

今をいきいき生きる

古●停●さん 95歳

彼女のモットーは自分で出来ることは自分で行く。たとえ娘であっても「頼らない」が、いつもの口癖…。

夫と死別後、一人暮らしを続けて11年になる。

朝は6時に起き、10種類以上もの食材を工夫した食事を作り、毎日きちんと3食とおやつを摂る。もちろん自分でぬか床まで。自分で漬けた漬物は最高に美味しい！

就寝は毎日18時と決め、どんなに眠くなくても寢床に入って図書館から借りた小説の朗読を聞きながら寝つく。視力は低下しても耳はしっかり聞こえる。外出や「通い」のサービス等のお出かけにはいつもおしゃれをして…。

昔、モデルをしていたころ、夫に見初められ結婚した面影は今も大きい。

趣味は人間ウォッチング。

「人とたくさん話をし、頭を使うことが大切だ」という。何事にもおっくうがらずに物事に積極的な古●さんは皆のお手本です。



古●停●さん 95歳

4月上旬 お花見に…



満開の桜
綺麗だね！

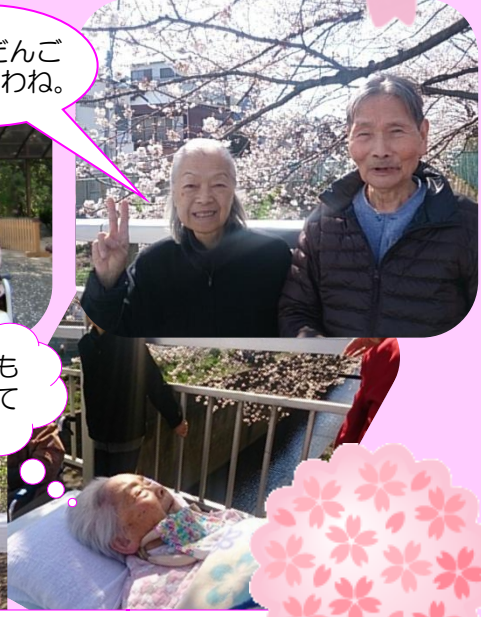


寒いけど
いい匂いがするな

花よりだんご
がいいわね。



寝たきりでも
花見ができて
うれしい！



皆さんの笑顔も桜のように
“満開”でした！

85歳のKばあさんは慢性関節リウマチで、今では車椅子の生活になってしまった。介護度は要介護4で、生活はほとんど介助が必要なのだが一人暮らしをしている。

毎日、ケアホーム希望での「通い」のサービスを利用し、夜はアパートの自分の部屋に帰り好きなテレビを見て過ごしている。誰にも気兼ねなく、自由な時間がいい…。

老人ホーム入所の順番が来たが断ってしまう…。

そして「今日のお昼御飯は何？」と、食べることが何よりの楽しみ。

そんなKばあさんが大好きな天ぷらとそうめんを美味しそうに食べる。手がリウマチでうまく動かないが、とろみをついた汁にそうめんを自分で付け、なんとか食べている。

「もうちょっと食べたい」と、ほうばった時、Kばあさんの唇と顔が真っ青になり、そばにいた職員が慌てて口の中のをかき出し、背部を叩き、吸引し吐き出した。

病院への救急搬送中、Kばあさんは「迷惑かけてごめんなさい。でも美味しかったから」を繰り返していた。救急隊員も「そんなに美味しく食べれて良かったですね」と…。

幸い、救急外来でレントゲンやCTスキャン等を行い検査したが大事には至らなかった。

翌日、かかりつけのクリニックの先生に診察してもらい、今後の食事内容について相談…。

飲み込みが悪くなっているのでミキサー食にしてみたほうが良いか尋ねると、Kばあさんを知っている先生は、「ミキサー食にしても“つまる時はつまる”。それよりも好きなものを食べさせてあげたほうが元気になるのでは？」

ケアする側はどうしても誤嚥をしないように、事故がないようにと安全なケアをしてしまいがちである。美味しいもの、好きなものが食べれるように本当はもっと本人が望むようにしてあげることが幸せなのではないか？と思う。



元気になって良かったね。

今月は84歳、88歳、86歳の利用者さんがお誕生日を迎えました。いつも素敵で元気な笑顔をありがとうございます。



祝 88歳



祝 86歳



祝 84歳

お誕生日おめでとうございます！

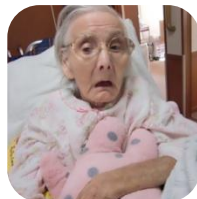
楽しい“歌会”開催♪



ボランティアさんたちによるアコーディオン演奏



元気な笑顔をありがとう



本●兼●様 90歳 永眠
『いつも元気な笑顔をありがとう。天国でもいっぱい食べてね！』

佐●木●子様 95歳 永眠
『娘さんと住んでいた大好きな家に帰って来てよかったね！』

ボランティアさん募集中！

『ケアホーム希望』では、利用者さんとお話をしたり、一緒に楽しい時間を過ごしてくれる方、趣味活動の指導やお手伝いをしてくれる方を募集しています！

お問い合わせ・ご質問は03-5315-5722 まで