

地域活動

GOGO体操(体力測定)

偕楽荘では毎年、ご利用者と地域の高齢者を対象に体力測定を実施しています。目的としては、自分の現在の体力がどの程度か、去年と比べ体力・筋力の維持ができているか、自分の弱点はどこか、日頃の生活でどのような事に気が付いたら良いか等、気づきのきっかけになると良いと考えています。

皆さん、真剣な表情で体力測定に参加され、結果を見て喜ばれる方、笑いが出る方、落ち込まれる方・・・と様々でした。

後日、理学療法士藤原先生からのコメント付きの結果をお渡ししています。コメントを読んで、今後に役立てて頂いたり、励みにして日常生活を過ごしていただき、偕楽荘だけでなく、地域全体が活気あふれる街となると良いと考えています。



認知症講習会

「知って安心！認知症～家族が認知症になったら～」

偕楽荘の心療内科往診医でもある宮地先生による講義が行われました。地域の方も多く参加して頂き定員を超える約50名の方が参加し活気にあふれていました。



認知症にはいろいろなタイプがあり一つにまとめられない事やうつと似ていて間違えられやすい事などの説明や当事者や介護者ともに「ひとり」で抱え込まずに地域で助け合っていくことが大切だとのお話がありました。

～質疑応答～

Q認知症にならない為にはどうしたらよいか

A 1つでもよいので楽しみを見つけて人生を楽しんで欲しい。楽しんでいる人はなりにくい傾向です。

Q家族が認知症と診断されたがどうしたらよいか

A 本人は不安なので話に耳を傾けて下さい。家族だけでは大変なので周りに頼って欲しいです。

Qズバリ認知症の薬は良くなっているのか

A 認知症薬は改善されていますが、治す薬ではなく進行を遅らせる為に使うものだと認識して下さい。

講習会後に「専門の先生に話が聞けて良かった」と話されていました。今後も地域の方と一緒にいろんな事を学んでいきたいと思えます。

愛信園 ～アーティストたち展～

11月3日『町田愛信園・アーティストたち展』にご招待いただき行ってきました。

展示された作品は、毎回のことながら、会場に所狭しと並んでいて、素晴らしいアイデア作品ばかり。私たちも刺激を受けました。

食堂では、音楽祭が行なわれ、ご利用者の皆さんによるコーラスや、ボランティアの皆さんによるハンドベル演奏などで盛り上がっていました。

また、町田市で最高齢の方が入居されており、お誕生日を迎えられたということで、皆さんでハッピーバースデーを合唱をして、幸せな場面に立ち会うことができ、会場が和みました。



中学生職場体験

10月24～26日の三日間、八王子市立松が谷中学校二年生の生徒が三名職場体験に来ました。最初は緊張していたのか表情も硬く、声も小さかったですが、クラブ活動や面談等にご利用者と関わる中で笑顔も徐々に増えてきました。

最終日には『ハロウィンin多摩センター2017』に飾るためのジャックオーランタン作りを皆で行ないました。会話も弾み、笑顔も溢れ、とても和気あいあいとした雰囲気で作業は進み、個性あふれるジャックオーランタンが3つ完成しました。中学生は初めてのランタン作りでしたが一生懸命に取り組み最後は達成感に満ちた表情でした。

偕楽荘での職場体験について感想を聞いたところ、三名とも「とても楽しかった。」とっていました。今回の経験が中学生の人生の中の財産となり何かの役に立つことを信じています。

