

ほっこり！にこにこ！（@^0^@）

# つどい場みち



NPO法人

つどい場みち

第5号

発行：平成25年1月10日

住所：尼崎市戸ノ内町2-4-11

電話：06-6498-3350

HP：<http://npo-michi.jp/index/>

## 笑顔と元気が弾けるつどい場！！

NPO法人 つどい場みち  
理事長 浦田 美智子

明けましておめでとうございます。

新しい年が皆様お一人おひとりの夢や目標に向かって確かな一歩となりますよう祈念いたします。

デイサービスつどい場みちは誕生してもうすぐ1年を迎えます。厳しい航海の連続でしたが、今、お蔭様でたくさんの方が集い交流し、笑顔と元気が弾けるつどい場になろうとしております。これも皆様の本当にあったかいご支援とご協力の賜物であり、あらためて心から感謝申し上げます。どうぞ本年もよろしくお願いいたします。

さて、1月7日、今年のデイサービスの幕開けです。10人の皆様がお元気にお揃い下さいました。「久しぶりですねー。」たちまちあったかい空間が生まれ、会話が弾みます。

バイタルチェックの後には体操。アレ！何だかいつもと少し違います。

「やっぱり体が硬くなってますわー。こんなにすぐ縮まるんですねー。わー気持ちがいい！久しぶりに体を伸ばしてスッキリしました。」・・・と、口々に仰っしゃりながらの体操です。

今日はひときわ丁寧にゆっくりしっかり体と脳を動かしていただきました。それにしても本当に体は正直で、使わなかったら錆びていくものですねー・・・と実感です。

今年も皆さんが出来るだけ自分でトイレに行けるように、美味しい食事を自分の口で楽しんでもらえるように、認知症の予防と改善のため脳リハビリによる脳の活性化が図れるように、書道や絵画・陶芸教室、制作や歌やレク活動等に参加していただき生き生きとデイの一日を楽しんでいただけますように・・・皆さまの元気と喜びを精一杯応援させていただきます。

そして皆様の元気と喜びが私達をまた元気にしてくださいませ。感謝とともに私達もまた元気と喜びをもってみなさまとともに頑張っって参りたいと思います。

**宿泊サービスを提供しています！ 1泊2食付 2500円**  
(月曜日～金曜日)

介護保険外サービスとして、宿泊サービスを行っています。

こんな方にご利用いただいております。

ご家庭の様々なご都合により、緊急時の対応に  
介護保険の単位が足りない方に  
入院されていた方の退院後のケアのために

こんなときはどうしたらいいかなあと思われるとき、気軽に声をかけてくださいね。

**陶芸教室:ご好評につき、第1・3水曜日、第2・4火曜日に開催いたします！**

## クリスマスパーティー♪ at みち

12月20日 つどい場みちのクリスマス会♪ 利用者さんもたくさん集まってくれました!!



まずは**女性スタッフ**による**オープニング聖歌隊**。そして…**バイキング形式の食事**。お寿司にサンドイッチ、唐揚げ、サラダ、おでん、盛りだくさん♪ どれも美味しかったねえ!**ケーキ、フルーツのデザート**も♪



お腹いっぱいになったら**X'masソング**を歌ったり、**二胡とピアノ**の合奏を聴いたり…スタッフも多才です(笑) ちなみに二胡奏者はスタッフの藤原さん。ピアノは事務長の奥さんです!



さてさて、お次はいよいよ**サンタさんとトナカイさん**の登場です!袋から取り出したのは**バルーンアート**!一緒に**犬やねずみ、へびやオウム**を作ったよ♪ プレゼントをもらった後には**歌って踊って**くれましたねえ♪ 皆さん一緒に大盛り上がりでしたね。サンタさん達はなんと… **フィンランド**から来てくれたんですって!! そのフィンランドからやってきたという三人… 実は、吉岡・俊弘・克弘、みちの男性トリオでした♪



特別参加のお寺の赤ちゃん  
可愛がって下さり大感謝です!

もう一度みんなで一緒に歌を**歌って、笑って、最後まで**盛り上がりましたね♪  
『ももたろさん』『もしもしカメよ』は難しいです。。 また次回をお楽しみに♪

## そのほかにも！ みちの日常ご紹介

午後の制作風景・・・



ほらっ  
出来上がり!!

その奥では・・・



将棋や...



