

# おしどりミニだより



OMI CHIROBAKAI

社会福祉法人近江ちろば会

デイケアの家おしどり

湖南市サイドタウン 3-16-72

TEL.0748-74-0005



2018年5月

**理念** 「人にしてもらいたいと思うことを人にもしなさい」

**おしどりテーマ** 「一人ひとりを大切に」

## おしどりの生活リハビリ「選択するとは」

今までおしどりではいろいろな活動を用意しお誘いするという形で、デイサービスで過ごしていただいていた。今年度より、ご利用くださる方が生きる力を発揮できるように『選択する』という方法をとることにしました。

最初、「何をしますか?」「何をしたいですか?」とやりたいことを選択していただくために声を掛けました。するとAさんは「私は何もできないから・・・」と困ってしまわれました。この方はいつも穏やかな方ですが最近自分の持ち物が見えないと不安になり落ち着かれなくなることが見えてきました。このような時期に本人が活動的になっていただけるように本人の言葉を振り返り話し合いました。そこで出てきた「編み物」と言う言葉から、かぎ針と毛糸を用意しました。あくる日それを提案させていただくと、にっこり微笑んで黙々とくさり編みを・・・。

約1時間余り続け、「今日はこれで終わり」と、とても充実した表情を見せてくださいました。この日は不穏な言動や行動が感じられませんでした。

この方のように、やりたいこと、やってみたいことを見出すことの難しい方もおられます。そんな時は職員との会話や、仲間との関りが大切な足掛かりになります。

選択リハビリでは、裁縫・編み物・調理・畑仕事・将棋・歌・ウォーキング・体操・習字等沢山のことを用意し、その中から選んで活動ができるようにしています。時には不得意だと思い込んでいることが新たな生きがいにつながっていくこともあります。

「選択する」ということが自立、自律支援にしっかりつながるように試行錯誤を重ねていきたいと思っています。日々のデイサービスでの生活でひとり一人が生き生きしていただけるようにと願っています。

### 選択リハビリ いろいろ

自分自身でやりたいことを選択することで自信ができ、生きる活力になります。自立、自律支援を目指しています。

#### ウォーキング



おしどりの生活リハビリの一つにウォーキングという活動があります。600 歩、800 歩、1500 歩のコースがありそれぞれの力に応じて選ばれています。数日前、Kさんは午前中にウォーキングを選ばれました。いつもは600 歩のコースを歩かれています。「800 歩に挑戦してみませんか？」との誘いに「そんなに歩けるかなあ」と自信なさそうにスタートされました。少し休憩をしましたが完歩。翌日自分から「昨日800 歩歩いたから、今日も800 歩にするわ、あんたも一緒に行こう」とEさんを誘われました。Eさんは「へえ～すごいなあ、ほな行ってみようか？」と二人で完歩されました。その後お二人は「いつか1500 歩歩いてみようか?」「それは無理やで」と言う笑顔の会話の中にKさんの表情には「挑戦してみよう」という力強さが見えました。Kさんにとって毎日のウォーキングは自信につながり生きる力となっているのだと感じました。今後もひとりひとりに今持っている能力をご本人に確認していただける機会として、生活リハビリを楽しんで頂きたいと思っています。



裁縫



将棋



調理

卓球



4月28日(土)好天に恵まれておしどりのつつじ祭り(バザー)を開催いたしました。この日はデイサービスのご利用者さんたちも参加してくださいました。ゆめとまの家では物品販売があり日頃歩かない方も仲間や職員と手をつないで見に行かれました。またふれあい楽舎ではボランティアさんによる「うたごえルーム」が開催されて懐かしい曲を一緒に歌って楽しめました。昼食は販売されている中から食べたいものを選ばれてお腹一杯!!午後はミニコンサートに参加される方、デイのお部屋でゆっくり過ごされる方々と、充実した一日を過ごしてくださいました。



バザーの準備にも熱が入りました。

