社会福祉法人光友会　Light Friend Association

希望通信

きぼうつうしん

7.8月号

編集・発行　湘南希望の郷
〒252-0825 藤沢市獺郷1003
TEL 0466-48-4500

Index

■ 自己記録の更新は？ 記録会開催 …… P1
■ 介護用ロボット体験 …… P2
■ せせらぎ会・希望のバトン …… P3
■ リハ室の小窓・初夏の花壇レポート …… P4

自己記録の更新は？　記録会開催

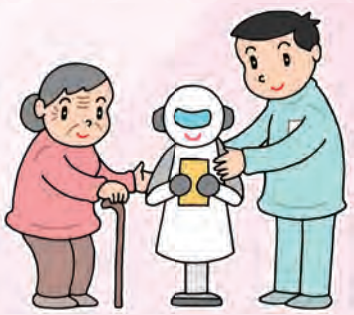
コロナ禍にあって、いろいろな行事などイベントごとが休止されたり形を変えて催されたりしていましたが、ここにきて、少しづつ社会も動きが活発になってきているようです。神奈川県障がい者スポーツ大会も今年こそ参加をという思いはありましたが、まだまだ油断できない状況と皆で相談し、参加は見送ることになりました。そこで、今年は施設内記録会を催すことになりました。

梅雨の晴れ間、青空の元「On your marks」、「Set」の掛け声と共にパーンと手をたたく音が聞こえてきます。希望の郷の東側道路へ出ると車椅子の住人さんたちがハンドリムを力強く回し必死に走っている姿と、大きな声で「がんばって！」と声援を送る住人さんたちの姿がそこにありました。ストップウォッチを持った職員さんの横を全力で通過すると、「2分09秒」「前回から20秒速くなったね」と告げられ、とても晴れやかな笑顔となって大きなガッツポーズが飛び出しました。額の汗を拭いてる向こうから、次の組の人がスタートしてきます。参加者全員が走り終えて、みんなでがやがやとタイム確認をすると大幅に記録を縮めた住人さんもいて、ここでもまた大きな歓声が上がります。

続いて場所を少し移動して、ソフトボール投げを行いました。これは，2回投げて遠くへ飛んだ方を記録とします。大きく広がる青空に向かって「エイッ！」と全力で投げられた白球が思ったより遠くへ飛ぶと「凄ーい」と歓声もとび、中には10メートルを超える記録を出す方もいます。

記録発表では、「記録更新だ」とニコニコ顔の人や、「もっと頑張れたらよかったのに」と少し不満気味の人がいたりとありましたが、「外で運動するのは気持ちがいいね」「早くコロナが治まって、みんなでスポーツ大会に出たいね」と終始賑やかに終わることができました。

介護用ロボット体験



4月に介護用ロボットをお借りして、職員全員と一部入居者さんで体験をしました。
今時はロボットと聞くと、お掃除ロボットが思い浮かびます。留守の間に家の隅々をお掃除しておいてくれるのですから、どの人も欲しくなってしまいますね。

介護用ロボットには、大きく分けて2種類あるようです。まずは、介護者が装着して動きをアシストしてくれる物です。先日も空港などで荷物の持ち運びをするために導入されたというニュースがありましたが、見た目が近未来的でカッコよさを感じます。今回お借りしたロボットは、「リュックサック？」と一見すると頼りなさそうな物で、業者さんの「パワーアップはありません。パワーをアシストしてくれるものです。」という説明に更に疑心暗鬼。でも、装着して、いつも腰の負担を感じる移乗動作や、トランポリンへお乗せしたり揺らしたりしてみると「あれ？軽い。楽‼いつも腰がきつかったのに。」と即、実感です。外して同じことをしてみると「うわっ、重い、できない‼」とさらに自分の力をアシストしてくれるロボットスーツのすごさがわかりました。装着に手間もかかりませんし、ロボットは装着すると特化した動きしかできないという不便さがあるそうですが、電源を切ると普通に椅子に座って書き物もできるのがポイントだとのお話でした。確かに。装着したままでも記録をしたり、電話口でお辞儀をしたり(笑)いろんな動きをしたいですものね。

次にお借りしたのは、入居者さんに装着して移乗をするためのものです。スリングシートがズボンにかからないのでこのままトイレにお連れすることもできます。普段しっかりと立つ経験をしにくい方には、立位訓練のツールにもなります。入居者さんにも実際装着いただいて様子を見ましたが、足がしっかりと床につき、スリングシートがしっかり支えてくれるので不安なく立つ姿勢を取ることができていました。笑う余裕さえも見えました。職員も体験しましたが「スリングシートがしっかりしているので、手を放しても怖くない。全然力がいらないね。」という感想が聞かれました。そして・・・ もう一台は、後々のお楽しみです。また、別の機会に報告したいと思います。

せせらぎ会だより

たゆまざる歩みおそろしカタツムリ　(北村西望)

