おたっしゃかわら版

桜花爛漫 214

なごみ新聞

もくじ

2P…… 中本副施設長から
3P…… ケアハウス
4P…… 訪問看護
5P…… 専門家の知恵
6P…… あいあい通信
7P…… 特養家族会報告
7P…… なごみオレンジ
8～9P…… 特別養護老人ホーム
10～11P…… デイ落合
12～13P…… デイ可部
14～16P…… 亀山
17P…… 居宅介護支援事業所
18～19P…… GH可部
20P…… メゾンクレア
21P…… 訪問ヘルパー
22P…… 4月のお誕生者さま
23P…… 百歳体操のお知らせ
23P…… 家族会会計報告

社会福祉法人 正仁会

2020年04月号

中本副施設長から　～ 新型コロナウイルスに際して ～

「一月往ぬる、二月逃げる、三月去る」とは、お正月を過ぎたら行事が多いので、あっという間に時間が過ぎるさまを表現したことわざであるが、今年は本当に実感した 3 ヶ月であった。お恥ずかしながら、これまで「往ぬる」は広島弁だと勝手に解釈していたが、動詞の「い（往）ぬ」は「過ぎ去った」という意味であった。言葉の意味を正確に理解していないことに気づかされ、当たり前だが、何かしら文章を書く時には、十分な吟味が必要だと改めて認識した次第である。

それはさておき、日本中が、「新型コロナウイルス（COVID-19）」の流行により、社会生活に大きな影響を受けている。例えば、社会的隔離、いわゆる小中高校の一斉休校である。家庭生活は、それぞれが、それぞれの場所で過ごす、仕事をすることで成り立っていることは否めない。また、春は年度の変わり目、そして次なるステップに向けて多くのイベントが開催され、それぞれが置かれた立場で何となく気持ちが高揚する時期である。毎年恒例であったはずの卒業式の規模が縮小され、これから開催予定の入学式すらどうなるのか不安に感じている人は少なくないだろう。当たり前のことが当たり前にできないことはとても残念なことだと思う。

案の定、3 月 11 日、WHO（世界保健機関）のテドロス事務局長は、「新型コロナウイルスはパンデミック（世界流行：ある感染症（特に伝染病）が顕著な感染や死亡被害が著しい事態を想定した世界的な感染の流行のこと）と言える」と述べられた。この 2 週間で中国以外での感染者数は、13 倍に増え、国の数は 3 倍になり、今後、数日、数週間後には感染者数と死者数、そして感染が確認された国の数は、さらに増えると予想された。感染は今後も拡大するとの見通しを示したのだ。

パンデミックと言えば、14 世紀の黒死病（ペスト）16 世紀の天然痘、19～20 世紀のコレラ、1918 年から 19 年のスペイン風邪、1980 年代以降のエイズ、2002 年の SARS である。

今回の WHO 事務局長の見解はパンデミック宣言とは言えない（新型コロナウイルスを含むコロナウイルスについてはパンデミックを宣言する手続きは定められてはいない）ものの、既に、「国際的に懸念される公衆衛生上の緊急事態である」と宣言している。これは WHO は法的拘束力をもって加盟国がエピデミック（特定のコミュニティー内で、特定の一時期感染症が広がること）にどのように対処すべきかについての勧告を発表でき、また財政的、政治的支援を動員できることを可能にしている。

いずれにせよ、日本のみならず、世界的危機を何としても乗り越えなければならない。人類はこれまでの歴史の中で、天変地異・異常気象による災害・飢饉そして疫病に苦しみそしてこれを克服してきた。経験していないことに遭遇しそれを解決することは大変な労力を要する。何事も想定したマニュアル通りに実行できれば問題はないが、多くの場合、その通りにはいかないことも多い。その時に初めて気づかされることもある。批判的精神も大事であるが、今は、英知を結集しこの感染症を終息することに集中するしかない。

米国のジョージタウン大学のローレンス・ゴスティン教授はパンデミック（pandemic）という言葉の中に、パニック（panic）を構成する文字すべてが含まれていると指摘している。私たちは、パニックにならないよう、日常生活の中でできることを実行する。それは、不特定多数の場所を避ける、健康状態に問題がある場合、まずは医療関係者に電話相談する。そして適切な栄養や睡眠、疲労の改善、言うまでもないが、手洗い・うがい・可能な限りのマスクの着用を実行するしかない。夏の東京オリンピックの開催すら懸念されている。可及的速やかにコロナの PCR 検査の供給が増え、ワクチンが開発されることを願う。現在不幸にも罹患された方が早期に回復されることを願いつつ・・・先行き不透明ながらも希望をもって生活したい。

