

コロナ禍で出来たこと① 白楽荘ホーム喫茶開店

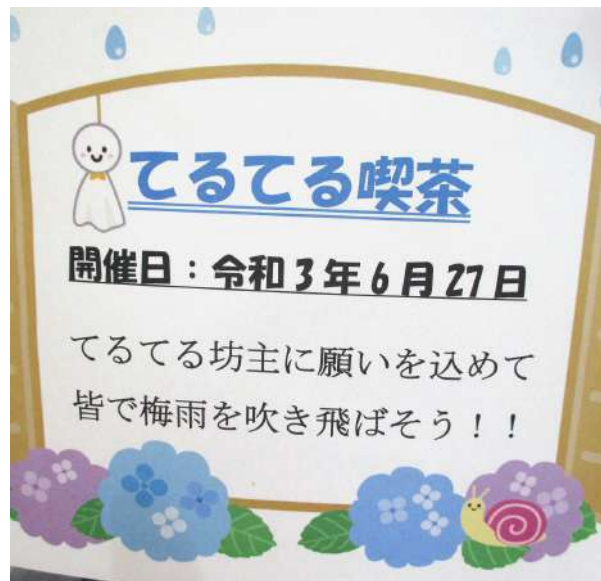


雨の後は…きつと晴れになるでしょう。そんな想いを込めて作った『**てるてる坊主**』を喫茶に飾っています。職員は、正に『**てるてる坊主**』ご利用者の皆さまには、ホーム喫茶も雰囲気も楽しんで頂けたと思います。早くコロナが晴れることを願っています。



『**あじさい喫茶**』
〜白楽荘6階〜

梅雨はジメジメして憂鬱な季節かもしれませんが。でも、そんな季節も日本四季を感じる機会かもしれません。そこで、『**あじさい喫茶**』に合わせ、ご利用者と一緒に紫陽花のちぎり絵を壁一面に作成しました。また、スイーツを多数取り揃え、ミルクレープ・モンブラン・杏仁豆腐・プリンなどを注文して頂きました。売れ筋を聞いてみたところ、一番人気は王道のプリンでした。



コロナ禍で出来たこと① 白楽荘ホーム喫茶開店

昨年度は、新型コロナウイルス感染症の影響で、特別養護老人ホーム白楽荘の全てのイベントを開催することは出来ませんでした。今年度は、ご利用者や職員のワクチン接種が進み、感染対策を講じて、ご利用者のために出来ることを考え、まずは、喫茶（ホーム喫茶）を開店することにしました。

『季節を感じて頂きたい』『今を感じて頂きたい』
そんな職員の想いをご利用者の皆さまに届けられ
たらと思っています。

『頑張れニッポン！〜五輪のチカラ〜』 〜白楽荘5階〜

5階は、オリンピックをテーマにした喫茶を開催しました。

ご利用者の皆さんは、2020オリンピックではなく**昭和39年の東京オリンピック**をイメージしているのでしょうか。「東洋の魔女」「アベベ」「円谷幸吉」こんな応援も出ていました。当時の写真もフロアに貼って、ご利用者と楽しいひと時を過ごしました。



コロナ禍で出来たこと② 白楽荘デイサービスリモート音楽会

新型コロナウイルス感染症が猛威を振るう前は、療法士の先生による音楽療法や認知症療法、ボランティアの皆さまによる様々なレクリエーションやプログラム活動を行ってきました。それが、新型コロナウイルスの流行依頼、その全てが中止となりデイサービスでの過ごし方も一変してしまいました。

いた経緯からリモート音楽会の話を頂きました。

6月2日(水)当日：午後からオンラインで、ピアノ演奏者の吉永様の自宅、多摩市ボランティアセンター、白楽荘デイサービスセンターをリモートで繋ぎました。オンラインでの音楽会は、音声を切ったり繋いだり：司会の職員は一人二役で大変でした。30分の音楽会はアツという間、ご利用者の皆さまからは、「不思議な感覚！」「新しい楽しみ方ね」などと高評価を得ています。

司会者は「何回も練習した甲斐がありました。」とのこと。他の職員からも好評で、今後は毎月定期的に開催することとなりました。



白楽荘デイサービスのご利用者の様子

コロナ禍で出来たこと② 白楽荘デイサービスリモート音楽会

多摩ボランティアセンターの協力で、ピアノの吉永先生とのコラボによる『リモート音楽会』を開催することが出来ました。デイサービスでの過ごし方もコロナの影響で大きく変化しています。様々な感染症対策を講じた中でも、ご利用者の皆さまには楽しい時間を過ごして頂けたと思っています。当日は、多摩ボランティアセンターの皆さまも参加されました。



吉永様の自宅からのスクリーンショット



白楽荘デイサービス ZOOM スクリーンショット

コロナ禍で出来たこと③ 偕楽荘GOGO体操始動



動画を見ながら『胸を反らす運動』
ラジオ体操の動画を見ながら、先
生の指導の下で実施しております。

このシーンは『足は肩幅に開き
腕を動かし肋骨と肋骨の間を広げ
るイメージ』です。

「肋骨と肋骨の間を広げる？」
ご利用者の皆様からは「中々難し
い…」「足腰と二の腕が鍛えられて
いる」そんな言葉が聞こえてきま
した。

このシーンは
『腕を上下に伸ばす運動』です。

先生曰く

- 動くスピードを意識する
- 早く動いて一瞬止める
- 肘をまっすぐ伸ばす
- 耳の横に腕がくるように
- 肩から腕をあげるイメージ

もう過去のラジオ体操では物足りま
せん。以上…『GOGO体操』（本気
のラジオ体操）でした。



この体操は GOGO 体操ですが…
GOGO 体操担当職員曰く
別名『本気のラジオ体操』だそう
です。

『本気のラジオ体操』とは？
動作の意識・一つひとつの動
きを確認しながらのラジオ体
操です。

このシーンは本気のラジオ体操を
始める前の『正しい姿勢』基本の
ポーズです。

さあ！ Let' s トライ

コロナ禍で出来たこと③
偕楽荘GOGO体操始動

軽費老人ホーム偕楽荘で行われている『GOGO体操』
は、理学療法士の先生による転倒防止に効果のあるラ
ジオ体操とストレッチを組み合わせた独自の体操です。
新型コロナウイルス感染症以前は、年に4回体操教室も開催し
ていました。

5月21日（金） 軽費老人ホーム偕楽
荘のご利用者が集まり、約1時間にわたり
『GOGO体操』を行いました。コロナ禍で
の運動不足もあり、久しぶりの運動はかなり
のボリュームがあったそうです。例年であれ
ば、年に4回の実施と体力測定も行ってい
ます。
現在は、新型コロナウイルスによる影響で
中止しておりますが、『GOGO体操』は地
域の高齢者の方も参加も可能です。新型コロナ
の影響が癒えたら、是非軽費老人ホーム
偕楽荘のご利用者と一緒にやってみませ
んか。