

# あけびだより

No. 195

2021年1月1日発行

URL: <http://www.akebi.or.jp/>

2021年1月



## 静かなお正月

パーキンソン病の患者さんに「賑やかにお正月を祝ってください」と言うと少々困ってしまいますが、今年のように「静かにお正月を祝って下さい」と言われれば、私達患者にとっては自然体のお正月かもしれません。しかし私が子供の頃のお正月と言えばシーンと静まりかえった元旦を思い出します。

令和2年を振り返ってみますと「新型コロナウイルス(コロナ)」のことしか思いださない1年の様に思います。コロナの感染は、世界中の多くの人々の命を・・・今も奪い続けています。

日本での最初の確認は2020.1.16とありますので、お正月を迎えれば1年になります。この様な事態になるとは誰もが想像しなかったことでしょう。

コロナは私たちの生活を大きく変えただけでなく、辛く悲しい思いや現実を残して今なお感染は拡大しています。それは感染者や医療従事者に対する誹謗中傷・自殺者の急増・失業・生活困窮等どれもすぐに解決できないことばかりです。

静かなお正月を祝っていた時代には考えもしない事です。

あけびでもマンパワーが十分でない中でのコロナは、マスク・消毒液の不足など不安を感じながら、管理者、看護師を中心に職員一同話し合い、試行錯誤しながら一歩一歩進めて来た様に思います。

既にワクチンはイギリス・アメリカで始まり、日本では2月医療従事者から順次始まるとか・・・

パーキンソン病の患者さんは薬物療法と運動療法が必須です。今までしていた運動療法(リハビリ)は続けられていますか？ 寒くなり外出を控えたりで運動量の低下が気になります。また、お薬はいつも通り服薬が出来ますか？ 今年にはコロナの終息を祝える良い年になりますように・・・。



木村美貴子氏



認定特定非営利活動法人あけび  
理事会一同

## 認定特定非営利活動法人あけび

認定NPO法人あけび 事務所  
TEL 079-262-6702 FAX 079-262-6703  
グループリビングあけびの里  
TEL 079-262-6707 FAX 079-262-6703  
〒672 8064 姫路市飾磨区細江473 10  
Mail: info@akebi.or.jp

訪問看護ステーションあけび  
TEL 079-262-6708 FAX 079-262-6703  
訪問介護ステーションあけび  
TEL 079 262 6702 FAX 079 262 6703  
〒672 8064 姫路市飾磨区細江473 10  
Mail: houkan@akebi.or.jp

通所介護施設デイサービスあけびの実  
〒670-0804 姫路市保城363番地の3  
TEL079-280-6931 FAX079-280-6932  
Mail: akebi-no-mi@akebi.or.jp  
通所介護施設デイサービスあけびの輪  
〒670 0952 姫路市岡条1丁目101 1  
TEL079 284 0055 FAX079 284 0056  
Mail: akebi-no-wa@akebi.or.jp

# 笑顔 一番 元氣

昨年はコロナが猛威を振るい緊急事態宣言の発令など未曾有の不安のなか日々生活を送っていましたがあけびに通ってくださる方はもとよりボランティアの方々や地域の方に支えられ11回目の春を無事笑顔で迎えることができ、あけびの実に関わってくださっている全てのかたに「本当にありがとうございます。」とお礼をのべたいです。又、年末にはスタッフの異動があったり、新しい職員を迎えたりとあわただしい年の瀬でした。ご心配をおかけしたと思いますが職員一同、力を合わせて皆様の笑顔が見られるように頑張ります。コロナ禍でまだ拭えぬ不安がありますが、「うつらない・うつさない」をさらに心がけ、コロナの早い退散を願っています。今年もよろしくお願いたします。（高本）

コロナが増えつつありステイホームではなくステイルームです。今年もあけびはリハビリに明け暮れました。★まずは座っての体操です。朝40分程度座ってもできる運動を足先から頭までくまなく伸ばしています。

★次は立ち上がりや階段昇降の練習です。足が上手く出ない方も階段は得意の方が多いのが、パーキンソン病の特徴ですね

★続いては前傾姿勢や小刻み歩行・すくみ足に対応して、リズムに乗り、胸を張って大きな一歩をだす練習です。意識が大切です。こまめなストレッチや姿勢矯正が身体を整え 腰痛予防にも大切です。



盤をかこめばみな仲良し。あっという間に時間が過ぎてしまいます。

震える指で頑張りました。壁に一杯ポイントアを作りました。



運動だけではありません。習字にお花、水彩画、何事にも真剣です。大きな字でかけました。お花デビューとなりました。



今年も  
笑顔で  
すごそうね  
一日一日が  
一年になる



## あけびの輪



☆2020年本来は、東京五輪で日本中がお祭り騒ぎになるはずでした。ところが新型コロナ感染拡大の影響で世界中の生活様式が一変してしまいました。将来振り返った時、人類の歴史上で最も大きな大事件の中を、今私たちは生きている事と思います。あけびでもコロナのあおりを受けました。感染拡大が広がる中で、私たちの活動が利用者様を感染の危険にさらしはしないのか！絶対にあけびでクラスターをださないぞ！！と様々な葛藤の中で奮闘する日々を過ごしています。各種行事の縮小（春のお花見・盆踊り会・季節ごとの外出など）、外部のボランティアさんをお断りしたりと皆様には心苦しい自粛をお願いする事ばかりでした。2021年はスタッフ一同自身の健康管理に留意し、出来る限りの感染予防に努め、利用者様と元気に明るく過ごしていけますよう頑張ります！どうぞよろしく願いいたします。毎日、換気！手洗い消毒！！マスクマスク！！と口うるさく言わせて頂きますね。（岡野）

