

# あやとり

あやとりは、介護サービス利用者と介護相談室を結ぶ機関紙です。

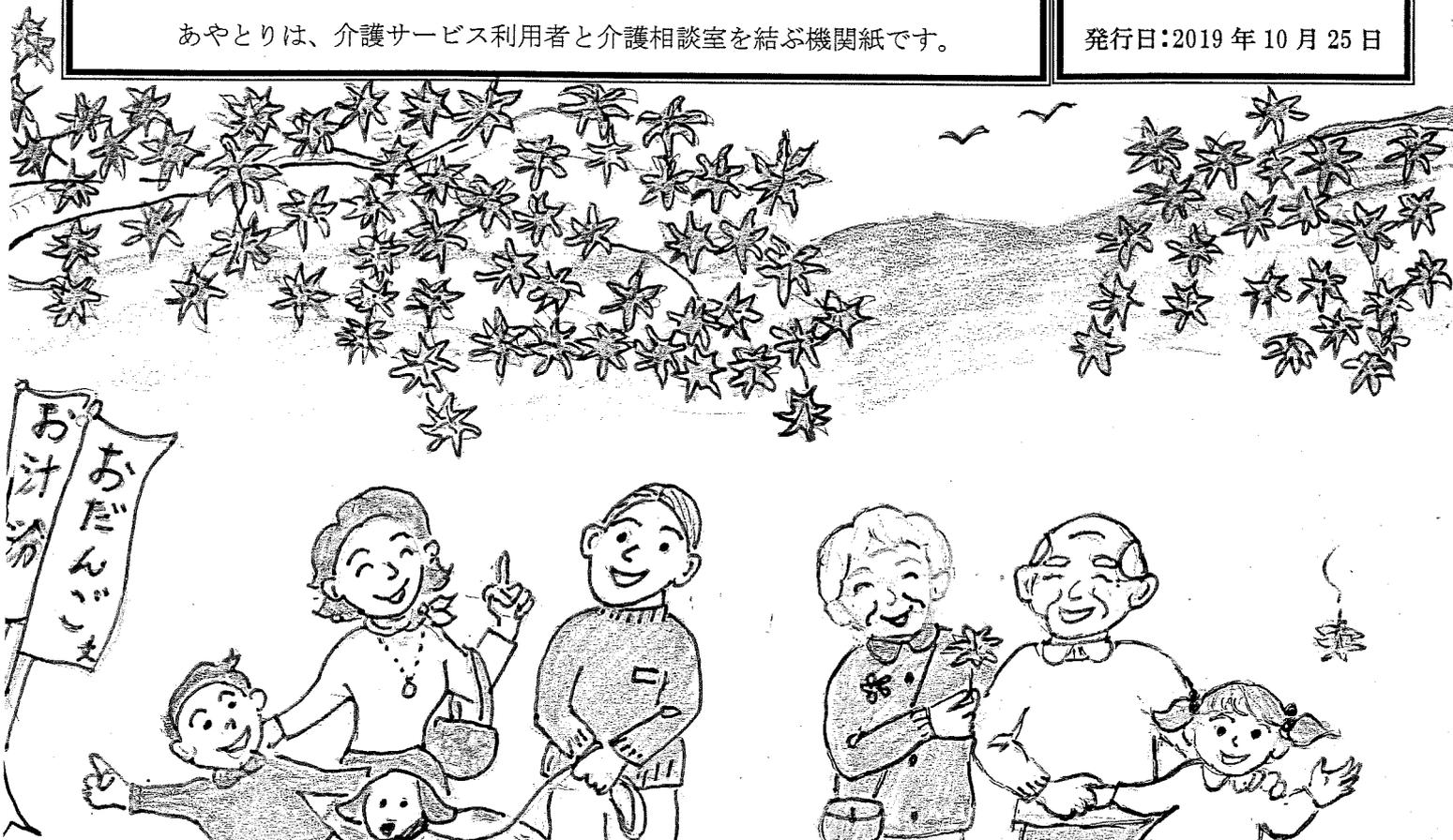
第71号

発行：那須塩原市

介護サービス相談機関

「介護サービス相談室」

発行日：2019年10月25日



## ご挨拶

「あやとり」読者の皆様こんにちは。

私が那須塩原市の第四代市長として市政をお預かりしてから、早半年を迎えようとしています。人口減少や少子高齢化が進む中、本市においても、今後、市が一丸となって取り組んでいくべき様々な行政課題が山積しており、改めて市政を担う重責を実感しているところでございます。

