

デイケアism

第9号



第9号発刊にあたって

夏が過ぎ、秋を通り越し、冬が来ました。皆さん、あけましておめでとうございます。

大晦日に食べ過ぎて体重が気になるこのごろです。去年はデイケアでもフェスティバル、バーベキュー、運動会、ハロウィン等々、たくさんの体験をすることができました。今年も色々な事に挑戦したいと思っております。

(@幻影)

□目次□

・《特集1》 イベント報告書	2
・ Cooking of Taka	4
・ K's スタイル	4
・ 自立物語	5
・ ハロウィンレポート	5
・ 《特集2》 ゆうあいホスピタル大運動会	6
・ 時計を買いに行こう!!!	8
・ ウォーキング☆クラブ	8

発行 特定医療法人 恵済会 ゆうあいホスピタル デイケア
〒779-4703 徳島県三好郡東みよし町中庄728番地1
TEL(0883)82-1100 FAX(0883)82-6511
HP: (<http://www5.ocn.ne.jp/~skh.1100/>)

イベント報告書

～第10回ゆうあいフェスティバル～

by@幻影



一言、大変でした。

こんな書き出しですみません。@幻影です。

今回は去年も書いた「ゆうあいフェスティバル」のお話しですが、少し違います。

なんと今回は丸一日参加することになったのです。去年は昼の部で入院患者さんをお客様に頑張ったのですが、今年は夜の部もすることとなり、地域のお客様が大勢つめかけるとあって、先立つ不安が無かった訳ではなかったのですが、自分の仕事に対する意識向上の為、精一杯頑張りたいと思い参加しました。

さて、まず初めに当日に向け準備を行います。今年もテーブルクロスに夏をテーマに絵を2つ描かせていただきました。「ひまわり」と「海」の絵です。

そして今年は新しい試みとして屋台の提灯を作りました。竹ひごと紙と糸で4つほど作り夏を感じる絵と文字を描き、中に照明を入れて光るようにしました。その出来はとても風流なものになりました。

私はというとスタッフと一緒にパソコンでカキ氷の商品の販売に使用する引換券を作りました。作成した券を印刷しラミネート加工して引換券の出来上がりです。

それ以外にも我々がやらなければならない事があったのです。

夜の部に来られる沢山のお客様への接客の方法を考えることでした。列の整理から引換券の渡し方まで念入りに考え、それをカキ氷の練習のときに試してみる事にしました。氷の削り方に関しては去年もしているので案外すんなりいきました。

接客に関してはまず注文を聞き、引換券を渡してそれを作っているところに渡して商品と交換するという流れでやってみて、何とか上手くいきました。シロップや練乳のかけ方にも気を配り、沢山のお客様にも対応出来るところまで練習したのです。

そうして当日を迎えましたが、今年はずこし違っていました。今年の昼の部にはデイケアのメンバーもお客として参加するのです。そして有志のボランティアさんが



我々の手伝いとして加わってくれました。

心強い味方と共に会場へと赴いた我々の前には一抹の不安が…。それは2台目のカキ氷機が予想より古かった事です。

それでも気を取り直して屋台の設営に入りました。提灯をつけてテーブルクロスを机にかけてカキ氷機を置いて完成です。

昼ごはんをボランティアさんと一緒に食べ、さて前哨戦の昼の部が開始されます。沢山の入院患者さんを相手に練習した事を試すときです。

カードに印を押すのと引き換えに券を渡し、受け取った券

でカキ氷を作ります。

私はシロップ・練乳係りを担当し、お客様の注文どおりに蜜をかけていきます。

去年と違いお客の注文に対応できていて少しは成長できていたと思います。引換券を用意し、お客様の希望が分かった事もその1つです。しかし、注文を聞きなおしたり間違っただけの余計な分を作ってしまったりしてしまいました。でも去年よりは余裕があったのか、休みも多く取ることができました。自分はたこ焼きやフライドポテトなどを食べお祭りを満喫しました。