## 2021

☆張り子の鏡餅と伊勢海老。来る2021年が皆さまにとって幸せな一年になりますように願いをこめ張り子の鏡餅と伊勢海老を作りました。新聞紙と半紙で型を作り、絵の具で色付けをしました。利用者様の共同作品です！とても立派な御鏡さんが出来ました！（表紙の作品です。）



☆制作。12月は色々な制作に取り組みました。立体クリスマスツリー・クリスマスリース・貼り絵・お正月飾り・張り子の鏡もちなど・・・。コロナコロナで年末気分になりにくいですが、制作活動を通して年末へと少しずつ気持ちが上がっていきました。



渡邊令子氏

内田勝子氏

菊池武明氏

☆版画教室。年賀状をぜひ版画で作成したいとお声にお応えし、版画教室を開催しました。昔取った杵柄・・・皆さまとてもお上手ですね！手作りの年賀状は、受けとる方に気持ちが伝わることでしょ。



「やまぶき財団様から福祉車両をいただきました。」



ハイエースの新車が届きました。神戸やまぶき財団様からの助成です。16年頑張った前のハイエースはもうしばらく実のほうで頑張ります。

☆クリスマス会。ゲームあり、合奏あり、合唱あり、笑いあいの楽しいクリスマス会となりました。飛び入りで“姫路の歌姫”が弥太郎鴉“を披露してくれました。Hさまが作ってくださったカゴにお菓子を詰めて皆様にプレゼントし、とても喜んでくださいました。

## グループリビングあけびの里

### 訪問看護ステーションあけび

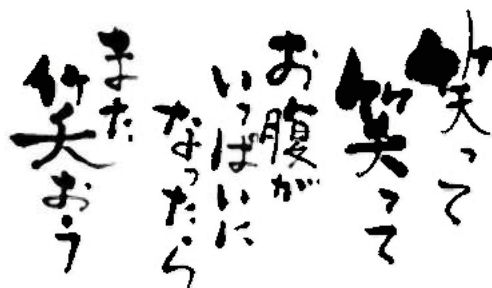
### 訪問介護ステーションあけび



新年、明けましておめでとうございます。  
 昨年は、新型コロナウイルス感染に脅かされた日々でした。誰もが、生活の制限をしいられ、パーキンソン病の方は活動の制限により病状の悪化をきたした方も多くいらっしゃると思っています。  
 今年は、生き生きとした「動」のある一年になればと願います。  
 スタッフ共々、日々、皆様に寄り添った支援が出来るように努めてまいります。  
 今年も、よろしくお願いいたします。（鈴木）



2020年は東京オリンピックイヤーの幕開けと、誰もが心弾ませていましたが、新型コロナウイルスの発生とともに、私達の生活を一変させました。あけびの里でも同様、外出制限や面会制限など、利用者様、ご家族様にも窮屈な生活を強いることとなりました。また、どこへ行くにもマスク！手洗い！消毒！と徹底してきました。このような状況がいつまで続くのか？不安はめぐえませんが、下を向いていても仕方ありません。入居者様、ご家族様、ボランティア様、職員一丸となって明るく楽しく毎日を工夫して過ごしていきましょう。  
 私達職員は「目」「耳」「心」で十分に入居者様、ご家族様の思いを聴き、寄り添う介護をしていきたいと思っております。本年もどうぞ宜しくお願いいたします。（荒木）



あけび設立から17年目にはいっている。  
 小規模福祉作業所から始まって今は、デイサービス2箇所、訪問看護、訪問介護、入居施設と5つの事業所になっている。それだけ問題も大きく複雑になってきた。本人の希望に沿って「らしさ」を失わず、生きがいを持って過ごしていただくお手伝いがしたいという思いで始めたと思うのだが、いつの間にか「介護」が前面に出て、本人の「生活」を奪うことになっているのではないだろうか。職員が新しく変わって

いくのと合わせて、利用者の重度化が進み、何かが違うという思いに駆られ、方針の見直しも必要なのではと考えていた矢先に、「介護」がなければ「生活」が成り立たないという現状の中で「介護＝仕事」と「生活」は水平な関係でなければならない。「仕事」が優先され「生活」が奪われがちになっていないか」という問いかけの文をみた。これだという思いがよぎる。「生活」を支える介護が「生活」を奪ってどうする。「安心・安全」というがこれも「生活」の前へ出てはいけぬ。えてして、「安全」のためにという大命題で、動きを制限してしまいがちだ。ちなみに、「安心」は介護者のものかもしれない。今年はこのことを皆さんと一緒に考えたいと思っております。

### お知らせ

パーキンソン病友の会  
 兵庫県支部姫路ブロック  
 姫路ブロック 患者・家族交流会  
 1月交流会休みます

国会請願書名  
 国会請願署名用紙届きましたか。  
 難病患者にとってコロナとは？  
 1人でも多くの署名を集め国会に皆さんの声を届けましょう。



「卓球クラブ」1月練習日  
 1月12日(火) 1月26日(火)  
 13:00~  
 場所：ルネス花北体育館  
 持物：上靴・ラケット  
 連絡先 (280-6931)