なごみの郷でも面会制限を設けたり、外出を控えたりと、出来る対策を行っているが、今しばらく皆さまのご理解とご協力を切に願うばかりです。

特別養護老人ホーム　なごみの郷　副施設長　　中本　妙

ケアハウス　～脳トレ

皆さん、こんにちは。徐々に寒さも和らぎ、春の陽気を感じられるようになりました。皆様いかがお過ごしでしょうか。連日コロナウイルスの話題が続いており、色々とご心配をおかけしているかと思います。少しでも不安を取り除けるよう、当施設でも職員一丸となり、これからもしっかりと環境を整えていきたいと思います。

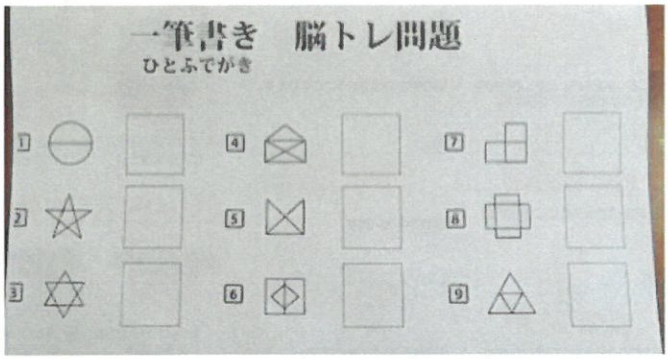
さて、ケアハウスでは、去る 3 月 18 日（水）に“脳トレ”を行いました。

大人は子供とは違って脳の機能は年齢を重ねるとともに衰えます。でも積極的に使うことによって、機能低下を防ぐことはできると言われています。“私も最近物忘れが・・・”なんてことに予防線を張って・・・。皆さまで脳を活性化することになりました。

「今日の行事は脳トレですよ」とお誘いするとすごく硬い表情をされていたのですが、プリントをお配りすると、この真剣な表情です。仲間はずれゲーム・ことわざ・ひらがな並べ替え・足し算・一筆書きなどなど・・・。配ったプリントの 3 分の 1 は持って帰っていただこうと思っていたのですが、配られたものは全部しないと気がすまないと感じられたのでしょう、黙々と全部解かれた方もたくさんいらっしゃいました。

聞いたことはあるけどなかなか出てこないことわざは何回も口に出して頭に叩き込んでいらっしゃるお姿。隣の方に優しくヒントを出しながら、教えてくださっているお姿。そんな姿がとても微笑ましく、嬉しく思いました。最後に出た言葉は「あ～疲れた、脳トレはドキドキ・わくわくしていいもんね、あ～楽しかった。今日はよく寝れるわ～。」と皆さんとてもいい表情をされていました。

下記の一筆書きは私も一回は苦労して解いたのですが、いざ黒板に答えを書こうとしたら、あれ～・・・？　皆さんもぜひやってみてください。



事務　岡 由加

～ 訪問看護 ～　　★ 新型コロナウイルス ★

今、ニュースでは新型コロナウイルスの話題でもちきりとなっていますね。もしも感染してしまったらどうしよう？と不安に思っている方も多いと思います。この記事を書いている現時点（R2.3.9）でわかっていること、そしてできることをお伝えしたいと思います。

★ **コロナウイルスとは？**⇒発熱や上気道症状を引き起こすウイルスで、人に感染するものは6種類あります。そのうち4つのウイルスは、一般の風邪の原因の10～15%、2つが中東呼吸器症候群（MERS）と重症呼吸器症候群（SARS）です。今回の新型コロナウイルスは7種類目のウイルスとなります。

★ **どのように感染する？**⇒現時点では2種類が考えられます。

①飛沫感染

感染者の飛沫（くしゃみ、咳、つば）と一緒にウイルスが放出され、他者がそのウイルスを口や鼻から吸い込んで感染します。

②接触感染

感染者がくしゃみや咳で手を抑えた後、その手で周囲にものに触れるとウイルスがつきます。他者がその物に触れるとウイルスが手に付着し、その手で口や鼻を触って粘膜から感染します。