こうしているうちに昼の部は終了したのです。しかしあまりにも順調だったため「夜の部もいける！」と思ってしまったのです。



正直、甘くみてました。それを開始早々思い知らされるのです。

ローテーション上、最初の10分は休憩だったのですが驚くほどの人ばかりが見えました。

最初は蜜・練乳係りだったのですが息を付く間もなく注文が殺到し、さばくのに大変でした。

しかし、次第にボランティアさんとの息のあった作業により何とかこなす事ができたのです。

1時間後、小休止の時間が来ましたが、蜜などの補給や切れた蜜を取りに行ったりと仕事が尽きません。氷を削る作業では、機械の削る速度が遅かったので少し蜜係りを待たせてしまいました。

氷の作業を経て、1番大変だったお客様の受付に回ったのです。

最初は対応するだけでよかったので多少楽だったのですが、注文を聞いて引換券を渡すときになると疲労はピークに達したのです。

スピーカーから流れてくる声が大きくてお客さんの声が聞こえづらいのもその一因でした。

けれど、メンバーとの協力やスタッフさんたちの応援のおかげで仕事をやり遂げられたのです。

そして全てが終わったとき、疲労感と共に達成感をえることができたのです。

最後、スタッフさんから「この仕事をやり遂げたという事はどんな仕事でもやっていける」と、言われ大きな事をやり遂げたと言う実感が湧きました。

今回のことを糧にしていろんなことに挑戦しようと思います。…でも、正直大変な一日でした。

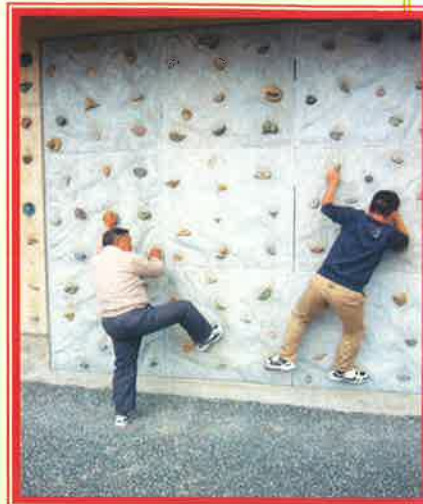


☆Cooking Of Taka☆

by Taka

昨年の9月のことです。

デイケアでは毎年恒例のバーベキューが四国三郎の郷で行われました。火を起こす係と材料を用意する係とに分かれ、私は火を起こす係となりました。火を起こすのに着火剤は使わず、炭の上に丸めた新聞紙を乗せ、必死に団扇を仰ぎます。これがなかなか大変で、仰ぐと灰が飛び散り煙たくて仕方ありません。



しかし徐々に炭に火が灯り 30 分ほどの格闘の末、準備は完了しました。火の準備と同時に具材の方も準備が整い、あとは焼くだけです。

各テーブルに用意されたお肉や野菜を、お腹いっぱい頂きました。あまりの美味しさに写真を撮るのを忘れてしまうほど...

食後は散策やパークゴルフ、バトミントンなどして身体を動かし楽しみました。

準備は大変でしたが、青空の下、美味しい料理を楽しむことの出来るバーベキュー大会。

今年の秋もまた楽しみです。



produced by “K” K's スタイル

こんにちは、僕は作業所やデイケアがない時は、スクーターに乗って外出を楽しんでいます。

スクーターは車やJRよりも安上がりで小回りが利き、いろんな所に行けます。だから免許を取って半年もたっていないのに、もう走行距離が二千キロ以上になってしまいました。

僕が一番気に入っている場所が高松駅の近くにあるサンポート高松という所です。そこには、玉藻防波堤というのがあって、魚釣りも楽しめるし、瀬戸内海の島々が見渡せて景色がすごく良いのでけっこう黄昏てしまいます。

