

# 栗坂 美鈴 先生から 絵画をご寄贈いただきました

この度、岡山県玉野市出身で瀬戸内市在住の画家、岡山日展・日洋会 会員 栗坂 美鈴（くりさか みすず）先生より、F100サイズの絵画2点を寄贈していただきました。2点とも、木々のある自然が美しく描かれた、迫力ある素晴らしい絵画です。

この絵画は、あじさいのおか牛窓・東館1階あじさいホール横のラウンジで鑑賞できるようになっておりますので、施設ご利用者様やそのご家族様、スタッフ、来館される方々もじっくり眺められていらっしゃる姿を拝見します。ご利用者の皆様はもとより、ご家族や地域の皆様にも是非ご来館いただき、鑑賞していただければと思います。

貴重な絵画をご寄贈くださった栗坂様に、心より厚く御礼申し上げます。



「早春（東北）」（2010年作）



「木立ち」（2014年作）

## 皆さんの夢、叶えます！～ドリーム企画～

グループホームあじさいでは、入居者の皆様が住み慣れた場所で、ご家族や地域の方々のお力を借りながら、地域の中で「その人らしく」生活を送っていただけるよう支援しています。

その具体的な取り組みの一つとして、『ドリーム企画』と称した活動を行なっています。これは、『ご入居者様それぞれの望むことを叶えよう』という取り組みです。「買い物に行って〇〇を買いたい」「〇〇が食べたい」という、買い物や外食のご希望が多いのですが、目的地までの移動中に車内からこれまでの人生を過ごした思い出のある場所の風景や様子を見ることも、大きな楽しみの一つになっているようです。

先日、あるご入居者様のドリーム企画では、喫茶店でケーキセットを頂きました。普段、施設では提供することの難しい、手の込んだ綺麗なケーキを前に少し尻込みをされていたご様子でしたが、思い切って口にされると「美味しいなあ！」と喜んでくださり、気が付けばあっという間に完食されていました。

他には、買い物でご自分で選んだ服を購入された後にお洒落なランチを食べに行かれた方もいらっしゃいます。ご参加くださった皆さんは、どの方も幸せそうな笑顔をたくさん見せてくださいました。

『ドリーム企画』の名前の通り、これからも皆さんの夢が叶えられるように支援していきたいと思っております。



4月号(213号)

発行日：2016.3.10

発行



社会福祉法人  
誠和

特別養護老人ホーム  
あじさいのおか牛窓  
サービス向上委員会  
発行責任者：三石哲也

〒701-4301

岡山県瀬戸内市

牛窓町長浜1745-1

TEL 0869-34-6366

FAX 0869-34-6370

[seiwa@ajisai-s.or.jp](mailto:seiwa@ajisai-s.or.jp)

[http://www.ajisai-](http://www.ajisai-s.or.jp/)

[s.or.jp/](http://www.ajisai-s.or.jp/)

# 『パタカラ体操』実施しています！

食べ物をよく噛み砕き、しっかり飲み込むためには、唇や舌の動きが重要です。歳を重ねるにつれて口の周りや舌の筋肉が衰え、動きが少しずつ悪くなっていきます。そこで、デイサービスではご利用者に食事をおいしく安全に食べていただくために、昼食前に毎回「パタカラ体操」を実施しています。

パタカラ体操とは、お口の代表的な体操の一つで、食べ物を上手に喉の奥まで運ぶための運動です。「パ」「タ」「カ」「ラ」と発声することで食べるために必要な筋肉のトレーニングができ、噛む力と飲み込む力の維持・向上を図ります。

また、唾液の分泌を促進したり、入れ歯の安定を手助けしたり、表情が豊かになったり…と、非常に多くの効果があります。

昼食前のデイサービスフロアには、看護職員の声かけに合わせて発声されたご利用者の皆様の元気な「パ」「タ」「カ」「ラ」の音が響いています。

「パタカラ体操」を実施し、食事を安心・安全に食べていただくことで、皆様の生活がより良いものとなるようにサポートしていきたいと思えます。



## ～元気で長生きするために…介護保険サービスの利用～

皆さんの身近に、デイサービスやショートステイ等、介護保険サービスの利用に抵抗を示される方はいらっしゃるいませんか？「まだ人の世話になりたくない」という思いや初めての場所への不安が、「行きたくない」という言葉になって出てくるのでしょうか。こうした『新しいこと』を受け入れることが出来ないのは、『戸惑い』や『恐怖感』があるからです。戸惑いや恐怖感を軽減するためには、サービス利用の目的を明確にすること、そしてご利用される方の思いを汲み取ることが大切です。

介護保険サービスといっても利用する方の目的は様々ですが、「元気で長生きするために…」ということが多いのではないのでしょうか。日々の暮らしの中で何を大切に思っているのか、デイサービスやショートステイにどのくらい通ってどんなことをしたいのかを具体的に想像できるように話を進めていくこと、意向を上手く聞き取りながら時間をかけて説明することで、高齢者がリラックスできたり、自分の役割や存在が大切にされる『居場所』を自宅以外にも持つことができます。

もしご自宅での生活にお困りの際は、介護保険サービスの利用をぜひ前向きに検討してみてください。あじさいでもご相談いただけますので、お気軽にお尋ねください。



張こはい た歩とたてはに  
っれエう伊。きって、も大行先  
てかネこ勢。きは、食べる、も大神雨っ日、大阪・伊勢へ一泊旅行  
いらルと神宮は。とて、おかげ横丁で、伊勢神宮で  
こまギもあは。も、おかげ横丁で、伊勢神宮で  
うたーをり、パ、ワースポットと  
と色々いた、今回の旅行で  
（太田のぞみ）

の癒 のち所齡る家に仕  
カ私本やの問でのし事ト  
ッれの能っおわ二中っからプ  
トル手でかばず。ではを帰とドルを飼って三年。  
代一枕しり様女三はを振るとち喜びをばかり  
が時でうっがが児のの後追ういををし、  
痛でうっかて来大の好よういををし、  
いす。緒か？いるときで、膝に、  
（藤谷 みさえ）

謝をまがんなの夢され「  
頭です。思今な表情の姿があ「ト  
張っ。いの姿は情はあり、ッ  
って。出の姿は情はあり、ッ  
て実。さ。今な表情の姿があ「ト  
現して。出の姿は情はあり、ッ  
ほし。さ。今な表情の姿があ「ト  
しいな。出の姿は情はあり、ッ  
く。さ。今な表情の姿があ「ト  
（東 ゆりか）

スタシムス