

すずらん通信

12月号 令和6年12月10日発行



暖かい日が続いていましたが、寒さが身に染みる12月に入りました。今日はレッグウォーマーを履いてお仕事にきました。寒いですが、季節の移り変わりがゆっくりで、コスモスの花を見に行きましょと計画を立て・・・なかなか花が咲いていない・・・開花状況を確認しつつ・・・と何度かタイミングを図り、10/30と11/5に大垣のコスモス畑までドライブに行くことが出来ました。少々風がありましたが、広々とした場所で、皆さん気分が良かったのではないのでしょうか。それが終わると、クリスマスの飾り付けやお正月の準備など、何となく気ぜわしいですね。年末に向けて、体調を崩されないように注意をしなければいけませんね。手洗いうがいや十分な食事や睡眠が大切です。何より、免疫力を上げる様に、笑顔で明るく！を心がけています。利用者様にも笑って頂ける様に！



すずらんに関わって下さる皆様には、この1年大変お世話になりました。皆様のご理解とご協力のおかげで、新し年を迎える準備が出来そうです。ありがとうございました。来年をどうぞ、よろしくお願い致します。



干し柿作り



毎年、恒例の干し柿作り。包丁やピーラーを使い手際よく皮むき、熱湯にくぐらせ紐を取り付けて。「干し柿作っていたよ」と言われる方も多いです。



自立へ向けた支援

すずらんでは「こんなこと出来る！」の取り組みを継続しています。自立へ向けた支援というと「自分のことは全て自分で行う」と考えがちです。もちろん他者の手助けなく生活が出来れば、それに越したことはありません、しかし人生は、加齢や疾病等と共に困難なことが増していきます。年をとっても、認知症になっても自分のことは自分で考える、決めるという「自己決定」が大切です。例えば「料理」・・・包丁で切ったり、炒めたりも勿論ですが、「メニューを決めることが出来る」「食材を冷蔵庫から出すことが出来る」「味見をして相手に味を伝えることが出来る」なども自立へ向けた支援です。その方に合った支援を提供できる様、工夫しています。

