

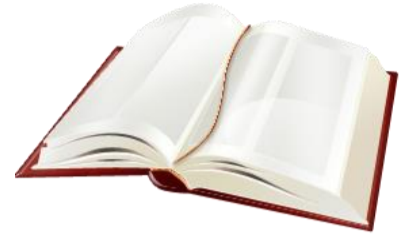
社会福祉法人 こうれいきょう通信

デイホーム池尻
デイホーム三宿
三宿訪問介護
池尻介護保険サービス
池尻あんしんすこやかセンター
若林あんしんすこやかセンター

発行元
社会福祉法人
こうれいきょう
電話 03-5433-2511
平成25年5月27日発行
第三号

「だまってはついていかない。いろいろ言いながらついていく」

社会福祉法人こうれいきょう
理事 齊藤 一美



この題名は高橋書店が毎年発行するダイアリーに載った名言(投稿から選抜された)の一つです。
「俺を信じてだまって俺についてこい」のプロポーズに対する、妻になった人からの返事です。この返事いいですね・・・。
「ついていく」というのは、相手の人生観や価値観に基本的に共感しているという合意の姿勢を表しています。

人は夫婦という一对の単位の他に、家族親族や職場の組織、職場を離れても所属するグループや団体の中で複数の人と関わって暮らしています。見るからに頼りがいがあり、計画性がある常に関わりを演出している人のもとで、黙ってついて行くのは楽ですが、それに馴れると、「あれ、ちょっとその考え方は違うんじゃない、私には違和感があるな」というときに、すぐに言いだせないことが多くなります。リーダー役の側も反対意見や修正案などがいろいろ出されることは、自分のやり方を全面否定されたような気分になり、関係が硬直しがちになります。

わが「こうれいきょう」では、仲間がいろいろな意見やアイデアを出し合い、時には、激論を戦わしながらも、基本的な理念に対する深い共感と合意のもと、リーダー役を担う方にしっかりついていき、活発な活動を展開したいと願っています。

デイホーム三宿より



「楽しい外出企画やっています」

3月から4月にかけて、駒沢にある「公公婆婆」(中華レストラン)へランチを食べに出かけてきました。チャーハンなどいつも食べている量よりも多いのですが、皆さん残さずに美味しく召し上がっている姿にはとても驚かされました。

次回の大きな企画としては、5月の下旬に毎年恒例の「日帰りツアー」を開催します。場所は、「横浜中華街」に食事と観光に行く予定です。日頃、デイサービスで見せてくれる笑顔と違う、外出した喜び表現してくれるご利用者様をみると企画する我々も嬉しくなります。また、次回の通信で報告できればと思います。

また5/27(月)から池尻まちづくりセンターにて、ご利用者様が作られた作品の展示を行います。ご家族様や地域の皆様には是非ご覧頂けたらと思います。

デイホーム三宿は、様々なご病気を持っている方が通われていますが、毎日元気に明るく、楽しい時間を過ごせますように努めています。また楽しいニュースをご紹介しますので、ご期待下さい。(介護職 大図)

問い合わせ先 デイホーム三宿 5431-3520



デイホーム池尻より

「パワーリハビリテーションの紹介」

パワーリハビリテーションとは、老化や障害により動かさなくなった関節や筋肉を無理のないように、トレーニングマシンを使用して楽しみながら行うリハビリです。

理学療法士が、その方の目標(外出したい、今の体力を維持したい等)に合ったトレーニングメニューを無理せず、安全に続けることで、体力だけでなく、自信がついてきます。また、リハビリの効果の評価するための体力測定も定期的を実施することで、ご本人のやる気の向上につなげていきます。

今後も参加される利用者の皆様に、元気になって頂けますようにスタッフ一同努めてまいります。

パワーリハビリテーションにご興味のある方は、どうぞお気軽にお問い合わせください。(介護職 和泉)

問い合わせ先 デイホーム池尻 5433-2511

こんな感じでマシンに乗ってます。



よりみちカフェを ごぞんじですか？



デイホーム三宿の2Fスペースを使って、月に2回(第2、第4水曜日)に「よりみちカフェ」をオープンしています。

若い方から、お年寄りまでだれでも気軽に立ち寄れる、そんな温かい場所です。家で独りで食べるより、誰かとお話ししながら食べる食事は美味しいですよ。ワンコイン500円で、食事・デザート・コーヒー付き。第4水曜日は、ギターの生演奏で懐かしい曲を聴きながら、優雅な食事をして交流しませんか。

是非一度、足を運んで頂ければと思います。お待ちしております。

問い合わせ先 デイホーム三宿 5431-3520

ボランティアの
上條さん

マンション横の
階段が入口で



お出かけサポート始めました！



デイホーム池尻では、都営池尻住宅の住民ボランティアさんと一緒に、外出のお手伝いをさせて頂いています。

お買い物など、用事を自分でしたくても一人では出かけることが心配な方を対象に、毎月池尻～三軒茶屋まで、デイホームの車で送迎を行っています。

重たいものが買いに行けない…。
自分で選んで買いたいな～
いつもと違う場所で、外食したい！
出張所に書類を取りに行きたい



皆さんの目的は様々です。
毎回、皆様が楽しそうにお出かけされる姿を見て
いるとわたしたちも、とても嬉しいです。

当法人では、このまちで暮らす方々のお困り事に、
少しでもお役にたてることがあれば、微力ではありますが、
協力させて頂ければと思っております。お気軽にお声かけください。

問い合わせ先
デイホーム池尻 5433-2511



お出かけサポートの運転を
担当しています、大和田です。
皆様が元気に出かけられる
よう応援していきます！

ボランティアさん ありがとうございます！

社会福祉法人 こうれいきょうにお力を頂いておりますボランティアさんを紹介いたします。デイホーム池尻でパワリハなどご協力頂いています須藤さんです。

1. 須藤さんとデイホーム池尻の出会い・きっかけを教えてください。
★人生色々転機があり、介護を真剣に考えるようになりました。家族ではまかなえない部分を、地域社会が補うべきと考え、ボランティアの世界に足を踏み入れました。その時、自宅に近い地域でデイホーム池尻の存在を知り、ボランティア活動のお付き合いが始まりました。
2. 利用者様との関わりの中で感じることを教えてください。
★ボランティアのお付き合いをして、10数年の歳月が経過する中で「傾聴」を心がけ、自分自身の勉強にもなりました。また通所されている利用者さんとの出会いがある半面、別れもあり、人の変化を大きく感じています。
3. 一言ご意見をお願いします。
★これからも、自分が活動している他のデイホーム等の良い情報を伝えたりして、デイホーム池尻と利用者さんの橋渡しになればと思います。「人に喜ばれ、社会に必要とされているのが人間にとって一番大切」の理念です。

須藤さん、お話を聞かせて頂き
ありがとうございました。



池尻あんしんすこやかセンター 若林あんしんすこやかセンター

いつまでも元気で、いきいきと暮らしていただくためのいろいろなプログラムの1つである

はつらつ介護予防講座

をご紹介します。

筋力アップの体操や介護予防のヒントとなるお話など、まちづくりセンターで開催します。興味がある、ぜひ参加してみたいという方はお電話ください。



池尻あんしんすこやかセンター
TEL 5433-2512
若林あんしんすこやかセンター
TEL 5431-3527

ながら散歩で脳をリフレッシュ

散歩は有酸素運動です。歩きながら、『歌を歌う』『しりとりをする』、『100から7引き算』等、あなたが好きなことで『ながら歩き』をすると頭の血流も良くなり脳が活性化します。気持ちのよい季節です、散歩をしながら脳をリフレッシュしましょう。

