



stay homeの過ごし方

特別養護老人ホーム オアシス寿安
介護士 山田 真司

新型コロナウイルス感染拡大に伴う緊急事態宣言が解除された後も不要・不急の外出を控える「stay home」で自宅にいる時間が増えました。

私は学生時代にはサッカー、社会人になってからはフットサル、草野球、ダーツなどたくさんのスポーツに取り組んできました。現在はサッカーに関わらずスポーツ観戦が趣味となり、休みを利用しては球場やスタジアムに足を運んでいます。

が、今回はスポーツ業界もほとんど自粛で試合はおろか練習もできていない様子でした。そこで「DAZN」や「NBA.Rakuten」などのネット配信サービスを活用して観戦する機会が多くなりました。

どのスポーツもほとんど試合が行われていませんが、過去の名勝負・名シーンのプレイバック、



選手達の「stay home」の過ごし方やトレーニング方法を観ていると画面越しに選手達の熱さが伝わってきて、自分も早く体を動か



したくなってきました。

今後は「新しい生活様式」を実践していかなければならないので、今までのように気軽にスタジアムや球場に足を運べるかどうか分かりませんが、自宅でのスポーツ観戦を楽しみつつ友人達と体を動かせる日を待ちたいと思います。

教えて!

あなたの○○

特別養護老人ホーム オアシス寿安
介護士 榎 空人

好きなスポーツ「サッカー」



私はサッカーが大好きです。2人の兄がやっていたから、という単純な理由で小学1年の頃に始めたサッカーは、自分にとって当たり前の存在となり、高校3年まで約12年間続けることになりました。監督にすごく怒られたり、試合で負けて泣いたり、大会で優勝したり、振り返るといろんなシーンが蘇ってきます。

私にとってサッカーをしていた時間は宝物です。そんなサッカーを12年間も続けさせてくれた親に心から感謝の気持ちでいっぱいです。

成人式を迎えた時、過去のチームメイトとプレーしました。現役の時とは違い、全く体が付いてこずバテバテになりましたが、とても楽しくて、これからの人生においてもサッカーが自分の支えになると感じました。本当にこのスポーツに出会えて良かったです。

教えて!

オアシスに入職してよかったこと

私はオアシスに入職して、たくさんの先輩や上司に出会えたことが最大の喜びです。去年の4月に入職し、右も左もわからなかった私に対して息子や弟のように接してくれた(以前の配属先の)デイケアのスタッフが大好きです。この1年で介護についての知識を多く得ることができました。それもデイケアのみんなの支えがあったからだと思います。このような職場で働くことができて良かったです。

新型コロナウイルス感染症という 逆境を乗り越えて



理事長 本下 真一

新型コロナウイルス感染症は、まさに未曾有の事象であり、時間の経過とともに、このパンデミックの重大さが明らかになってきました。いまなお、世界では感染者が増え続けています。一方、日本では都市封鎖をすることなく、強制力のない自粛要請で感染拡大を抑え込むことができました。これはまさに、日本人が備える規律正しさや清潔さといった特性の賜物だと思います。

しかしながら、有効なワクチンや治療薬が実用化していない現状では、残念ながら感染が終息したとは言えず、まだまだ油断はできません。政府は新しい生活様式を示しました。手洗いやうがいの励行はもちろん、マスク姿が当たり前になり、「3密」を避けるべく、買い物は通販で済ませ、仕事はもちろん、飲み会までもがオンラインで行われます。昨今のデジタル革命で起きていたコミュニケーションの変化がさらに加速されました。このような急速な環境変化の中で、今まさに私たちは、自然

淘汰という篩に掛けられています。変化というのは必然であり、いつの時代も変化に適応できる者だけが生き残ります。篩から落とされないよう、新常态にしっかりと適応しなければなりません。

そして、悲観してばかりでは何も始まりません。目に見える諸相はすべて心の投影であり、解釈力で景色が変わります。人生で起こることは必然であり、すべてに深い意味があります。新型コロナウイルス感染症という逆境に直面したことに、必ず意味があるはずですよ。

かつて、アルベール・カミュは著書『ペスト』において、「天災のさなかでも、人間の中には軽蔑すべきものよりも賛美すべきものの方が多くある」と記しています。日本人は、数々の天災を乗り越えて特性を磨いてきました。人間の成長は、努力や苦勞によって逆境を乗り越えるときに得られます。今回もまた、その成長の糧になるはずですよ。

四季折々の花樹に囲まれ、
優しさと上質を備えた新感覚デイケア

デイケア オアシス寿安
— 通所リハビリテーション —



〒547-0012 大阪市平野区長吉六反1丁目5-5 (大阪市立クラフトパーク北側)



ご利用・体験 申込み受付中!!

