

# 桜色の華やかな人生を

「久方のひかりのどけき春の日に しづ心なく花のちるらむ」百人一首にでてくる紀友則の和歌です。「こんなに日の光がのどかな春の日なのに、桜の花はどうしてあんなにあわただしく散るのだろうか」という意味だそうです。今年は、桜が咲き誇り始めた後も寒い日が多かった為、例年の様にあわただしく散ることも無く、長く花見を楽しめたようです。それでも年間を通し開花している期間はわずかでしかありませんので、少しでも多くの御利用者の方々に春の情緒を感じていただく為、職員は入念にお花見の計画を立てていました。移行行く季節を肌で感じることは、生を実感する一番の良い機会になると思います。これからも季節を感じるイベントである、紫陽花見学・夏祭り・果物狩り・紅葉狩りなど、出来るだけ多くの方に楽しんでいただきたいと思います。

また、桜を題材に詠んだ句は色々ありますが、良寛の辞世の句である「散る桜、残る桜も散る桜」も知るところだと思います。この句に関しては、人生の儚さを歌ったものだという意見が多いようです。人のみならず動植物全てに平等に訪れる死。「人は生まれた瞬間から、死に向かって時を歩んでゆく」あまりに有名な考え方であり事実でもあります。死が平等であるならば、生を帯びたものそれぞれの違いは生の内容であり、生き様の違いと言えると思います。生きる上で訪れる様々な選択を自分の意思により決定している時は、自らの希望が反映され、自分で描いた生き様にそった死を迎えることに繋がると思います。しかし、老化現象や病気などに影響され自分の判断(選択)が極端に制限されてしまうと、人生の終末を望まない形で終えてしまう可能性が生じます。現在の医療では後遺症が残ってしまう病気も多く、望んだ生き様を最後まで貫き通すのは難しい状況です。私共の施設も一翼を担っている介護保険を利用するという事は、単に身体能力の改善を目的に行われるのではなく、自分の考えを反映させた人生を送っていただく為のお手伝いが、本来の目的になるとしても語弊は無いと思えます。つまり、単に動かない身体の部分に対する援助や関わりではなく、その先の目的でもある生活ならびに人生に関わる部分に対するアプローチが援助目標でありリハビリなのです。そう考える事で、同じ身体状況に置かれているそれぞれの方において、体は動かずとも笑顔で人生を送れる人と、体が動かないことに固執し辛い思いのまま人生を送る人の差が何処にあるのか理解できるのではないかと思います。障害には、身体の障害、言葉の障害、精神の障害等、色々な障害があります。その障害を負った後に初めて関わりを持ち始める私共は、その方の望む生き様を創造することは非常に難しい場合があります。その方と深く関わり、共に生きてきたご家族の方々にぜひご協力を頂く事がリハビリの一番の近道となります。ぜひ気楽に職員へ色々なお話をお聞かせ願えればと思います。



桜の花の様子から多少脱線してしまいましたが、人々の人生は桜の花見と同様に、華やかでとても楽しいものであってほしいと思います。

「久方の・・・」で始まった先程の句である、桜の咲き誇るのどかな春の日に起きたあわただしい桜の散り際を歌った和歌と違い、御利用者の皆様には落ち着いた日々を過ごし、イベント等により多少のあわただしさを感じる充実した日々を送っていただきたいと思います。ここに掲載している写真から、日常と違うイベントにドキドキされている御利用者の笑顔と、日常のあわただしさから一瞬開放された職員の笑顔を伝えることが出来ればと思います。

●	=今回の内容=	●
	桜色の華やかな人生を	
	理学療法士:清家	
	桜を見上げて	
	介護課長:荒山	
	2階介護:渋谷	
	桜の楽しみ方	
	3階介護:和田	
	桜の花より美しいもの	
	通所介護:岩谷	
	ボブリサッシュ作り	
	2階介護:平井	
	2階介護:石川	
	宇宙より空中	
	通所介護:大塚	
	編集後記	
	通所相談員:酒井	



# 2010 お花見

## 桜を見上げて

今年の桜は、7・8分咲の頃から葉が少しずつ目立ち始める葉桜の頃まで、長い間人々を楽しませてくれました。

今年は例年と違う所でお花見を行おうと思い、下準備として色々と見て回りました。結果、施設から近い小雀公園、桜並木がとても綺麗な柏尾川沿い、もし雨が降って

も車中から桜並木が楽しめる千本桜、と何処へ行っても楽しんで頂けるのではないかと思える企画となりました。大和の千本桜へのドライブでは、満開の桜並木のトンネルを走り、それはそれは雄大で、荘厳さを感じるほどでした。



また小雀公園でのお花見では、この時期には貴重である晴天と暖かさに恵まれ、桜や菜の花が咲き乱れる中、池にはおたまじゃくしが泳ぎ、絵に書いたような春の風景を満喫することが出来ました。皆さんの



の笑顔も満開で、花を見ながら和菓子をおいしく食べました。中には花より団子？と思われる方もいらっしゃいましたが、とても暖かいお花見日和でした。

歩行の出来る方々は、柏尾川の川沿いを3Kmほど散策しました。桜に囲まれ川風も気持ちよく、足の疲れを忘れさせてくれるようでした。「柏尾川沿いは昔お父さんと歩いたのよ」と、昔を懐かしむ表情で桜を見上げる



