

# あしの家だより



石井 路代

今年は梅雨入りしてからほとんど雨が降る事無く、連日の夏日の間に梅雨明けを迎えました。年々気温が上がり、体がついていかず…です。それでもメンバーは朝から暑くてもいつもの様に元気に出勤し、作業をしてホームに帰って来ます。いつもえらいなあと感心します。休日のタイムスケジュールも平日とあまり変わる事無く規則正しく過ごします。もちろん早く出かけなくてはいけない日も、何時に起きて何時に食事して…等と前日に打ち合わせた時間をきちんと守って行動します。ホームでのお手伝いや決まり事もよほどの事がなければ一生懸命行ってくれます。以前はタイムスケジュールの変更が難しかった和也さんも、スムーズに受け入れてくれるようになりました。先日間違えて和也さんの入浴順を飛ばしてしまい、勝さんを先に呼んで入浴してもらった時も「ごめんね、勝さんの後でも良いかな？」と言うと、「和也4番？」と言って入浴札を3番から4番に付け直してくれました。「ありがとうね」に「赤ちゃん猫卒業？」と、言葉遊びが始まり「そう、卒業で〜す」で、自室に戻って行きました。

今月和也さんと明久さんはヘルパーさんと一緒に「宇都宮」に行ってきました。宇都宮と言えばギョウザ！！二人のお土産、和也さんは「ギョウザせんべい」明久さんは「ギョウザパイ」でした。皆でティータイムに美味しくいただきました。西伊興ホームでは青木さんが17日にヘルパーさんと「東京タワー」に行ってきました。タワーの中の水族館にも行ったようですが、青木さんに当日の話を聞くと「ハンバーガーを食べました」という答えが返ってきました。ハンバーグ大好きな青木さん、当日の思い出は食べ物が一番だったようです！



さて夏と言えば日焼け、しかも外仕事をするメンバーはすっかり日焼けしていますが、以前から西新井ホームの和也さん・明久さん・仁さんは日焼けした顔のかさつきを抑える為ホットタオルで顔を拭いています、そして先月の終わりから西伊興ホームの花田さん・松本さん・田沢さんもホットタオルで顔を拭く事にしました。3人とも、とても気持ちよさそうです。お肌の曲がり角はとうに通り過ぎましたが、これからはエイジングケア??? お肌の管理と言っても顔だけではなく体全体のケアにも気を付けています。夏でも保湿クリームを欠かさずぬったり、あせもにならないように肌を清潔に保つのはもちろんですが、かゆい所を掻き壊さないように爪切りも忘れないようにそれぞれメンバーの生活リズムに合わせて曜日や時間も決めて行ったりしています。そうしないとメンバーも職員もうっかり忘れてしまう事があるからです。スタッフもそれぞれのメンバーさんのスケジュールを把握し、メンバーさんが混乱しないように頑張らなくてはと思います。今年は酷暑になると予報で言っていたとおり、毎日暑い日が続いていますが、メンバーと一緒に仕事に余暇に一生懸命ガンバろう！

## 編集後記

私事ですが、1か月ほど前にこの歳にして？初めて変速(ギア)付き自転車を買いました。(と言っても3段変速ですが)変速機付きって私が中学生のころ男子に大流行。田舎で自転車通学だった中学時代。同級生も5段変速！とか持っていましたがそれは男子だけ。しかもランプが5〜6個並んで光るウインカー付き。女子用には変速機もウインカーも付いたものはありませんでした。しかも、坂道しかない田舎だったので、変速機能は坂道で使うものと思っていました。なので、毎日自転車通勤の私は、変速機能付きを勧められても、いやいや〜お婆さんが変速機能付きに乗るなんて〜！と買わずにいたのですが、足腰が弱くなる今だからこそ買えば！と言う子供の勧めに、思い切って買いました。そして初乗りの日、3速にした途端、ぐ〜んとスピードが上がる感じ！風を切る感じがたまらない。(ペダルは少し重くなるけど、今までの自転車の重さに比べれば軽い!)これはもうやめられませんか?!車のMT車を運転するのが好きな私は、車のシフトチェンジをするほどの頻度で、ギアチェンジをしています。今の楽しみは、秋になったら荒川土手を走りに行くことです。この勢いで夏を乗り切ろうっと！酷暑のこの夏、皆様ご自愛の上楽しい夏休みをお過ごしください。(池田)