コロナ禍の渦中で迎える三度目の夏。この未知なるウィルスとの遭遇から３年。やっと長いトンネルの出口に希望の灯りが見えて来ました。百年に一度と言われた、史上まれに見る新型コロナウィルスの猛威。その世界的感染拡大（パンデミック）に翻弄された人類社会。大袈裟な言い訳ではなく、この危機の時代を生き抜いた人間の英知。この史実は、きっと過去の教訓として未来の教科書に書き残されることでしょう。近い将来、WHO（世界保健機関）が新型コロナウィルスの完全な「終息宣言」を出す勝利の日まで、現代（いま）を生きる者の一人として恥ずかしくない人生を歩みたいものです。さて、８月９日は長崎原爆の日です。今回、せせらぎ会だよりの冒頭で紹介した俳句の作者は、長崎平和祈念像を制作した彫刻家・北村西望氏と同一人物です。この平和祈念像とカタツムリをめぐるエピソードは、北村氏が４年の歳月を費やして完成させた平和祈念像。その制作過程において、悪戦苦闘していたある日の夜、足下（あしもと）にいたカタツムリが、翌朝見てみると10メートルもある像のてっぺんに登っていた。それを見つけた時の北村氏の感動を素直に詠んだ俳句が、「たゆまざる歩みおそろしカタツムリ」である。後年、北村氏はこの自作の一句を座右の銘として、102歳で亡くなる日まで現役で創作活動を続けた。皆様、そろそろ梅雨明け間近、コロナ禍の夏本番を迎えます。くれぐれもお身体ご自愛ください。

文責.自治会(K.I)

希望のバトン

不自由を伝えられる世の中に

放課後等デイサービス太陽の家
松本　綾子

関さんより、バトンを引き継ぎました。光友会に勤務させて頂き早10数年が立ちます。希望の郷には、入職時に一年間勤務させて頂きました。その後太陽の家へと移動になりました。以前聴覚の不自由な利用者の方がいて、数年前に、藤沢市の手話講座を受けました。実際に聴覚の不自由な方が講師となり、生活をする上での不自由について聞く機会がありました。その中で一番困る事は、体調不良の時に救急車を呼ぶ事だったり、病院での不調を伝える手段に困るとの事でした。近くにサポートしてくれる人がいない方は、手話通訳士にメールをして伝え病院に連絡を取ってもらう事もあると聞きました。現在では大きな病院では、身体の箇所が分かるボードを見せてくれて指さしで体調の不良を教えられるような配慮が進んできているそうです。

障がいを持った方が不自由を様々な人に伝えられ改善できる世の中になるといいなと思います。

次のバトンは、湘南希望の郷の広田勝紀さんにつなぎます。

こんなところにツバメの巣！

ナイトセンターの1階東側、配管のてっぺんのカーブの所にツバメが巣を造ったよ。近寄って「かわいい」って大声出しても、親鳥はちょっともぞもぞするだけ。卵を温めているからずっと動かずに、忍耐あるなぁ。

早くひな鳥も見たいね。皆の楽しみが一つ増えました。

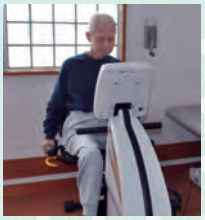
リハビリ室には替わりばんこに入居者さんが訪れては、皆真剣な顔でリハビリに打ち込んでいる姿があります。いろいろな機材が並ぶリハビリ室は皆さんにとってどんな空間に映っているのでしょうか。一緒に覗いてみましょうか。今月からの新連載です。

当施設のリハビリ室は、日当たり・風通しの良い施設の中でも一番良い場所にあります。「リハビリの時間です」と呼びに行くと、どの方もすぐに「じゃあ、行こう」と元気に答えてくださいます。

皆さんがわりとお好きな運動に自転車こぎがあります。（自転車エルゴメータ）基礎体力、特に足腰の力の強化と心肺の機能の維持と強化を目的としています。小林さんは、当施設の最高齢入居者さんですが、新しいことに興味をもって取り組まれます。坐位や立位の運動よりも、「もう自転車をしよう！」と伝えてきます。今日も軽快にこいでいます。

最近入居された平野さんは、チャレンジ精神が素晴らしく、「この施設の中で、いろんなことをやってみたいと思っています。」と話されます。「自転車は横浜のラポールで経験してきた。」とのことで、慣れた様子で力強くこいでいます。

皆さん、コロナが明けたらいろんな所へ出かけたい。そのための体力作りに余念がありません。



◆7・8月の予定◆

健康課より

7月の予定

藤沢病院　石井Dr.	28日（木）
厚誠会歯科検診	5日（火）12日（火） 19日（火）26日（火）
御所見病院　多田隈Dr.来診	13日（水）27日（水）

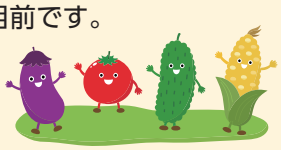
8月の予定

藤沢病院　石井Dr.	25日（木）（予定）
厚誠会歯科検診	2日（火）9日（火） 16日（火）23日（火）
御所見病院　多田隈Dr.来診	10日（水）24日（水）

編集後記

今年の5月は「もう、梅雨入り？」なんていう会話も聞こえてくるほど雨が多かったですが、無事に梅雨入りは6月に持ち越されました。田んぼに水がはられ、カエルの鳴き声がいつも通りに響き渡る獺郷です。

バルコニーのトマトも大葉もインゲンも森のようにモジャモジャと茂っています。暑い夏がもうそこです。おいしい夏野菜の収穫も目前です。　（Y.N.）



初夏の花壇レポート

郷の入り口にはゴーズガーデン（郷の庭）と名付けられた花壇があります。５月を過ぎると、いろんな花が次々と咲きだします。

今は黄色のスカシユリが花壇の真ん中でひときわ目を引いて、出勤時の職員さんから絶賛されています。ビロード草のピンクとサルビアの赤が花壇を華やかに盛り上げて、うっとおしい梅雨空にも負けていません。いつも何かしらの花を観賞していただけるようにと、花かごのように沢山の種類を植えています。

まもなく開く真っ白なカサブランカも楽しみです。ぜひ、その一番美しい時を見てほしいといつも思っています。

（自称　花好きおばさんより）