

照陽の家だより

〒683-0812
米子市角盤町3-124-3
TEL 0859-21-8151

猛暑もいつのまにか衰え10月に入ると一気に秋が深まってきました。皆様お変わりありませんか？ 新型コロナウイルス感染症も少し下火にはなりましたが収束には程遠くコロナと共に歩む生活はまだまだ続きます。気持ちがアップする事は世相の状況を見てもありませんが、この秋もこの冬も利用者様にとっても私達にとっても一度限りの新しい季節。工夫しながら共に生きる時間を楽しみたいと思います。いつもの暮らしのすぐ傍にいつもの私達がいます。頭を上げて一緒に新しい季節に進みましょう！

スキルアップ研修

利用者様をお迎え、お送りする時に使う送迎車。大型車、小型車と大きさも色々あります。車椅子で乗車するのは大型車でなければ・・・と思いがちですが軽自動車でも車椅子に乗ったまま乗車する事が出来ます。基本的には職員が一人で操作、運転しますので定期的に自分のやり方を互いに披露し、操作手順は守っているか、安全に送迎車に乗って頂いているか、感染対策は取れているか、など意見を交わしながら確認しています。軽自動車は街中の狭い道やわずかな広さの駐車場でも止める事が出来、重宝しています。何より、職員一同「安全運転第一」を合言葉として送迎しています。



☆ 錦町の永川源様からご寄贈頂きました ☆

「日本列島 鉄道の旅」「車で行く日本の旅」「必見!日本の風景」など合計10セットのDVD。コロナ禍、どこにも行けなかった利用者様、高齢で旅行を諦めている方々にせめて映像で楽しんで下さい、とご寄贈頂きました。脳の活性化に活用させていただきます。ありがとうございました。



紹介!! 照陽の家 花壇に咲いている花

照陽の家に咲いているこの鮮やかなブルーの花は琉球朝顔(オーシャンブルー)と言います。

一般的に朝顔という花が咲いた後には黒い種が取れることで知られていますが、この琉球朝顔は種が出来ず、苗で売られているそうです。照陽の花壇にたくさんの花をつけてくれ、朝には目が覚めるような鮮やかな青色、夕方になると落ち着いた紫色に姿を変え、毎日、利用者様や職員の日を楽しませてくれています。



外出支援の効果

さあ、出かけましょう!!と声をかけ外出しています。私達が考える外出支援の効果は気持ちの高揚と共に五感の刺激による細胞の活性化、脳の活性化、そして体力向上が得られる所です。利用者様のいきいきとした表情を見て、外出支援の効果を感じています。



照陽の家は住み慣れた地域において、高齢者の方、お子様、地域の方、誰もが集い、多様なサービスや活動の中で支え合う拠点です。



スタッフ紹介



ケアマネージャー
東 千春

照陽の家で計画作成、相談員をしているケアマネージャーの東です。毎日、沢山の利用者様にお会いする中で私は両親の事を思い出しています。今から6年前、私は両親を自宅に受け入れ介護生活を始めました。父の身体状況が悪化していく中で次第に私も辛くなり、また私自身、仕事疲れてピリピリして父に辛く当たってしまう事がありました。「また怒られた・・・」と沈む父を見ては自己嫌悪に陥る悪循環に悩みました。父はやがて旅立っていき私はやさしくできなかった自分を責め続け否定し続けました。立ち直れたのは、精神科医:名越康文氏の「心がフツと軽くなる瞬間の心理学」と出会ってからです。今ある自分自身をありのままに受け入れ俯瞰的に考えてみようと思ったおかげです。自分なりに両親のために頑張ろうと思った介護が仕事との両立の中で上手くいかなかった・・・後悔と自己否定の日々の中で、しかし一歩を歩き出すためには精一杯の自分の良い事も悪い事もありのままに受け入れていこう・・・そんな新しい自分と出会えてからやっと前向きになれました。その後のケアマネ講習でも「俯瞰的に考える」「俯瞰的な視点を持つ」事の意味を自身の体験を通じて学ぶ事が出来ました。ケアマネージャーであると共に体験者として利用者様、家族様のお気持ちに寄り添っていきたく深く思っています。今後ともみなさまのご指導をお願いいたします。