本市の介護サービス相談員派遣事業は、今年で二十年目を迎えます。介護相談員は日頃の施設訪問や在宅訪問から得た介護に関する様々な情報を「あやとり」で発信し、皆様のお役に立つ機関紙づくりを目指しております。

本市といたしましては、皆様が元気でいきいき暮らせるまちづくりに向け、全身全霊を傾けて取り組んでまいり所存でございますので、引き続きご理解、ご協力をお願い申し上げます。

終わりに、皆様のご健康とご長寿を祈念して、ご挨拶いたします。

那須塩原市長 渡辺 美知太郎

# 介護相談員だより



あやとり臨時号

発行:那須塩原市

介護サービス相談機関

「介護サービス相談室」

発行日:令和2年6月

こんにちは!



夜はよく眠れますか



身体を動かしていますか



ご飯は残さず食べていますか



皆様お元気ですか、新型コロナウイルス感染予防の為に自粛が続く、今は訪問を控えている毎日です。皆さんにお会いできる日を心待ちにしながら、お便りさせていただきます。

ベッドの中や、座ったままでもできる体操はいかがですか。

①鼻から吸って・・・口からゆっくり吐く



「3秒で吸う」  
「7秒で吐く」

②手の届く身体中を、なでたり、軽く叩いたり、つまんだり皮膚に刺激を与えましょう。

③首・手首・足首をゆっくり回して、痛い所はさすりましょう。

④目は遠くを見たり、近くを見たりを繰り返しましょう。

⑤舌は出したり、ひっこめたり、その後口の中で回しましょう。ご飯が美味しく食べられます。



季節の歌を紹介します。歌はお腹の力を使い運動にもなるので口ずさんでみてくださいね。

## 茶つみ

夏も近づく八十八夜  
野にも山にも若葉が茂る  
あれに見えるは茶つみじゃ  
ないか  
あかねだすきにつげの笠

## 故郷

うさぎ追ひし かの山  
小鮎釣りし かの川  
夢は今も めぐりて  
忘れがたき 故郷  
いかにいます 父母  
つつがなしや 友がき  
雨に風につけても  
想いはずる 故郷

# あやとり

あやとりは、要介護認定者と介護相談室を結ぶ機関紙です

発行元: 那須塩原市  
介護サービス相談機関  
「介護サービス相談室」

発行日: 2020年7月25日



那須塩原市

木綿畑新田 太々神楽

## 郷土のお祭り

ある日の訪問の時、立ち上がるのも大変な女性利用者さんが職員に勧められて、花笠を手に盆踊りを始めました。腰を支えてもらいながらも、手さばき、足さばきは見事なものでした。得意なものがあると、人は俄然若返り、生きいきするものです。

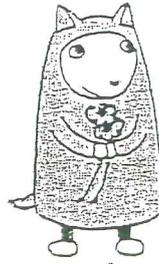
昔からこの地方に伝承されてきた盆踊りを発展させた「上塩原源太踊り」は、塩原七不思議の歌詞に合わせ、花笠を廻し唄う独特の踊りになりました。一時休止しましたが、上塩原の小学校の児童により復活したものです。

昨今、担い手不足で伝統が途切れてしまいがちですが、塩原小中一貫校では、塩原の自然・歴史・観光・文化などを地域の方々から学び、郷土愛や自主性を育む取り組みが認められ、令和元年の「博報賞」を受賞しました。

(市内には三十一の郷土芸能があり、内十六は国・県・市いずれかの指定民俗文化財に指定されています。)



