** (5時間15分)

<対象となる方> 北杜市内に住民票がある要支援・要介護の認知症の方

<送迎など> 送迎あり (入浴サービスはありません)

「リハ特化半日テイるんるん」

ただいま 作業療法中 です

Aさんは、パスタが大好きです。

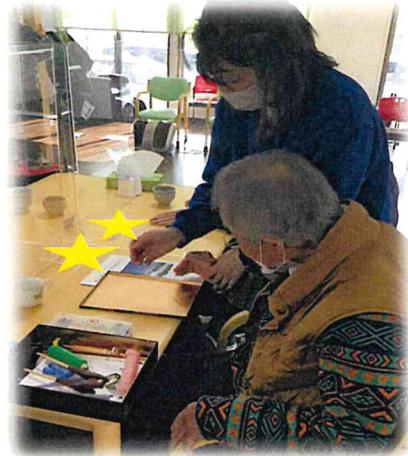
手指が動かしづらい時があり、大好きなパスタが食べづらいそうです。

作業療法士の和田名美さんと、「パスタをフォークで食べる」を目標に、リハビリの合間にトレーニングを開始しました。

腕(関節)の動きのコントロール、道具を安定して操作する事の練習として、この日はピンセット型の箸を使って、“つまむ→運ぶ”の動作をしました。

つまむものは、大豆、小豆、ビー玉、インゲン豆、アルミホイルを丸めたものなど質感の違うものに挑戦しました。ビー玉は難易度が高いですが、Aさんは易々とつかまえて移動させていました。

美味しいパスタをフォークで食べられる日が近づいていますね。



和田名美(なみ)

作業療法士・埼玉県出身
趣味：愛犬と散歩・旅行・
手芸・卓球・ビールの探求

昨年11月より週二回 るんるんで勤務している作業療法士の和田名美です。

皆様「作業療法士」って知っていますか？理学療法士と同様、リハビリテーションの専門職です。「作業」とは生活に関わる活動すべてのことで、「食事」「入浴」「料理」等応用的動作の他、「仕事」「遊び」「趣味活動」等社会的活動も含みます。その活動を行うための心と体の機能維持・回復をお手伝いするのが作業療法士です。

私は3年前に北杜市に移住してきた北杜市初心者で、今は皆様に教えていただくこと、はげましていただくことばかりですが、皆様が「自分らしく生き抜くこと」のお手伝いをいつかできるよう、日々精進してまいります！宜しくお願ひいたします！

てくてく物語

訪問先での冬の凍結問題

冬の訪問で、大変なのは室温管理や、道路の凍結、そして利用者さん宅での水道凍結です。

今年1月25日「十年に一度の大寒波」と言われていた日。

今年は急激に冷えたため、いろんな利用者様のお家で凍結問題が起きました。



洗濯機のホースもガチガチ

白州町に住む〇さん。気温が下がってくると、毎年給湯器の水抜きをしていました。

例年は水抜きをしていれば、問題なく毎日給湯器を使えていましたが、この日の朝、訪問すると水抜き栓からでた水が凍って栓ができず…使えなかったのです。

また洗濯機のホースもガチガチに凍ってしまい、洗濯もしばらくできない状態に…。

例年こんなに凍ることはなかったので驚きです。

流しの中の排水溝の水まで凍結

小淵沢町に住むIさんは、水道が凍結し水が出なくなってしまいました。

驚いたのは、流しの中の排水溝の水まで凍つてしまっていたのです…

次の日には溶けて使用できるようになりました。

利用者様の知り合いのお店の方が、沢山水を持ってきてくださいました。

トイレの中の水も凍結

また小淵沢町に住むNさん宅は水道が凍結し、なんとトイレの中の水まで凍っていたのです…。

夕方になると溶けてなんとか使えるようになりましたが、これからも寒い日が続きますので、注意です。

凍る前にショートステイ

清里に住むYさんは、今年1月24日からショートステイを使用していました。

例年寒くて、水道の凍結の心配もされるお宅だったので、とても良いタイミングでショートステイに行けてよかったですと職員皆で安堵しました。

夏の暑い時期も何かとたいへんですが、冬の寒い時期は利用者さんのお宅もかなり冷えています。その対策に苦慮します。昔ながらのお家で、暮らされている方が多く、特に1人暮らしの方は、室温管理が難しく、訪問するとストーブをつけないで過ごされてたり、暖房の設定温度が低くなっていたり…。凍結問題もあります。

