

### 『忘年会』

12月25日世間はクリスマス、はなえくぼひくみでは待ちに待った忘年会。私にとっては初めての忘年会でした。一つ一つする事、見るものが初めてで、期待で胸いっぱい出勤しました。

今年は1階には皆さんで盛り上がるのが好きな方、2階には静かに食事を楽しみたい方とグループ分けをしました。私は2階を担当する事になりました。2階には食事介助が必要な利用者様が多く、普段はミキサーにかけて食べられる方も、本日はしっかりと見守りをしながら1口サイズよりも更に小さく刻んだお肉、野菜、豆腐を召し上がっていただきました。いつものペースト食とは食感や口の中の満足感が違うのか、楽しそうに食事されているように感じました。

利用者様の食事が終わり、満足されのんびり過ごされる方、満腹で眠たくなる方がちらほら居る中、次はスタッフがすき焼きを頂く番です。朝からお腹が空いている私にとっては待ちに待った瞬間です。お腹が空いている私の前で美味しそうにすき焼きを食べられる利用者様を見て、心ではなくお腹が締め付けられて耐えに耐えた私の口の中に広がる味は、例えるなら、落ち着きがあり日本の家庭のどこか懐かしい思い出の味でした。本日はこの一口の為に頑張ったと言っても過言ではないと確信できる程の美味しさでした。

食事を終え片付けを済まし、スタッフや利用者様が好きな事・話したい事を、心行くまで話したり、お腹を抱えて笑ったりと、ものの数十分なのですが幸せな時を過ごしました。私はここに居る「家族」の為に、これからも手に届く笑顔を守っていこう、そう思った12月25日でした。

はなえくぼひくみ 介護職員 I. Y

※はなえくぼひくみでは毎年12月25日は忘年会。すき焼きを食べます。

この日ばかりは休みの職員も出て来て、みんなでにぎやかに楽しみます。現在は新型コロナウイルス感染症対策で、職員は利用者様と別で食事をしています。一日も早く、全員で一緒に食卓を囲める日が来てほしいと願っています。



☆すき焼き用の春菊は畑で収穫 ☆ビールでかんぱ〜い ☆人が集まればかるたです！

### 『職員の紹介です』

はなえくぼに入社して4月で早3年になります。私と同時期に入所された利用者様は、1月に突然健康状態が悪化され入院となり、退所されました。明かりが灯ることのない部屋があるということは、とても寂しい気持ちになります。

去年は、高齢のお二人が天国に行かれ、思い出話が出るたびに利用者様も悲しい思いをされていましたが、新規利用者様お二人を迎え入れることができ、フロアがパ〜と明るくなりました。女性利用者様は入居してすぐここでの生活に慣れ、とても楽しく暮らしておられます。男性利用者様は、入居されてすぐ私の夜勤日に腰痛を訴えられ、何もしてあげられない自分に落ち込み不安になりました。自分がどう感じているのかをスタッフ全員に伝えると、どのスタッフも自分のことのように心配してくれた時に、信頼関係が築けているんだとホッとしました。

介護の仕事をしていく上で、甘んじてはいけない！！と思ってきましたが、必要ときは助けを求めることにより、早期に気持ちを切り替え、自信をもって仕事をしていくことに繋がるのだと思いました。

はなえくぼひくみに行けば、待っていてくださる方たちがいて、やるべき仕事があるということは「幸せ」なことだと感じています。利用者様が安全にコロナワクチンを接種できる日が一日も早くきて欲しいと願っています。

はなえくぼひくみ 2階介護職員 N. H

### 『美味しく食べて気持ち良く出すために』

便秘になると、、、

- ・排便時にいきむことで痔になることがあります。
  - ・いきむと血圧が一時的に急激に上がり、脳出血の危険が高くなります。
  - ・下腹部が張ったり重たくなったりして心身ともに不快です。
  - ・食欲がなくなったり、お腹が痛むこともあります。
- 認知症のせいで便秘の状態を説明できないと、ずっと不快感が続いてしまいます。大きな声やイライラした様子などでしか、便秘の不快感を表現できないかもしれません。便秘ひとつで体も気分も不快感が募り、とても苦しく辛い状況になってしまうことがあります。おいしく食べて 気持ちよく出すこと。あたりまえのようですが、とても難しく、いつも試行錯誤です。

☆はなえくぼひくみで行っている「便秘予防体操」詳細をブログで紹介します。  
<https://ameblo.jp/hanaekubohikumi/>「はなえくぼひくみのブログ」です。  
とても効果があります。ぜひお試しください。

はなえくぼひくみ 管理者 「うんこ大魔王」

次回は、はなえくぼ江南便りです。どうぞお楽しみに！



グループホームはなえくぼ扶桑  
丹羽郡扶桑町大字柏森字辻田398

(0587) 91-0110

グループホームはなえくぼひくみ

犬山市大字五郎丸字郷瀬川17番地1

(0568) 68-8096

グループホームはなえくぼ江南  
江南市小杵町長者毛西132番地

(0587) 52-3808

はなえくぼのホームページ

[www.gh-hanaekubo.com](http://www.gh-hanaekubo.com)

ブログも時々更新しています