# 介護相談員だより



あやとり臨時号

発行：那須塩原市

介護サービス相談機関

「介護サービス相談室」

発行日：令和2年10月

朝晩めっきり涼しくなりましたね。

新型コロナウイルス感染症により、大変な毎日が続いています。私たちに出来る事、三密・密集・密接・密閉を避け、予防に努めていきましょう。

相談員

皆さんお変わりありませんか

相談員

新しい生活様式で皆さん日々頑張っています

コロナの為に、楽しい行事が減って残念です

利用者さん

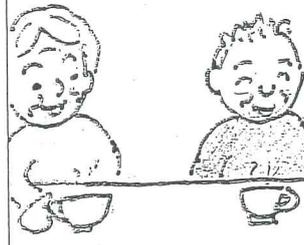
でも出前の食事を頼んだり、色々工夫してくれて嬉しいよ

## 新しい生活様式



家に帰ったら手を洗いましょう。

手洗いは三十秒ほどかけて水と石鹸で丁寧に。

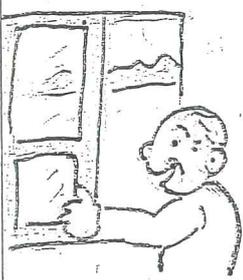


人との距離はできるだけ空けましょう。

買い物の時も2メートル前後スペースを空けましょう。



外出時、屋内でも会話をする時は、マスクをしましょう。咳エチケットにも気を付けましょう。



こまめに窓を開けて換気をお願いします。

## ひと口メモ

\*ソーシャル

ディスタンス

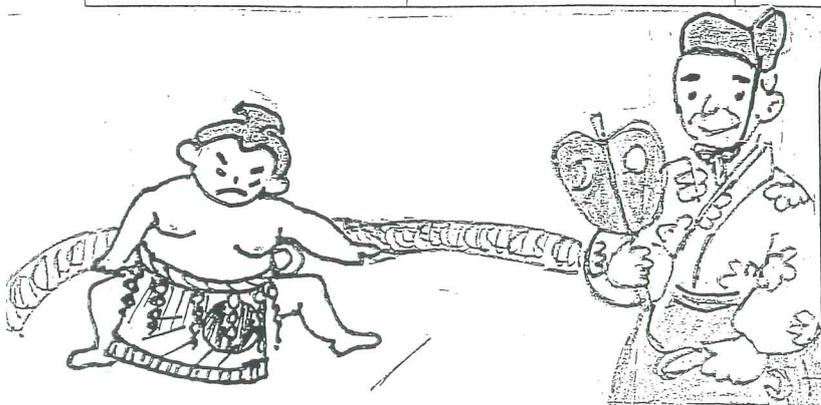
人との距離を取る

\*ウイズコロナ

コロナと共存しながら生活する

\*オンライン面会

パソコンやスマホを使い、画面越しに人とつながる



# あやとり

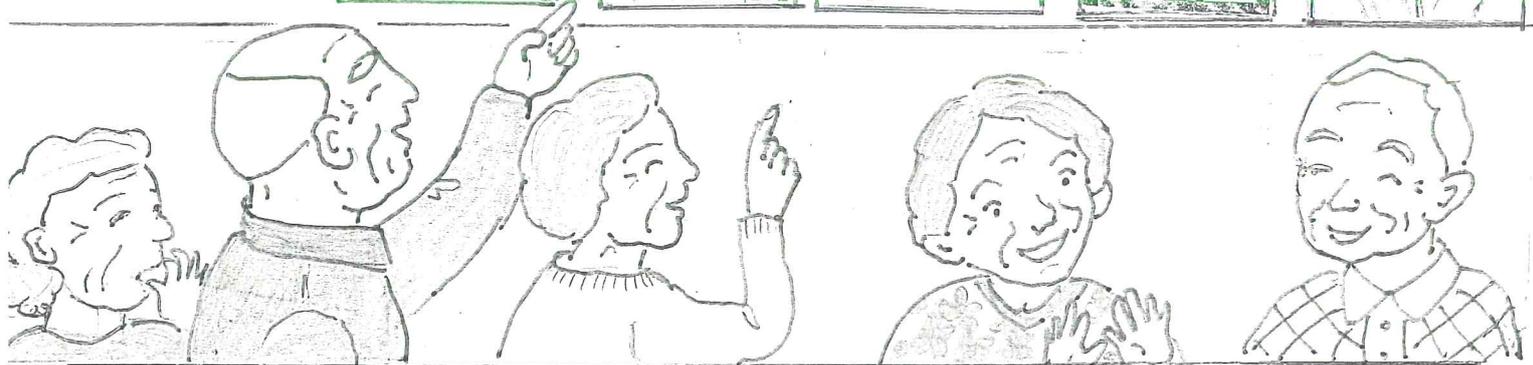
発行元: 那須塩原市  
介護サービス相談機関  
「介護サービス相談室」

発行日: 2021年2月25日

あやとりは、介護サービス利用者と介護サービス相談室を結ぶ機関紙です



## 作品コーナー



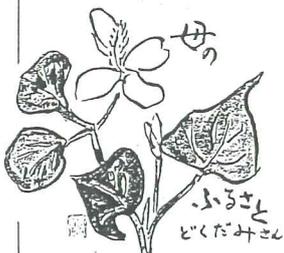
### 私の生きがい

(ご家族より)