★ **感染を防ぐためには？**⇒手洗い・アルコール消毒が効果的！（風邪やインフルエンザと同じ）

外出先からの帰宅時
咳やくしゃみをしたあと
料理や食事の前
トイレのあと

★ **いま私たちにできることは？⇒手洗い、咳エチケット、正しいマスクの着用、不要な外出を避けること。**

理想は
３０秒以上かけて！
もしもしカメよ～♪
を
２回歌うと

あたり前のことと思うかもしれませんが、これらのことが大切です！ごはんをしっかり食べ、よく眠ることも免疫力アップにつながります。できることを実践し、安心できる生活を送っていきたいものですね。

なごみの郷訪問看護ステーション　看護師　水野 美由香

専門家の知恵　　★ フェイシャルヨガ ★

フェイシャルヨガとは、ヨガ講師でもあり文化人類学者の高津文美子氏が考案した、顔の表情筋をトレーニング＆ストレッチをする、顔のヨガです。この高津氏にフェイシャルヨガ講師認定制度を勧めたのが私で、まさかマスコミに取り上げられ、全国に指導者が増えるとも思っていませんでした。私自身もフェイシャルヨガ講師の男性第１号として学んだ事を下記に紹介します。

表情筋は、頭蓋骨の上に乗っているような筋肉で、重力、加齢とともに垂れ下がりやすいです。

その上に乗っている皮膚も、残念ながら“たるみやすい”という特徴があります。表情筋は、約 60 個あり、それぞれがとても小さな筋肉です。

その分、実践をすると効果が表れやすく、美顔＆小顔に役立ちます。

1 日 2～3 分、1 週間～2 週間で効果を実感する方が多いようです。

フェイシャルヨガは、「筋肉はいくつになっても鍛えることができる」という筋肉の性質に注目し「ヒステリシス（結合組織が伸ばされて戻る能力）」を利用します。

フェイシャルヨガは、「顔の気になる部分に、意識的に刺激を与えるエクササイズ」です。

【口輪筋を鍛えるフェイシャルヨガ】

例えば、写真にあるように、唇をすぼめ、突き出し、左右に回すことにより、口の周りの筋肉、口輪筋（こうりんきん）を鍛える事により血流も促し、口角のたるみ、しわ等が改善されるとも言われています。これは、調理中や車の運転中でも出来るフェイシャルヨガですので試してみてください。

デイサービス落合　看護師　　中野 勇治

あいあいねっと
「お好み焼シンポジウム2020」に参加しました！

2 月 19 日（水）、お好み焼きアカデミーが主催する「お好み焼シンポジウム 2020」がリーガロイヤルホテルにて開催されました。こども食堂向けのお好み焼の試食や中国放送アナウンサーの横山雄二さんの講演の後に、教育評論家のおぎママこと尾木直樹さん、全国こども食堂支援センター・むすびえ理事長の湯浅誠さん、広島こども食堂支援センター代表・「楽だ食堂」代表の越智誠輝さん、あいあいねっと副代表増井祥子がパネリストとして登壇し、お好み焼店によるこども食堂プロジェクトについて考えました。参加者は、800 人以上と大盛況。お好み焼き店がこども食堂をする上での可能性、得られる効果として、教育の効果や社会性、自尊心を持てるなど、さまざまなことが話題に上りました。フードバンクとしても食品の提供で、食の大切さなどを伝えられる場になればと考えます。これからも、お好み焼き店が広島の人々にとって笑顔のあふれる憩いの場であるようにと願っています。

「ドリーム弁当」で子どもたちに元気を届けています！By FUN さん

新型コロナウイルス感染症が広がる中、3 月より学校が臨時休校になっています。急な臨時休校によって、共働きの世帯は、子ども達だけで過ごさなければならない日もあります。集団感染を避けるため、多くのこども食堂が活動を中止しているそんな中、子どもたちに元気を届けたいと、急遽、お弁当を作り、子ども達に届ける活動をされているところもあります。“あいあいねっと”の食材を活用している団体「FUN」さんも、お弁当を作り子どもたちに届けられています。お弁当の名前は、「ドリーム弁当！」。「できるだけ野菜を食べてほしいので、“こんな料理なら食べてくれるかな？”と考えながら作っています。冷凍食品などは一切使わず、今の時期のものを使った手作りのこだわり弁当です。“あいあいねっと”からもらう食材もしっかり使わせていただいています。魚も食べてほしいので、魚の日も設けています。安全確認も兼ねて、直接、子どもたちの顔を見てお弁当を渡しています。元気な子供たちに会えるのを楽しみに活動しています。」と FUN さん。SNS や口コミで利用者は、1 日約 70 人。配達料込みで、お弁当 350 円、サンドイッチ 250 円です。筆者にも、9 歳と 5 歳の子どもがおり、急な臨時休校に対応するのはとても大変です。FUN さんのような取り組みがあると、とても心強く感じます。“あいあいねっと”は、そのような場所に、積極的に寄贈食品をお分けしています。いざという時、助けになる活動へ支援できること、とてもうれしく思います。私たちだけではできないことも、多くの人とつながっていることでできるようになる。普段からの繋がりが早急な対策・行動へ繋がるのだと改めて感じました。