利用者様が、とても印象的でした。

春の日々を楽しく過ごし、思い出をたくさん作る事ができました。さて…次はどこへ行きましょうか…？



## 桜の楽しみ方

4月になりこれからの暖かさを期待していましたが、急に冬並みの寒さを感じる事もあり、例年と比較できない気候ではありますが、今年も無事に桜



の咲く時期を迎えることができました。花の見頃を見計らい、御利用者の方々とお花見に向うことが出来たのですが、桜が咲き誇っている故の問題か車を止めることが出来ず、残念ながら車内からのお花見となってしまいました。それでも久しぶりの外出ということもあり、皆様に喜んで頂けたようでした。

僅かばかりとなりますが、本来ならばコーヒーとお菓子をお出しして、桜を見ながら召し上がっていただく予定でしたがそれも難しく、車内での飲食となりました。花より団子といいますが、外の景色に目も向けず召し上がっておられる皆様の姿に、和やかなひと時を感じる事ができました。

来年こそは桜の木の下で、ゆっくりお花見が出来たらいいなと思いました。もちろん団子も忘れずに。



## 桜の花より美しいもの

満開の桜を目にする時、四季のある日本に生まれた事を本当に嬉しく思います。一年で最も華やぐ桜の春は、一番好きな季節です。

私たちデイケアでも、三月二十四日からの一週間、お花見レクリエーションを実施いたしました。

千秀公園でのお花見では、強風にあおられたり、小雨にみまわれた日もありました。お天気に恵まれた日には、桜を見ながら歩行練習を行ったり、設置してある遊具を見て「ブランコに乗ってみたいの」とのお声も。「私もー」と何人かの賛同者も現れ、久しぶりに童心にかえって楽しまれている様子が伺えました。リハビリの中でよく耳にする、心が動けば体も動く。まさに言葉通りですね。



お花見となりましたが、陽気よりも暖かい皆様からのお言葉や、桜の花よりも魅力的な皆様の笑顔を頂く事が出来ました。このような瞬間を感じるたびにこの仕事を続けて来て良かったと、とても嬉しい気持ちになります。これからたくさんの喜びと楽しみを、利用者様と共有できるような素敵なデイケアであるために、日々努めて参りたいと思います。

宇田川では絶好のお花見日和となり、沢山の人が賑わう活気あるお花見となりました。

二週間連続で雨降りとなってしまった月曜日は、車中からでもお花見ができる鎌倉山の桜のトンネルを目的地に、しっとりとしたドライブが行えました。

今年は天候が定まらないため、利用者様全員にお花見を実施できるか心配しましたが、無事終えることが出来た事に、職員一同ほっと胸をなでおろしております。

曜日により様々なお





## ポプリサッシュ作り

春が待ちどおしい まだまだ肌寒い午後の暖かい陽だまりでポプリのサッシュ作りを行いました。ポプリの良い香りがたちこめ、穏やかなゆっくりとした時間がもてました。

サッシュとは、袋に縫った布の中に、お好みのポプリを詰めた物をいいます。ポプリの香りを楽しみながら自分の好きな香りと、お好みの布を選び作業の開始です。ミシンの作業をするスタッフの隣で「昔はよく縫い物をしましたよ・・・いいわね～この雰囲気」と昔話をしながら、アップリケを布に貼ったりポプリを詰めたり、いつもと違う家庭的な雰囲気を楽しまれていました。簡単な作業ですが出来栄は上々でした。

ラベンダー・カモミール・ローズなどは快眠・リラックス効果イライラを和らげ神経の高ぶりをおさえる鎮静効果があると言われます。



出来上がったサッシュを枕元に置いて、皆様 良い眠りが得られたでしょうか？ひと時でもリラックスされ良い時間が得られたでしょうか？

興味を持たれるのは女性だけかと思いましたが男性の方も数名参加され喜んで頂きました。手作業に参加されない方も出来上がった物を選んで頂きました。皆様の笑顔が見られスタッフの心も暖まりました。



今回は手作業をもっともっと増やしいろいろな作品が出来たらと思います。針仕事・編み物と、楽しい時間を皆様方に喜んで頂けるような空間を作っていきたいと考えています。

## 編集後記

今回はお花見が中心となる構成でしたので、全体的に華やかな雰囲気となりました。やっぱり春はいいですね。この新聞のタイトルである「田谷の風」、皆様に暖かな春の風をお届けできれば幸いです。

## 宇宙より空中

つい先日宇宙飛行士の山崎直子さんが、宇宙から帰還した話題で盛り上がっていました。夢をかなえ地球に戻られた山崎さんから「地球の自然を感じることができてうれしい」という言葉がありました。山崎さん程大きな話題ではないのですが、実は先日、私も空から地球（ごく一部）の自然を感じることができました。知り合いに二人乗りのモーターグライダーに乗っている方がいるのですが、実際にとなりに乗せていただくという、貴重な経験を体感しました。割と狭く計器に囲まれたコクピットは、気分を盛り上げるのに十分な雰囲気をかもしだしており、飛ぶ前から興奮してしまいました。普段趣味としてバイクに乗っているなど、基本的に乗り物は大好きです。実際に空を飛んでみて、地上の風景が小さくなっていく光景に、山崎さんではありませんが「目に入る多くの自然が織り成す地上の美しさ」に大・大・大感激でした。なかなか体験する事のできないイベントは沢山あると思いますが、今後も色々なものにチャレンジしていきたいと思っています。

