

## 『幸せパワーを 発信せよ!』

ついに新緑の季節ですね。

出会いと別れの三月・四月が終わり、緑が優しい季節となりました。

別れといえは私事ですが、先日可愛猫を亡くし、後悔に暮れています。私と一緒に過ごした時が幸せだったのか…?と日々考えてしまいます。

幸せとは、人やモノと日々一生懸命に向き合った結果に生まれるのかもしれない。そうした一生懸命さが「幸せ」としていつか自分に返ってくる、と私は思っていました。

三月十一日、東日本大震災が起こりました。今世界中の人々が日本の幸せを願って愛情を向けてくれていきます。「人間は素敵だな」と思い、涙が出ました。この結果は、きっと、これまでに私達の国が同じように世界の被災地へ愛情を向け、誰かの幸せを願って種を蒔くことをしてきたからではないでしょうか?

今回の件から学んだことを活かし、あおやぎ苑のスタッフとして、愛情や幸せの連鎖に感謝し、いつも「幸せパワー」を発信していきますよう日々精進していきたく思います!

二階棟 鈴木 渉

## 介護豆知識

### 「車イス講座(外出編)」

今回は外出編という事で、外出時のポイントをいくつかご紹介いたします。

まず…「車イスは歩行者として取り扱われます。」歩行者としてのルールとマナーを守りましょう。

#### 外出前に…

「車椅子のタイヤの空気」  
 「破損はないか?」  
 「ブレーキはかかるか?」  
 をしっかりチェックします。

#### 情報…

バスや、電車で移動の利用の際、あらかじめ「車イスはのれるか」「駅の車椅子移動経路」「トイレの有無」等、情報を集めておくことで移動がスムーズです。今ではホームページ等での情報も多いですが、わからない際は気軽に職員さんに聞きましょう。

#### 駅にて…

駅によっては職員さんが、あらかじめ「途中乗換、目的地」等確認して、他駅に連絡したり、電車が着くと「乗降のためのスロープ」を設置してくれたり、現在では様々な配慮がされています。「不安な時は気軽に相談」して「安全、スムーズ、気軽に、楽しく」外出しましょう! また、ホームの中には「線路に向かって下り傾斜」となっているホームがあり、転落の危険がある所があります! 「万が一」に備えて、ホームで待機する際や乗り降りの際は十分に注意しましょう。

#### 車椅子トイレの使用…

車椅子トイレが自動ドアの際、介助者が外で待つ際は、内側から「閉まる」を押してしまうと、外側から開かない場合があります。このタイプの場合、利用者が開閉ボタンを操作できない場合は中で待つか、外で待つ際は外のボタンで操作しましょう。

#### 車椅子操作のポイント

上り坂では、介助者は体を少し前に倒して、押し戻されないように、一歩ずつしっかりと押します。

「下り坂で坂が急な時」は、ブレーキを軽く使い、「後ろ向き」に一歩ずつ下がります。

段差を登る際は、段差の前で一旦停止。ティッピンググラバーを踏んで前輪を上げ、車イスを前方に押して、前輪が段差を越え、後輪が段差に触れたら、前輪を降ろし、後輪を押し上げて、段差を越えます。(下図)

段差を降りる際は後ろ向きに降ります。後輪が下に降りてから、前輪を上げ、段差を降り切るのを確認してからゆっくり前輪を降ろします。



# 活動報告

3月25日(金)「まごまごカルテット」の皆様による演奏会がありました。チェロとピアノの素敵な演奏会で、心温まりました!まごまごカルテットの皆さん、ありがとうございました!  
「まごまごカルテット」の皆さんから、ご感想を頂きましたので紹介します!



**長瀬 唯ちゃん 8歳 ピアノ**  
「おじいちゃん、おばあちゃんに私の演奏を聴いてもらって元気をいただいたし、又、ここにきて、おじいちゃん、おばあちゃんたちに、演奏を聴いてもらいたいです。ピアノまた頑張ります。」

**山口法子様 ピアノ** 「おじいちゃん、おばあちゃんのおぬくもりと、優しいまなざしにつつまれて、本当に素敵な時間を過ごさせて頂くことが出来ました。震災以来、心落ち着かぬ日々を子供達も過ごしていましたが、おじいちゃん、おばあちゃんにお会いできて、心があたたかくなりました。お優しいぬくもりに触れ、元気を貰って帰ってまいりました。」

**長瀬里子様 ピアノ** 「3月11日の地震以来、不安な毎日の中で、今日何わせていただくことをずっと楽しみにしてまいりました。おじいちゃん、おばあちゃん、皆様本当にやさしい笑顔で、あなたかい男団気の中弾かせて頂いたこと、大変嬉しく思っております。皆様から元気を頂き、これからは「まごまごカルテット」頑張りますので、又お目にかかれる日を楽しみに致しております。今日は本当にありがとうございました。」



**山口雄太くん 8歳 チェロ** 「おじいちゃん、おばあちゃんに本当に優しくしてもらえて、とてもうれしかったです。また、おじいちゃん、おばあちゃんに会いに行きたいです。」



## ボランティア紹介

## なつかしい歌の出前音楽会

今回は2階、3階、4階にて活動して下さっている「なつかしい歌の音楽会」の皆様をご紹介します。(4月からデイケアでも月2~3回行います。お楽しみに。)



最近の高齢者のほとんどの方は、介護施設や病院で過ごされている時間が大変多くなってまいりました。そのため施設での生活時間の質がとても重要になっているようです。私どもの音楽会は、利用者の皆様に十分楽しんで頂ける様に工夫しています。現在、立川市、国立市を中心に行った公演は800回ほどになりました。各施設のご協力のもと、私どもの音楽会を楽しんで頂いております。ボランティアの歌い手さんも募集しております。主幹 松井 繁純



**塚田 明克様**  
利用者の皆さんと一緒に歌うのが、とても楽しみです。



**大田 孫子様**  
リンゴの唄を利用者のみなさんと歌う、月3回の水曜日が楽しみです。



**三原田 智子様**  
生きる幸せを共に感じ、歌って下さる皆様が大好きです。



**小室 道子様**  
皆様と一緒に唄っていると、父母と過ごした日々が思い出がびます。

## 行事委員 & ボランティア委員より「作品展」「展示会」のおしらせ

6月に毎年恒例の「おおやぎ作品展」を開催します。デイケア、2階、3階、4階のご利用者様が作られた作品を展示するほかに、リハビリで作成した利用者様の作品も展示したいと考えております。(また、案内での作品展後は、毎年、くにたち福祉会館内で行われる「くにたち福祉のつどい」に出展予定です!)

6月まで残り2か月!!!  
ご利用者の皆様、素敵な作品をどしどし作ってください!  
お待ちしております!



## ボランティア募集

### 入浴時のドライヤーかけのお手伝い

入所様にて、ご利用者の皆様が入浴された後、ドライヤーかけ等のお手伝いをしてくださるボランティアさんを募集しています!

2階棟・3階棟・4階棟 月火木金 10:00~12:00  
※4階棟のみ、水土曜日は14:00~15:30もあります。

お時間、日にち等、お気軽にご相談下さい。  
電話 042(626)5100 国立おおやぎ苑  
ボランティア担当 樋口まで

## 東日本大震災 義援金箱設置



東日本大震災において、被災された皆様に心よりお見舞い申し上げます。当苑でも、多くのスタッフから、「何かできる事はないか?」との声が上がりました。「人の力は微力でも、無力ではない」と言った方がいます。本当にその通りですね。今、私たちに出来る事のひとつとして、1F事務所受付に義援金箱を設置することになりました。ぜひ、皆様のご協力をお願いいたします。