おぐら山荘便り

2016 年 1 月 1 日（金）発行

楽しい歌声で大盛況♪ カラオケ大会開催

カラオケ大会を開催しました。歌うことは身体によいし、皆さまとても盛り上がります。懐かしい童謡やにぎやかな歌謡曲を皆様と歌って、なんとハーモニカ演奏の披露も行われました。

12月15日（火）に、カラオケ大会を開催しました。歌う前には、ご利用者様、職員一同で、体操とじゃんけん大会で元気にウォーミングアップ。会場もにぎやかになったところで、マイクを握ってカラオケ大会のスタート♪歌手顔負けの歌声がホールに響き渡りました。職員と一緒に歌ったデュエット曲も息があって素敵でしたよ。

歌うことは認知症予防にも良いとされています。特に若い頃に覚えた懐かしい歌や、幼い頃に親しんだ童謡は効果的。昔の記憶や風景、その時の感情など、様々な記憶が呼び起されて、脳が刺激され血行がよくなるようです。この日も『上を向いて歩こう』や『富士山』、『夕焼け小焼け』など、皆さん思わず口ずさみ笑顔になれる歌が、たくさん聞こえてきました。ご利用者様の中にハーモニカが得意な方がいらっしゃって、素敵な演奏を披露してくださり、皆様うっとり聞き入っていました。カラオケの後は、ドーナツケーキをおやつにいただきました。とても楽しい時間を過ごすことができました。

▲マイクをぐっとにぎってカラオケ大会のスタートです

▲カラオケ前にはじゃんけん大会と体操でウォーミングアップを行いました

▲職員と一緒に楽しくデュエット曲も歌いましたよ！

▲おやつはクリームとチョコでトッピング！ドーナツケーキ

▲ご利用者様のハーモニカの音色にあわせて、みんなで歌いました

● 職員インタビュー ●

マルちゃん！って呼ばれるととても嬉しくなります

西宮マルディ（マルちゃん）

フィリピン出身の西宮マルディです。おぐら山荘で仕事を始めてから約半年経ちました。仕事も覚えてずいぶん慣れてきた今、毎日がとっても充実しています。

私が日本に来たのは11年前。もともと製造業に携わっていました。介護の仕事にずっと興味があったものの、日本語がわからないとできないかなって、踏み切れずにいました。そんな時、昨年6月に、おぐら山荘で働いている田中さんから紹介していただき、おぐら山荘で働くことになりました。

フィリピンでの家族との生活を活かして

介護職を始めて感じたこと。それは、自分がフィリピンの家族との生活の中でずっとおじいちゃんおばあちゃんに慣れ親しんできたことが活かされているということ。フィリピンではお年寄りから子供まで、同じ家で家族皆で過ごす生活が当たり前です。だからお世話をすることはごくごく自然なこと。施設のことは施設長をはじめスタッフがわかりやすく教えてくれたし、すぐに慣れることができました。

一人一人に合った接し方がある

スタッフの方から教わったことで印象的だったのは、「それぞれ違った接し方が大事」ということ。おぐら山荘で過ごすご利用者様は、年齢も性格もそれぞれ異なります。お年寄りを優しく大切にするという心構えは大切だけど、皆に同じように接すればいいってことは違うんですね。その人その人に合う話題やお世話してほしいことを見つけられると、お互いが嬉しい気持ちになれることに気づきました。

マルちゃんって呼ばれると嬉しくなります

ご利用者様が私のことを「マルちゃん！」と親しみをこめて呼んでくれます。名前を覚えてもらえたことが嬉しいですね。「マルちゃん！ありがとう！」これが私の頑張るぞ！ってエネルギーの源になる言葉です。

レベルアップしたい

日本語に自信の無かった私に、わかりやすく指導して下さったスタッフのみなさん、温かく接してくれるご利用者の皆様に感謝しています。もっと勉強してレベルアップしていきたいと思っています。これからもよろしくお願いします。

ケーキで祝う♪ 誕生日会開催

おぐら山荘で、毎月行っている行事として、お誕生日会があります。誕生月の方をお祝いするのですが、11月は26日に開催いたしました。

まずは皆さんとバースデーケーキ作りです。生クリームを作ってパンケーキに塗りフルーツでデコレーションしました。造花もプレゼントして、記念写真を撮影いたしました。皆さん、いい笑顔で誕生日会を楽しまれていました。

▲カシャカシャとかき混ぜて生クリームづくり

▲ケーキにお花にメッセージでお祝いです

おぐら山荘
TEL 0977-85-8307
〒874-0840
大分県別府市大字鶴見1561番の2
URL　http://ogura.link/