理念

“安心・健康”を提供します

運営方針

- 1.利用者中心のサービス
- 2.快適な環境の整備
- 3.地域社会への貢献
- 4.職員・組織の向上
- 5.健全な法人経営

熱中症に気をつけましょう

木下内科クリニック ©06-6790-1200

暑い日が続きますが、いかがお過ごしでしょうか。今回はこの時期に注意が必要な熱中症についてお話させていただきます。熱中症は、体温が上がることで体内の水分や塩分のバランスが崩れたり、体温の調節機能が働かなくなったりして、めまい・痙攣・頭痛などのさまざまな症状を起こす病気です。私は数年前の夏、熱中症になりました。最初は軽いめまい・ほてり・頭痛程度でしたが、しばらくするとめまいがひどくなり体温が40℃まで上昇したので病院に行くと、熱中症と診断されました。症状が軽かったこともあり、これ

くらい大丈夫と判断したのがいけなかったのでしょう。それからは自分の体調変化に気を付けるようになり、暑い時にはこまめに水分を摂るようになっています。特に夏場はエアコンによる温度管理や水分・塩分の適切な補給を心がけ、熱中症にならないようご注意ください。(受付/O.A)



昔を思い出して…編み物教室

デイサービス オアシス長瀬 ©06-6726-0107

新型コロナウイルスの影響により世間では何をすることも敏感になっていますが、オアシスの施設・事業所においても、スタッフは当然のこと、利用者様にもマスクの着用や手洗い・うがい・手指消毒をお願いし、感染予防に取り組んでいます。オアシスでは毎月、レクリエーションスタッフ(ボランティアさん)によるイベントを多数実施していますが、緊急事態宣言



下ではほとんどのイベントを自粛したため、スタッフイベントとして、ゴムの端切れを使った編み物を行いました。ちなみにゴムの端切れは、奈良県広陵町商工会様より靴下の製造途中に出るものをいただきました。「ゆび編みブック」を参考に、『カゴ』『ペットボトルカバー』『座布団』『玄関マット』など様々な編み物ができます。「昔よく編み物をしていたから懐かしくて楽しい!」と利用者様にも好評です。(柔道整復師/T.S)



頼れるケアマネを目指して

介護支援センター オアシスながよし ©06-6790-6790

「介護支援センターオアシスながよし」の開設から6年が経過しました。地下鉄谷町線長原駅の西側に位置し、隣接する「ヘルパーステーションオアシスながよし」と連携し、地域社会に貢献すべく日々奮闘しております。3名のケアマネジャーが互いに迅速かつこまめにコミュニケーションを取り、高齢者とそのご家族の問題解決に取り組んでいます。毎年9月に開催される川辺八幡神社秋祭り奉納花火を事務所で鑑賞できるのがささやかな自慢です。今年はコロナ禍により様々なイベントが延期や中止となっていますが、花火は打ちあがるのでしょうか…。日常生活が大きく変化したことで、不安な思いをされている高齢者が大勢いらっしゃいます。そのような不安を和らげることができる「頼れるケアマネ」でありたいと思っております。介護のお悩み・ご相談がありましたら、お気軽にお立ち寄りください!(ケアマネジャー/S.N)



季節はすでに夏ですね

デイサービス オアシスキズ ©06-6723-0288

緊急事態宣言が解除され、Stay Homeされていた利用者様が戻ってこられ、デイルームも賑やかさを取り戻しつつあります。気がつくと送迎車の車窓から見える景色に、夏の花が目立つようになっていました。自粛期間中は、オアシスの売りであるレクリエーションスタッフによるイベントは中断していたこともあり、利用者様の時間の過ごし方が変わりました。脳トレや点つなぎといった頭や指先を使う機能訓練や、クイズやカラオケ、ゲーム等の回数が増えましたが、積極的に参加して楽しむとされている様子にスタッフは救われています。新型コロナウイルスの第2波、第3波に備え、これからも感染対策を怠ることはできませんが、時期や状況に注意しながら、以前のように非日常的なスペシャルイベントを提供してまいりますので、お楽しみに!(介護士/R.M)