この冬の寒い時期だけでも、ショートステイを利用して、暖かいところで過ごせるのはいいことだなど冬の寒さで改めて実感しています。

また今年は寒い日と暖かい日の寒暖差が激しく、体もなかなか適応できません。

自己管理にも気を付けながら、利用者さんの体調の変化などにも気を付けて今年の冬も乗り越えていきたいと思います。

(てくてくスタッフ:立花みなみ)

介護保険改定 その後・・・

昨年11月にこのページで、介護保険改悪反対運動（「高齢社会をよくする女性の会」「認知症の人と家族の会」「ウィメンズアクションネットワーク（WAN）」などが『史上最悪の介護保険改定を許さない！！会』）をしていることをお伝えしました。私も反対運動をしました。

それが、その後どうなっているのでしょうか。

介護保険制度改革に向けた議論は原則として、3年に1度行われ、12月に基本方針を決定するのが慣例となっています。具体的には昨年（2022年）12月の、厚生労働省・社会保障審議会介護保険部会で検討され、2024年度の介護保険制度改革に向けた基本方針（意見書）をまとめました。結論からいうと、介護費用が急増する中、保険料の見直しや、利用者負担の引き上げといった“痛み”を伴う改革については、結論を今夏まで先送りする異例の展開になったようです。

介護保険部会の意見書の中で、「夏までに結論」を得られるよう議論が継続されることになったのは、「高所得の高齢者の介護保険料引き上げ」と「介護サービス利用時の自己負担（原則1割）が2割となる対象の拡大」です。

反対声明項目に沿った内容

1. 自己負担 2 割を標準にするな

今回は決定せず、今夏まで先送り。

2. 要介護1・2の訪問介護、通所介護を地域支援・総合事業に移すな

今回の改定では、移行しない。これまで通り！！（よかったです！）

3. ケアプランを有料にするな

今回の改定では、有料ではなくこれまで通り！！（よかったです！）

「ケアプランの有料化」や「要介護 1・2 の訪問介護、通所介護などを総合事業の対象にする」ことについて、先送り、つまり案を撤回できたともいえます！ 結論を夏までに先送りという項目もありますが、反対の声を大きく届けることは、とても重要なことで効果があるということがわかりましたね。引き続き、様々なことに目を光らせ、住民の皆さんのがんや事業者の声を届けていきましょう。

（宮崎和加子）



ちょっと一息・・・

「だんだん会」のホームページのトップページの写真の変化に気づいてくださっていますか？　スライドショーで4枚の写真が次々と出てきます。「素晴らしい写真ですね」とわざわざ声をかけてくださる人もいます。その写真を提供してくれているのが、『てくてく24』のスタッフの伊佐地江美さんです。



写真が大好きなんです。
休日や「てくてく24」の利用者さん宅の訪問移動時に見える北杜市の風景に感動するんです。何気ない景色にも“なんて良いところに住み生活し、そして働いてい
るんだろう”と、再認識しています。

スタッフ：伊佐地江美

一般社団法人大んだん会

＜長坂事務所＞ 山梨県北杜市長坂町夏秋 918-5

- ・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**

＜小淵沢地域＞ 408-0044 北杜市小淵沢町 10123-2

・わがまきハウス山吹 **0551-45-6323**

＜白州地域＞ 408-0315 山梨県北杜市白州町白須 1023

・グループホームわいわい白州 **0551-30-7566**

＜オレンジ館（長坂上条）＞

・オレンジデイほかほか **0551-30-7509**

・リハ特化半日デイルんるん **0551-30-9251**

・オレンジサロン長坂・白州