



歌で手洗い2021年版

長引くコロナ禍で、普段の生活習慣としてすっかり定着した手洗い。冬場に感染が増えるインフルエンザやノロウイルスの予防にも有効とあって、こまめな手洗いで手指を清潔に保つことが推奨されています。

アウルでは毎年秋口に手洗い勉強会を行い、感染症予防の啓発に努めています。その時に利用しているのが歌。「きらきら星」「森のくまさん」に続き、今年は唱歌「故郷」で手の洗い方を覚えていきました。

「うさぎ 追いし、で手を濡らし、うさかの山、でせっけんをつけ、うさこぶな釣りし、で手のひらを、うさかの川、で手の甲を洗う……といった具合。「この曲が一番よかった」との声が多く、選曲・指導にあたった感染対策委員長の三本松看護師は大喜びでした。



ただいま癒やし中!

◀夏祭りで入居者様とコミュニケーション

訃報 こながが天国へ旅立ちました



7月3日、老衰で永眠。14歳でした。亡くなる1週間前も入居者様に寄り添い、いやし課の仕事を全うしました。



スタッフ リレーエッセー

いつも笑顔で

笑顔を決やさずにいることが健康や命を守ることにつながることを知っていますか?

人が笑顔で向き合う

と、お互いの免疫力がアップする効果があるそうです。にっこり笑顔で挨拶を交わすだけでよいのですから、むっつりと無表情でいてはせっかくの免疫力を高める機会も逃げていってしまいます。

「笑う門には福来る」ということわざもあります。憂鬱な日もストレスフルな時も、笑顔をつくると幸せサイクルが回り出すそうです。笑顔は周りに伝染していくのです。笑顔は人生をよりよくする、最大のコミュニケーション。「いつも笑顔で」を合言葉に、元気いっぱい過ごしましょう。



看護師 竹谷 美紀

●介護付有料老人ホーム(一般型特定施設入居者生活介護)

アウルコート真駒内

〒005-0016 札幌市南区真駒内南町4丁目5-3

TEL.011-588-1122 FAX.011-588-1133

入居相談受付中 ☎0120-916-768

- 交通機関
- 地下鉄南北線「真駒内」駅下車
 - じょうてつバス「真駒内駅前」停で真駒内線に乗り(約5分)「南町4丁目」停下車(徒歩約4分)

アウルコート真駒内

検索

<http://www.owlcourt.jp>



ふくろうの家

その57
2021年10月

だより

●発行/株式会社私の青い空

●編集/アウルコート真駒内広報室 〒005-0016 札幌市南区真駒内南町4丁目5-3 ☎011-588-1122



今年も残りほぼ2カ月となりました。

代表取締役 武田 治信

初春を迎えた1月から新型コロナウイルス広がり、1都3県に緊急事態宣言が出されました。そして9月、安全で安心な大会の実施に欠かせなかった無観客という選択をした東京2020オリンピック・パラリンピックが開催され、終了時には21都道府県で緊急事態宣言が出されることとなりました。

世論の多くが開催に反対した東京五輪。新たな株が次々と現れ、ウイルス感染の脅威に晒される現実が続く中で、アスリートたちに拍手を送ることをためらう自分がいました。

オリンピック憲章には、「スポーツ文化を通して世界の人々の健康と道徳の資質を向上させ、世界平和の維持と確立に寄与することを目的とする」と記されています。大会のシンボルとして駒

染み深い五輪のマークは、世界五大陸の団結を表しています。

「オリもパラも廃止」と訴える市民団体のニュースに共感しつつも、テレビの画面に映し出されるアスリートの汗や、支えてくれる人へ贈られる感謝の言葉に、前向きなメッセージを受け取ったのも確かでした。それは、スポーツは確実に傷ついた社会を回復させる原動力になると感じた一瞬でした。

これから先、人類はコロナと共存して生きていくことになるでしょう。東京オリ・パラの45日間を未来へ向けた教訓とすることができた時、コロナ禍でオリンピックを開催した意義が見つかるように思います。



▶七夕飾は多目的室で飾り付けてから1階へ移動

居間の心地よさ

2階の多目的室は、その名の通りさまざまな使い方がされているスペースです。畳の和室とフローリングの洋室がつながり、調理場も備えています。機能訓練室を兼ねているので、看護師と体操する場所になることもあれば、ボール遊びなどのレクリエー

ションや趣味活動にも使われます。

猛暑だった今夏は、なるべくクーラーの効いた共有部で過ごしてもらえるよう、多目的室にかき氷器を常備してかき氷を提供するなど、居室から出る機会づくりを積極的に実施。居室にエアコンを付けている入居者様にも参加を促し、確実な水分補

給と体調の見守りに努めました。

そのような取り組みもあって、暑い夏が去った後も多目的室で過ごす方が減ることはなく、アウルのリビングのような趣きとなっています。1階レストランに行き来する際、踊り場として多目的室でひと休み。体操の後に飲み物でリラックス。なんとなく集まっていた入居者様とトランプ遊び。入居者様お一人おひとりがご自分のペースで、居心地のよい居間、で過ごす時間を楽しんでいます。



◀わいわいとボール遊びや体操などで楽しく運動



ケーキで誕生会

入居者様の誕生日には職員が居室へ直接伺い、サプライズでお祝いをしています。また、その月生まれの方々にケーキを

召し上がっていただく誕生会も毎月実施。ラウンジでみなさんと、居室でお一人でと、お好きなスタイルで楽しんでいます。

どなたかの誕生日や毎月の誕生会の日に、たまたま多目的室

に居合わせたなら一緒にお祝い。長寿の幸せをおすそ分けしたり、仲間の誕生日を我がことのように喜べるのも、アウルのリビングならではの。

賑わうアウルのリビング

気ままに集い語らう2階・多目的室



アウルの四季彩々日記

●7/3(土)

ボウリングで紅白戦

職員も含め紅白に分かれ、ボウリングでスポーツレク。座りながら投げる容易さもある、入居者様のほとんどが参加されましたが、実は競技としては高い難易度。なかなかピンを倒せず、手に汗にぎる接戦となりました。



●7/21(水)、8/25(水)

中庭でビアガーデン気分

大通公園のオータムフェスタに着想を得たサマーフェスタ。7月は酷暑の日となり、中庭のテラスでノンアルコールビールと炭火焼き鳥串で真夏を実感。終日雨となった8月は、室内でつくねやとうきびなどを楽しみました



●8/1(日)~8/7(土)

七夕飾りに願いの短冊

皆さんで飾り付けをして1階レストランに設置した七夕飾は、入居者様が願い事を書いた短冊でいっぱい。昨年多かったコロナの話題は1枚だけで、今年はアメリカ大リーグで活躍中の大谷選手に託した夢が加わりました。



●8/7(土)

縁日と盆踊りで夏祭り

昨年大好評だった縁日を今年も実施し、景品として職員のハンドメイド作品も登場。射的・輪投げ・おもちゃ釣りで遊び、かき氷や綿あめ、焼きそばなどお祭りならではの味をほおばって、童心に帰るひとときとなりました。