十数年前に夫は脳梗塞で車椅子の生活になりましたが、デイサービスやショートステイを利用し、多くの方々にお世話になりながら自宅で老々介護を続けることが出来ました。

夫は不自由な体になってからも日記を書き続けました。詩吟も言葉のリハビリになると聞き、夫婦で習い始めました。それが今の私の健康にもつながっています。絵手紙や作品作りで夫婦共通の会話も増えた介護生活でした。

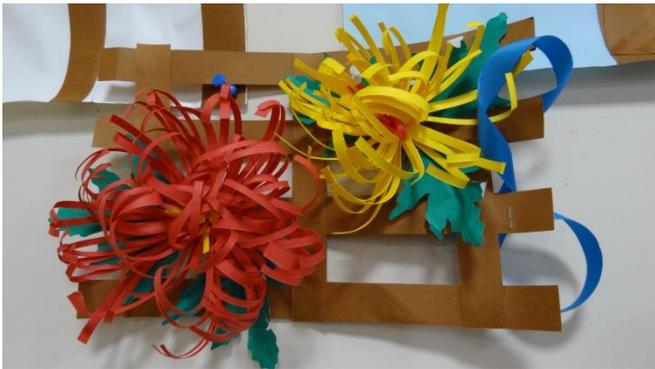
私は今年で八十九歳。忘れる事も多くなりましたが絵を描いたり、詩吟を吟じたり一人でもやるのがたくさんあります。充実した毎日を送れるのは、夫との年月があるから。皆さんに作品を見てもらう楽しみの中、元気である間は描き続けるのが、私の生きがいとなっています。



# あやとり「読者の広場」特集

第73号-2  
発行元：那須塩原市  
介護サービス相談機関  
「介護サービス相談室」  
発行日：2021年2月25日

地域の行事が相次いで中止となり作品発表の場がないと伺いました。  
各施設から投稿して頂いた、四季折々の作品を今回は特集を組みカラー版で  
ご紹介します。



外出することが出来ないなので、みんなで作った作品を見て楽しんでいます。  
くろいそケアセンターそよ風 共同作品



コロナに負けず皆さんが幸せになるように仕上げました。  
グループホーム ミカーサ 共同作品



デイを利用して初めて貼り絵をするようになりました。  
青木の森静山荘憩いの家 浅香 富春さん



ものをつくるのが好きなので、たくさん作りました。  
ケアステーションたかばやし 渡邊 政夫さん



「毒キノコに注意」  
グループホーム 和 共同作品

# あやとり

発行元: 那須塩原市  
介護サービス相談機関  
「介護サービス相談室」

発行日: 2021年9月25日

あやとりは、介護サービス利用者と介護サービス相談室を結ぶ機関紙です



## 秋の気配

秋分の日を境に、昼より夜のほうが長くなり、秋の気配を感じる季節になりましたね。彼岸花が赤い花を咲かせ、金木犀の香りが漂い、残暑も和らぐと、虫の声の賑いにも、「もう秋だな」と季節の移り変わりを感じます。

日本では古くから、虫の声を聞く風流な楽しみが行われてきましたが、虫の声を愛するのは日本人特有の感性で、鈴虫の音色にはストレス解消の作用もあるそうです。

秋の夜長、虫たちの声に耳を澄ませてみてはいかがでしょうか。

あれ松虫が鳴いている ♪  
チンチロチンチロ チンチロリン  
あれ鈴虫も鳴きだした ♪  
リンリンリンリン リーンリン  
秋の夜長を 鳴き通す  
ああ おもしろい虫の声

(文部省唱歌 虫の声)