晴れた日にお散歩を楽しみました♪

介護老人保健施設 オアシス [入所介護] ©06-6790-1760

少し前の話になりますが、4月初旬に入所者様6名と共に平野南公園まで出かけました。天候も良く絶好のお散歩日和でした。新型コロナウイルス感染防止のため、人の密集を避けた短い時間での外出でしたが、時より吹く風で満開に咲き誇った桜の花びらが舞う光景が幻想的で、「桜がと



ても綺麗なね」「散歩に連れて良かった」と楽しんでおられました。お花見を満喫したあとは施設に戻り、桜を思い出しながら温かいコーヒーを飲んでほっとひと息。来年は新型コロナウイルスを気にせず、もっと大勢でゆっくりと桜を見ることができるようになります!(介護士/N.T)

クイズで脳を活性化!

介護老人保健施設 オアシス [デイケア・ロング] ©06-6790-3300

今年も暑い夏がやってきました。新型コロナウイルスの影響でご利用を中断されていた方々も、デイケア・ロングに戻ってこられました。緊急事態宣言下では、レクリエーションスタッフによるイベントを自粛していたため、スタッフが色々なレクリエーションを考え、ご提供しました。中でも盛り上がるのがクイズです。親しみやすい音楽クイズや少し難しい地名クイズ、漢字の読み方クイズなど、みなさん夢中になって取り組まれます。このようにオアシスのデイケアでは、身体機能だけではなく、脳の働きの活性化を目指したりハビリメニューも多数ご用意しています。これから夏本番となりますが、暑さに負けず、暑さを楽しめるような環境やメニューの提供に取り組んでまいります。(介護士/M.S)



新しいメンバーを紹介します!

介護老人保健施設 オアシス [デイケア・ショート] ©06-6790-3300

新型コロナウイルスの影響に伴うオアシスグループ各部門の人事異動により、デイケア・ショートのスタッフも一部変更しました。これまで以上に明るく、楽しく、心地良い環境をお届けできるようがんばります。誌面をお借りしてスタッフを紹介させていただきます。こんな私たちですが、よろしくお祈りします。
◆勝本康江…長女には7歳の男の子と5歳の女の子がいます。今年の9月には次女が男の子を出産予定です。休みの日は孫と遊んだり、父母のいる実家に行ったりしています。
◆植田恵子…動物が好きなので保護犬・保護猫を買いなあと考えています。卵料理が大好きです。
◆小澤照美…夫婦と娘2人の4人家族でしたが、今年の3月に長女が嫁ぎ、少し寂しくなりました。甘い物が大好きで体重計とにらめっこしながら食べています。
◆伊藤孝二…昨年、長女が産まれました。妻とお義父さん、お義母さんと一緒に楽しく子育てしています。(柔道整復師/Y.N)



お花で溢れる笑顔と元気!

特別養護老人ホーム オアシス寿安 ©06-6769-6200

株式会社になわ花いちば様より「介護・医療現場に花を送ろうプロジェクト」の一環として、1,000本以上のお花をオアシス寿安に寄贈いただきました。バラ、カーネーション、トルコキキョウ、ユリなど色とりどりの大量のお花にスタッフがびっくり&大喜び!さっそく思い思いにお花を生けてダイニングテーブルの上に飾ると、入居者様から笑顔と元気があふれ、フロアの雰囲気が一気に明るくなりました。



新型コロナウイルス感染拡大に伴う面会・外出制限のため入居者様には不自由な生活を我慢していただいておりますが、このような状況があったからこそ、「オンライン面会」や「4階ベランダでのティータイム」などの新たな取り組みが生まれました。時代や環境に合わせて変わっていく入居者様やご家族のニーズを的確に捉え、サービスの内容を常に進化させていくことの大切さを実感しています。(柔道整復師/H.K)

