

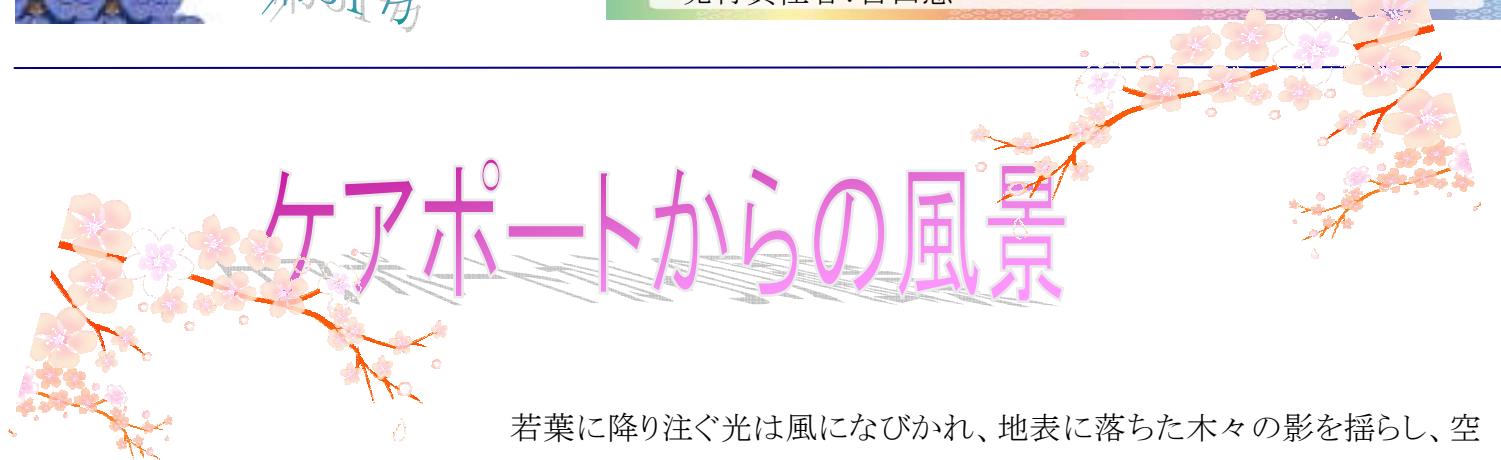
発行日:平成 29 年 5月 1 日(四半期発行)

介護老人保健施設ケアポート・田谷機関紙

〒244-0844 横浜市栄区田谷町 2030-3

TEL:045-858-5882

発行責任者:吉田憲一



## ケアポートからの風景

若葉に降り注ぐ光は風になびかれ、地表に落ちた木々の影を揺らし、空気の透明度を教えてくれるランドマークタワーは、いつのまにか春の霞をまといっています。トレーニングルームから見える四季折々の風景は、その場にいる人へ言葉なくその日の情報を伝えてくれる存在です。この職場に勤め始め、明るい時間帯のほとんどを室内で過ごす割に、自然を感じる機会が増えました。目の前に広がる緑豊かな低山と空が織りなす境界線。天色とともに移り変わるその色調は、横浜という都会にいながら、人間の様に時間に支配されない普遍的な自然のサイクルを感じさせてくれます。

この場所にある贅沢な風景。それはトレーニングにも影響します。平行棒の中を歩いて頂く場合に、姿勢を正す際の掛け声は、「遠くの景色を眺めてください」です。桜の花が咲き誇る季節においては、眼下に咲き具合を確認しながらの立ち上がり練習。季節がトレーニングに彩を添えます。特に春は、施設の周囲にも次々に色々な花が咲くため、屋外歩行練習に慌しささえ覚えます。今は隣家の藤の木が、白に紫に咲き競っているようです。この新聞が発行される時期には、施設前のジャスミンが玄関に香り漂わせていることでしょう。



「人間は根源的に時間的存在」

木々は自然の変化に従って、葉の色相を変えたり花を咲かせたりします。しかし人間は、次の季節に向けて事前に備える事ができます。それは未来の事を予測し現在の行動を決定しているということです。そして、それはいずれ訪れる死を理解し、有限を知りえるが故に今を大切に生きる事ができます。つまり常に未来という時間枠の中で現在を行動しているようなものです。