楽しい  
おしゃべり♪

また、ある日には・・・



お寺の本堂や阿弥陀堂にお参り。 県指定文化財の阿弥陀さま。大きいでしょ？  
お香のいい香りがして何とも言えず落ち着きますよね。

## ♪ こんなスタッフで頑張ってます♪ のコーナー NO. 3



デイサービスつどい場みち 事務長 浦田俊弘

『みちのスタッフ大集合!!』

みちには素敵なスタッフが勢ぞろい！

右から順に、ピアノほか芸達者なお姉さま藤原さん。

息子から見てもスーパーマン、リーダーの理事長。

言葉少なでも、優しさにあふれる松田さん。

笑顔いっぱい発想のとっても豊かな丸田さん。

パワフルさに加え、器用で何でも作っちゃう吉岡さん。

明るく優しい、みちの料理長でもある福本さん。

川西管理者、優しく働き者の克弘(弟)

最後に事務責任者、お寺の住職でもある私(俊弘)

これからも一致団結！元気いっぱい！愛情いっぱい！

利用者の皆様とともに精進してまいります!!

# 「つどい場みちは(脳)機能訓練を重視しています」

自治体でも高い評価を得ている「らくしゅう式 機能訓練」を導入しています。

## 「脳の元気」が「カラダの元気」につながる！

脳が衰えている高齢者は意欲も衰えています。  
「らくしゅう式」では、まずは脳を元気にして、意欲を回復。

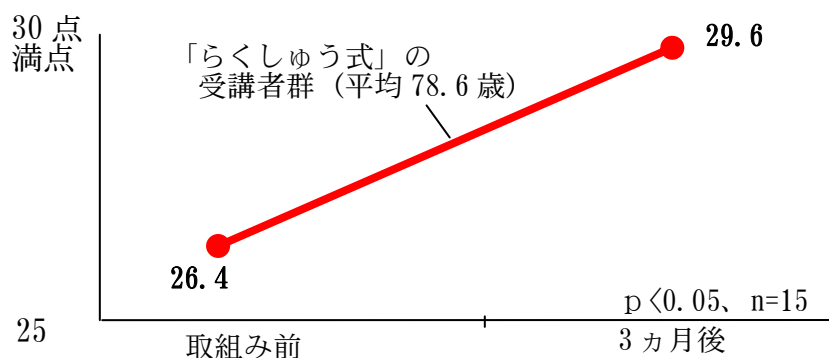
日常生活において より多くの「動き」を引き出すことで  
「カラダ」の元気につなげていきます。

実際、自治体の介護予防教室で「らくしゅう式」を受講した  
ひとの93%が「日頃の行動が良くなった」と回答しています。

### ①官公庁の介護予防教室における確かな改善実績

- ◎受講者群 : 平均 78.6 歳の高齢者。15 名
- ◎受講期間 : 3ヶ月間で計 10 回受講 (1 回約 1.5h)。
- ◎取組み成果 : MMS E (脳全体のはたらきを測る世界標準のテスト)  
の得点が平均 26.4 点→29.6 点とほぼ満点近くまで改善。

#### <認知機能テストMMS E 得点推移>



(平成 20 年千代田区の介護予防教室における実績)



ご見学、大歓迎！ 事前にお電話にてご連絡をお願い致します。

### 明けておめでとうございます

つどい場みち 川西 管理者 浦田克弘



本年もどうぞ宜しくお願い致します。Yさんから嬉しい一言。「デイが休みの年末年始、玄関から広い道路まで、毎日5往復していました、身体は毎日使わないとね。」デイでの体操にも真剣に取り組んでおられます。しかし頭の確かなYさん、脳機能訓練にはあまり重要性を感じておられませんでした。脳も身体と同じで使わなければ使わない部分の機能が錆び付いてくるんですよ、脳機能訓練は認知症予防にも効果があります、たとえ認知症になったとしても改善されるんですよ、との説明に、「じゃあ、もっともっとがんばらなくっちゃ！」と更に前向きになりました。

Aさんの娘さんからは、お手紙を頂きました。『母がデイに参加するようになり、生活にリズムが出来てきて良かった、母自身もデイの皆様と楽しく過ごしたいと思っています。気ままな母ではございますがどうぞよろしくお願い致します。』利用者さんだけでなくご家族の方からもお喜び頂いていることが解り、職員一同嬉しく思うと同時に、利用者の皆さんの為に何が出来るかを思い、身が引き締まります。

昨年からは寒い日々が続いておりますが、益々元気に平成25年を過ごせますよう、お祈り致します。