作り手の気持ちがこもったお弁当！
とてもおいしそうですね♡

あいあいねっと　増井 祥子

～ 特別養護老人ホームなごみの郷　家族会について

3 月 7 日(土)に予定していた「第 64 回　特別養護老人ホーム家族会」は、新型コロナウイルス感染防止対策のため中止とさせていただきました。案内をした後での中止で、大変ご迷惑をお掛けいたしました。少しではありますが、報告事項を記します。

■(12/8～3/16)の期間でのご報告
- 7 名の退所がありました。全て施設内でのご逝去でした。
- 平均年齢が 87.5 歳、平均要介護度は 4.40 です。両方とも 3 か月前と大きく変わりありません。
- 受診に至る事故が 2 件ありました。両方とも転倒による受傷での受診でした。これから暖かくなり活動量が増えてきますので、引き続き事故が最小限となるようケアをしていきます。
- 相談事項・苦情はありませんでした。

次回の特養家族会は、【 6 月 13 日(土) 10:30～11:30 】を予定しております。定例の報告に加え、新人職員や技能実習生の紹介等を考えております。新型コロナウイルスが収束し、日常が戻ることを我々も切に願っております。今後ともどうぞよろしくお願いいたします。

介護支援専門員　廣木 佑介

認知症についてみんなで一緒に向き合ってみませんか？

認知症カフェ・・・『なごみオレンジ』

第 22 回 4 月 10 日（金）13：00～16：00

会　場：グループホームなごみの郷可部 1 階 まめ nan 広場
（広島市安佐北区可部 3-9-21）

認知症の方とその家族、認知症に関心のある方ならどなたでも参加できます。また、介護についての相談も随時行っておりますので、いつでもお気軽にお立ち寄りください。時間内の出入りは自由です。

内　容：クラフト、麻雀、団らんティータイム
情報交換、施設見学等
参加費：無料、申込み不要
準備物：なし
問合せ：082-819-0505
担　当：入船・大藤

第 23 回 5 月 8 日（金）13：00～16：00（毎月第 2 金曜）

特養3階　ひな祭りパーティー！

皆様こんにちは、春風の心地良い季節になりましたが、いかかがお過ごしでしょうか。

3階では去る3月3日（火）にひな祭りパーティーを行いました。その日に備えて3階では2月頃から折り紙で手作りのひな人形制作をはじめていました。皆さま四苦八苦しながら一生懸命作られていました。当日は手作りの人形をフロアに飾り、ピアノの伴奏に合わせて「うれしいひな祭り」を皆様で歌っていただきました。3 階は歌がお好きな方が多いので大きな歌声がフロア内に響き渡っていました！

歌った後は美味しおやつの時間です。当日のおやつはひし羊羹でした。甘酒と一緒に召し上がっていただきました。「甘くて美味しい！」「色が付いとってきれいじゃ！」などと話され、皆さま美味しそうに召し上がられていました。

年に一度のひな祭り・・・。皆さま楽しんでいただけた様子で良かったです。これからも季節を感じられるような楽しい行事をたくさんしましょうね！

特養3階　白石 弘也

特養4階　以西さまのお誕生日！

暖かく過ごしやすい季節となりました。皆様いかがお過ごしでしょうか。

さて、去る3月2日(月)に以西繁子様のお誕生日のお祝いを行いました。

今年に入り以西様とお話しした際、焼き肉を食べに行く計画を立てていましたが、皆様もご存じのとおり、日本だけではなく世界中で新型コロナウイルスが流行しています。そのこともあり、予定していた外出は延期としました。