ドイツの哲学者ハイデガーは、このような事を先程の言葉で表現しました。子供の現在は、自分の過去を想起させてくれますが、年配者の現在はこれから到来する未来を予測させてくれます。このことも死と同様に、誰にも訪れる確定された時間なのです。

トレーニングルームから見える景色は、何年かのうちに少し変わってしまいます。圏央道へ繋がる大きな道路を作ることになっているそうです。それは人に例えるなら、行動という面において価値の低い緑を、生産性の高い(行動価値の高い)道路へ置き換える事なのかもしれません。このように、行動としての価値は低く、育てるのに手間さえかかる緑ですが、これ



らは紅葉であったり花を咲かせたり、見るものに価値を見出させる存在でもあります。

人間にもこの行動による価値、存在の価値が認められます。家庭内で考えると、家庭への収入をもたらす人が行動価値の高い傾向となります。ただ、家庭内において行動価値が低いことが存在価値を貶めることには繋がりません。その最たる例が幼児ではないでしょうか。そして老化と障害。これらは人間の行動価値を著しく低下させる要因です。状況によっては、リハビリを頑張っても行動価値を高める状況まで改善できないこともあります。ただ、その努力は花咲く木々と同様に、周囲への存在価値を高めることに繋がります。努力する姿を嫌う人はいないはずです。そして、昔と比較し行動はできなくなっていても、ご家族が存在することへの喜びを再認識することも大切であると考えます。



最後に、皆様の冬のイメージは何色でしょうか？私は白もしくはグレーでした。深々と降り積もる雪は白をイメージさせ、その雪空はグレーをイメージさせます。ただ、全体的に寒々しくも、太陽や暖房の温もりが一番感じられる季節。家族が囲むコタツの上には、みかんと温かいレモネード。そして、木々にはすでに新しい蕾が生まれ、綻ぼうとしている季節。



どの部分に着目するかで自分のイメージは変えられそうな気がします。眼下に広がる、時間や行動に支配されない自然に包まれながら、これからも皆様と一緒に、未来のイメージを塗り替えていければと思います。

理学療法士:清家

初桜、花影、花冷え、桜雨…

花霞、花嵐に花筏。

桜にちなんだ言葉はたくさんあります。花開く僅かな期間を彩る言葉たち。桜に対する人々の思いが溢れているようです。

儂さ故に愛でるのか？ 華やかさ故に愛でるのか？

桜一輪に春の到来を喜び、桜吹雪の美しさに息をのみ、花屑に人の世の憂いを思う… 感じ方は人それぞれですが、桜の様子に合わせた楽しみを知ることが、日本人の奥ゆかしさかもしれません。今年の花見はどんな瞬間を楽しまれたのでしょうか？職員からご報告させていただきます。



3月31日(金)利用者様14名と春日神社へお花見に行ってきました。

昨年は3月末には桜が咲き4月に入ると散ってしまったこともあり、今年は少し早めに予定をたてました。(シフトの都合で予定をたてるのは一ヶ月前…)

しかし、残念ながら今年は気温の低い日が続き、開花から満開までに時間がかかってしまい、桜はあまり咲いていませんでした。



しかし、車中では「昔よくここを通ったのよ」と懐かしむ方や、現地に着くと自宅がそばにあり「久々に来たわ」「あそこに〇〇屋があるのよ」と喜んでいる様子が見られました。

最高のお花見とはなりませんでしたが、いい気分転換になった様で企画者もほっとしたようでした。 2階介護:和田



## 風とお花見



デイのお花見は4月4日(火)より4日間行いました。デイの利用者様が1人1回花見に行けるように4日間同じコースでデイのお花見を実施しました。

今年の桜の見ごろは例年に比べ、遅くなっています。お花見はやまゆり公園と谷戸池公園に行きました。

やまゆり公園では、公園の周りを歩きながら桜を見ました。そしてイスに座り、風を感じながら桜を見上げ、とても気持ちの良いものでした。

谷戸池公園はドライブ形式で、車内から池の周りに咲く桜をみました。池の周りにはたくさんの桜が咲いており、池にはカモが悠々と泳ぐ姿。とても綺麗な景色でした。花見客もたくさんいて、池の周りを1周しただけで「花見に来て良かった」と心から感じられました。