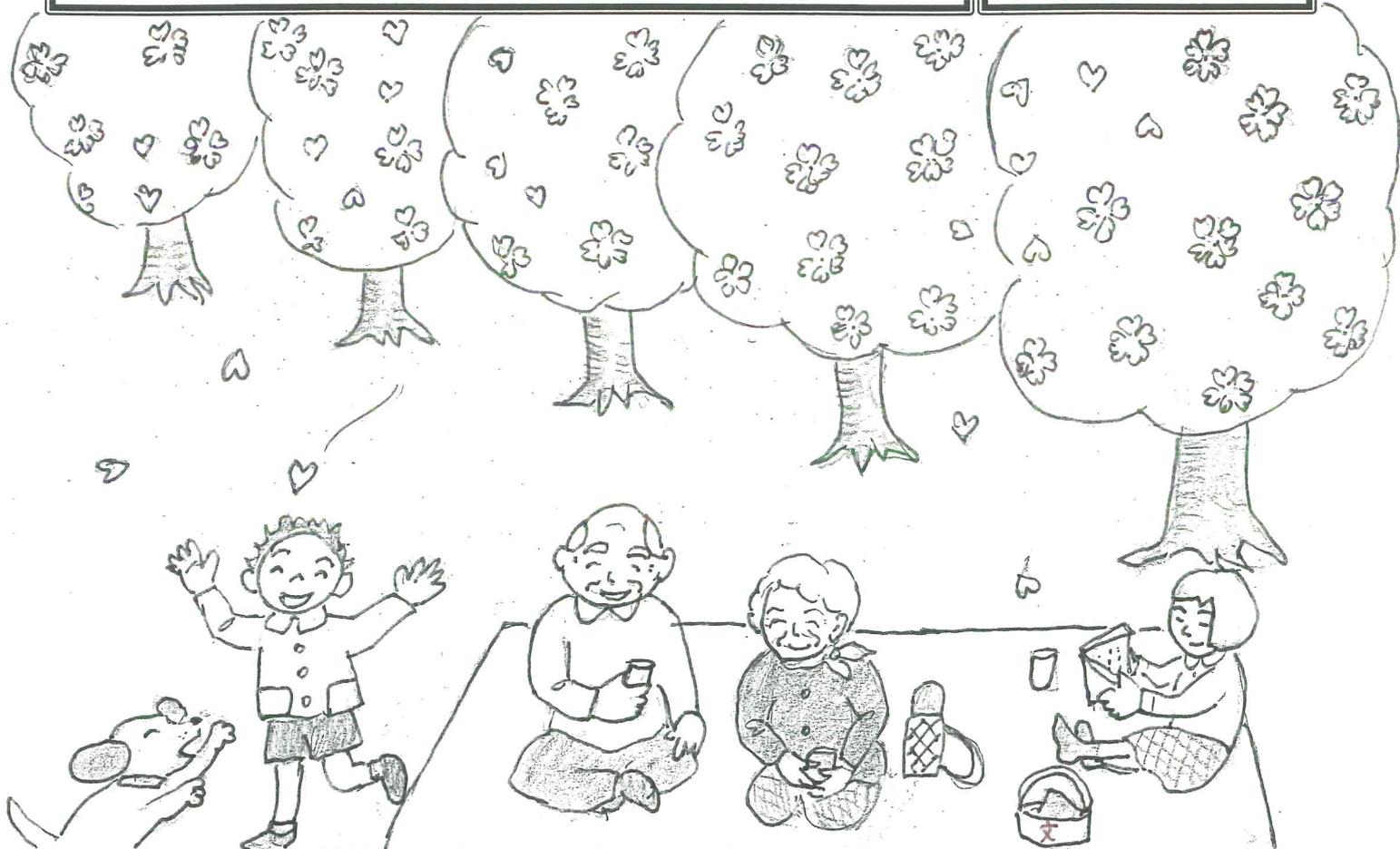


# あやとり

あやとりは、介護サービス利用者と介護サービス相談室を結ぶ機関紙です

発行元：那須塩原市  
介護サービス相談機関  
「介護サービス相談室」

発行日：2022年3月25日



## 施設訪問の新しいかたち

新型コロナウイルス感染拡大防止の為、施設・在宅訪問を中止してから三年目に入り、介護サービス相談室では新しい試みを始めました。

### ・ 電話訪問

訪問させて頂いている施設に、電話をして職員さんとの情報交換を行っています。その際に、皆さんのお変わりない近況などを伺い、安心しています。

### ・ オンライン訪問

昨年九月から、対応して下さる施設と行っています。画面越しの面会は、お互い初体験なので緊張しました。「便利な世の中になった。会えて嬉しい」の言葉や利用者さんの笑顔。職員さんのご協力で会話も弾み、皆さんの変わらない様子を見ることができて大変嬉しいです。

まだまだコロナ感染症の収束とはなりません  
が、以前のように施設・在宅訪問が出来るまで、  
試行錯誤を重ねながら、新しいかたちの訪問を  
続けたいと思います。