そういう風に自分の好きなところにいけるようになったので少しですが免許を取る勉強をして本当に良かったと思います。



自立物語

report by M/M

○ 革細工長財布の作り方 ○

私はデイケアに入って9年近くなります。

参加を始めた頃は、何もしていませんでした。しかしデイでの一日は大変長く、「何かしなくては…」と思った私は、革細工を始めました。以来、革細工の長財布を8個あまり作り、保健展には3個出品しました。

作り方ですが初めに型紙から牛革を財布の形に切ります。

形が切れば順番に穴を針の通る大きさにあけていきます。穴は道具があるので財布の端から筋を引き、それに沿って穴を開けていきます。穴が開いたら2本の針で縫っていきます。

針に糸を通すと、5cmぐらいに折ってねじり、それから順番に縫っていきます。

糸は蠟(ろう)引き糸なので大変強いです。長財布で1ヵ月半かかります。角財布で1ヶ月です。

出来上がった時は大変感動します。取っ掛かりは難しいですが、取り組むと面白く、誰にでも作れると思います。今度は作っていない革細工に挑戦してみようと思っています。



ハロウィンレポート by みすまりー

ハロウィンとは、外国の収穫祭です。

欧米諸国では子供達が「トリック☆オア☆トリート(お菓子をくれないといたずらするぞ)」と言いながら、仮装して家々を回りお菓子をもらいます。

今年はデイケアでもハロウィンパーティーをしました。内容は宝探しやプレゼント交換などです。

宝探しではメンバーがいくつかのチームに分かれ、スタッフがハロ



ウィンにまつわる問題を出し、正解した順から病院グラウンドに隠されたカードを見つけに行くものでした。私はカードを入手する時に発見する事が出来ずにあたふたしました。困っているとみんなが一緒に探してくれて嬉しかったです。

その後、見つけたカードと引き換えにプレゼントを交換しました。

宝探しでは♪ハラハラ☆ドキドキ♪しましたが、プレゼントのチョコや野菜スナック等、私の大好きなお菓子をもらい、とても嬉しかったです。

…また出来るといいな☆

第10回 ゆうあいホスピタル大運動会

文/熊吾郎

“2016年”気持ちも新たに新春を迎え、皆様いかがお過ごしでしょうか。

昨年もデイケアでは、たくさんの行事を行いました。

今回はスポーツの秋である昨年10月15日にスポーツイベント“第10回 ゆうあいホスピタル大運動会”が三加茂の農業者トレーニングセンターで盛大に行われた事についてお話します。

当日の朝は少し冷え込みましたが晴天に恵まれスポーツをするには良い日となり、病棟の患者さんやデイケアからもたくさんの方が参加しました。

私はゆうあいホスピタルの運動会に参加するのは今年で7回目となり、毎年この日が来るのを楽しみにしています。

午前10時より開会式が始まり、私たちは体育館に整列して理事長の挨拶の後、競技が始まり全員が元気にラジオ体操をして体を動かしていきました。

続いての競技は二人一組になって頭の上にザルをのせた帽子をかぶって、ザルの中にのせたボールを落とさずに運ぶというものです。慎重にボールを運ぼうとするものの、ボールを何回も落としている方がほとんどで、私とペアを組んだ方もボールを何回も落として、私は落ちたボールを拾ってザルの中に入れました。折り返しは私の番でうまく落とさずにできるか緊張していましたが、思っていた以上に上手く運ぶことが出来、意外と簡単で観客から拍手がもらったみたいです。

次の競技では、私たちが投げた縄の輪をスタッフが棒の先で受けとるといいます。

私の番が来るとまたもや緊張してしまいましたが、スタッフの方がうまくすくい上げてくれたので無事成功しました。その時すぐ横にいた別のスタッフが小さな声で「うお〜よっしあ!!!」とささやいてくれ、成功して良かったという満足感でいっぱいだったです。



お昼が近づいてきて、三庄幼稚園の踊りの時間となりました。

園児たちは今年も元気いっぱいの踊りで運動会に花を咲かせてくれました。私は毎年運動会に踊りに来てくれている園児たちを見て「**元気になるパワー**」をもらっています。私にもこんな時期があったのだと昔のことが懐かしく思い浮かびあがってきます。