私個人の感想としてもとても楽しいお花見でした。また、来年も利用者様みなさんと花見に行きたいと思います。

通所リハ介護副主任：上野

## 兎にも角にも



「世の中にたえて桜のなかりせば 春の心はのどけからまし」

在原業平の作である。世の中に桜がなければ春をのどかな気持ちで過ごせるのにという意味で、人の気持ちをざわつかせる力を持つ桜の素晴らしさを称えている作品である。

今年ほどやきもきした年は思いつかない。今年は開花が遅れた。花見を3月28日に予定していたが周りには桜のさの字もない。1年に1度の花見である。

せっかくなので綺麗な桜を見て欲しい。因って4月4日とした。こんなだから自然と職員も気合が入るというもので、逆に入り過ぎて担当職員はゾンビのようになっていた。桜の樹の下には屍体が埋まっていると梶井基次郎は書いたがこれと関係があるのか（笑）

兎にも角にも花見はなんとかうまくいった。利用者様も喜んで頂けたであろうか。来年も綺麗な桜が見られますように。



3階介護副主任：齋藤

# 作業療法って？ リハビリなの？

つい先日も聞かれた言葉『作業療法って何ですか？』『何をするんですか？』

私も20年前にはそんな事を思いながら、この世界に飛び込んでみたことをふつと思い出した。その時、目にしたのは広告の紙を切る人、その紙を丸める人、それを使ってかご編みをしている人。他にも色々な作業に集中



してやっている人を目にし“んっ”と思っていた。“何かを作る”ということだけが作業療法ではないと思っています。自分が育てた野菜、それを取るのに車椅子から立ち上がった、それだって作業療法。塗り絵をしていたら自然と車椅子の背もたれから背を離し、姿勢良く塗っている。“ああ、これも作業療法なんだ”、いつも体が傾いている利用者様に「体が傾いていますよ。もう少し左に、もう少し左に体を起して下さい」、でも傾いてしまう。そんな時風船を持ってきて、二人でバレーボール（風船バレー）をした。自然と熱中していると、何と体の傾きが治ってきている。

何も“これじゃなきゃダメ”“あれじゃなきゃダメ”が作業療法なのではなく、生活の場面であれもこれも作業療法につながっていると私は考えます。

もちろん、手先を使って物を作ることも立派な作業活動だと思っています。

私が入職してから『作業療法』を各部署で工夫を凝らしながら行っています。



## 上野家のお花見

桜が満開の4月16日、家族でいずみ中央駅の近くにある公園にお花見に行きました。桜の木の下で弁当をひろげ、家族みんなでの昼食です。桜が雨のようにふっており、お弁当に花びらが何枚も入ってしまうほどでした。初めての経験です。子供たちはすぐに弁当をたいらげ、公園にある池に足早にかけて行きました。そしてしばらくするとズブぬれで遊んでいる息子と娘。(まあ、しょうがないか)

子供たちにとっては、桜よりも水あそびの方が楽しいようです。そして用水路を裸足でバチャバチャ遊んでいる息子。(厳重注意)他の花見客に迷惑をかけないかハラハラドキドキ。

公園には、家族連れの方や子供たち、花見客がたくさんいて、にぎわっていました。とても雰囲気の良い公園です。いずみ中央駅のそばで駅からも見える公園なので皆様も是非、一度足を運んで見てください。何はともあれ家族の楽しい花見大会でした。

通所リハ介護副主任：上野



今、私が言えるのは、作業療法はつらい事も楽しい事も、みなさんが生活の中で取り組んでいるのがもしかしたら“作業療法”なのかもしれません、ということです。

月並みな言葉になってしまいますが、私は日々の業務の中で気付かされることが多く、まだまだ幅広く奥深い“作業療法”に取り組み中です。

作業療法士：松本