いよいよ午後の部が始まる時間がやってきました。

一発目は恒例の阿波踊りで、皆さん思い思いに自己流で踊っていました。私は横目で他の方の踊っているのを見て「この方はうまいな」「この方は頑張って踊っているな」と思う人がたくさんいるみたいです。

この後いろいろな競技がありました。その後も私は参加賞目当てで全競技出場しました。

最後の「見ていても、参加してもおもしろい」パン喰い競争となります。参加した方を見ていると皆さん必死に手を使わずに竿につり下がったパンに喰らいついていました。

私の順番となり、見事一等賞をとることもできました。

そして毎年笑いをとるスタッフの参加の順番が来ると、進行役のスタッフが上・下・左・右・前・後に動かす竿に釣り下がったパンに選手となったスタッフは必死に喰らいついていました。競技の終わりに笑いの渦が館内から聴こえてきます。



私はゆうあいホスピタルの前身の四国共立病院の運動会にも参加した経験もあったので、昔の運動会とはだいぶ様変わりしたと思っています。

昔の運動会は屋外の運動場で暑さに負けず頑張っていました。今の運動会は誰にでも参加できるプログラムになっていて参加しやすくなりました。

また今年からは高齢者の入院患者さんには、別の日に運動会をしたと聞きました。OTのスタッフや看護師の皆さんも少しでも多くの患者さんが参加でき、楽しんでくれるように考えてくれているのだと思いました。

精神科病院も昔は入院中《造花作業や運動会・紅白歌合戦・クリスマス会・軽作業など》さまざまな活動はあったものの、今ほど多くなかったように思います。最近では病院の作業療法やデイケア活動など、活動の幅も増え私の生活は充実している感じです。



そして“ゆうあいホスピタル大運動会”も無事終わる時間となりました。最後に院長の総評がありました。「これから自分で楽しみを見つけて頑張っていきましょう。」と励ましのお言葉を頂きました。

「私はこれからも目標を持って、デイケア活動や生活をしていくことを改めて考え直しました」 記念すべき“第10回 ゆうあいホスピタル大運動会”は良い汗を流す楽しい一日となったようです。参加した皆さんたいへんお疲れさまでした。

時計を買いにいいこう!!!

昨年の9月デイケア活動で綾川イオンに行きました。
私にとっては念願の買い物外出です。
なぜ念願かというと腕時計を購入することになっていたからです。
到着し、まず食事をして、メンバー4~5人で店内を回りました。
同行した他のメンバーの人たちの買い物が済んでから自分の時計を
買うために店内にある時計店へと向かいました。



色々な時計を手に取り、時計の機能について説明をしてもらっているうちに、「ソーラー電波時計」を店員さんに勧められ、考えた末に買うことになりました。

なぜソーラー電波時計にしたかということ、太陽光で充電するため電池交換が要らずで使いやすい、また電波で時間を調整するため便利が良いことが決め手です。

この時計を大切に使ってこれから生活をしていこうと思います。



ウォーキング☆クラブ

by お水さん



みなさん、あけましておめでとうございます。

私はデイケアの活動や休みの日には加茂の大楠まで散歩に出かけます。

加茂の大楠は病院から旧国道を西に30分ほど歩いた場所にあります。なんと国指定特別天然記念物に選ばれています。

大楠は平安時代から樹齢1000年にもなる大きな木で、幹には大きな縄がしめられ、根元の社には守り神の「白蛇様」が祀られています。なんとこの白蛇様。お願いすると探し物が見つかるという言い伝えがあるそうです。

この場所は広々としており、備え付けのベンチではゆっくりと休むことが出来ます。年に一度、夏にはお祭りが行われ、東みよし町を代表する場所になっています。

まだまだ寒い日は続きますが、徐々に温かい季節がやってきます。散歩の場所として丁度良い距離でも有りますし、とても静かに時間を過ごすことが出来ます。皆さんも大楠に出掛けてみてはいかがでしょうか？