そこで、何でお祝いしようかと本人様と相談した結果、「私の好きな、目玉焼きとウインナーが食べたい。」とのことで、当日の昼食時に焼いてみんなでお祝いしました。

少し照れながらも、笑顔多く召し上がられました。外出が出来るようになったら焼き肉を食べに行きましょう。これからも楽しい時間を一緒に過ごしましょうね。

特養4階　辻 左知子

特養５階　ひな祭りパーティー！

皆様こんにちは。野山の花も咲きはじめ、春の息吹が感じられる今日この頃ですが、いかがお過ごしでしょうか。

さて５階は３月３日（火）に『ひな祭りパーティー』を開催しました。ひな壇に雛人形を準備して、その近くに、ひなあられに菱餅と甘酒を用意して準備完了です。

皆様、ひな壇の前で、ひなあられと菱餅を食べて「美味しいね。」「菱餅凄い好きだったんよー。」と、笑顔で食べられていました。

そして待ちに待った甘酒の登場で皆様大喜びで乾杯をされました。「久しぶりに飲んだわ。」「甘酒大好きなんよー」と大好評でした。

皆様の喜ぶ顔が見れて、私たち職員も嬉しかったです。来年もまた、一緒に甘酒で乾杯しましょうね。

特養５階
的場　慎司

なごみの郷　令和２年　≪４月≫　行事予定表

日	月	火	水	木	金	土
			1 音楽の時間 陶芸教室 往診（歯科） 往診（内科）	2 華道クラブ	3 ピアノ喫茶	4
5	6 雑草の会 民謡の時間	7 体操の時間 書道クラブ 往診（内科）	8 音楽の時間 往診（歯科）	9 体操の時間 映画上映会	10 売店 往診（内科）	11
12	13 理美容	14 体操の時間 往診（内科）	15 音楽の時間 往診（歯科） 往診（内科）	16 体操の時間 華道クラブ	17 ピアノ喫茶 なごみどり	18
19	20	21 体操の時間 手芸クラブ 往診（内科）	22 音楽の時間 往診（歯科）	23 体操の時間 料理クラブ ハーブヘア	24 売店 往診（内科）	25
26	27	28 体操の時間 往診（内科）	29 昭和の日	30 体操の時間		

デイサービス落合 ～雛祭り会～

皆様こんにちは。春の風が心地よい季節となりましたがいかがお過ごしでしょうか。今年は暖冬で例年より温かい日も多かったように感じます。デイサービスでも利用者様と「雪が降らないね～。」とお話ししていましたが、3月初旬に雪が降るという不思議な気候でしたね。 また、新型コロナウイルスが日本でも感染が拡大しています。デイサービスでも感染予防対策として、お迎え時の体温の確認や手指消毒、事業所内も毎日消毒をして感染予防に努めています。利用者様の健康と笑顔を守るため、引き続きご協力をお願い致します。

さて、そんな中でも皆様に楽しんでいただきたいということで、3月3日、4日の2日間、『ひな祭り会』を行いましたので、その時のご様子をご紹介したいと思います。

まずはひな祭りの由来や思い出話から始まり、気持ちが少しほっこりしたところで、お楽しみのゲームの開始です。今回は、ひな壇にかごを設置し、ひなあられを模した紙の玉を特製の装置で飛ばし入れるというものです。装置はシーソー状になっており、おもちゃのハンマーで叩いて飛ばすのですが、これがやってみると中々難しい！強すぎると場外、弱すぎるとひな壇にかすりもしない…、なかなか思うように飛ばない玉に、皆様一喜一憂しておられ、かごに入れば「お～！！」と大歓声でした。中には、玉が天井を直撃する方、一回戦目には入らなかった方も二回戦目には見事に成功されたり(とても素敵な笑顔でした☆)、一人で200点差をひっくり返すプロ(？)の方がおられたりと、それぞれのドラマが描かれたような内容でした！

そして、ひな祭りのおやつといえば、なごみでは毎年恒例の菱羊羹と抹茶です。菱餅に見立てた羊羹は色どりも美しく、また羊羹の甘みと抹茶の苦みでとても美味しいおやつでした。思わず顔がほころびますね。

今後もこうして皆様と笑ったり、喜んだり、たくさんの思い出を共有したいと思いますので、また健康に気をつけて元気にいらしてくださいね。

デイサービスセンター落合　　川上　菜穂子

デイサービス落合　～ 大好きな寿司バイキング ～

デイサービス落合では、2 月 28、と 29 日の 2 日間、年に一度の寿司バイキングを行いました。お寿司がお腹いっぱい食べられるということもあり、利用者様も毎年楽しみにされています。

バイキングといっても皆さんが取りに行くのではなく、職員が大きな寿司桶を持って各テーブルを回ります。普段は食が細い方もこの日はたくさん召し上がられます。「もうお腹いっぱいだけど、うちはエビが好きじゃけえ 2 つもらおうかな。」等、喜んでくださるとテーブルを回る職員もうれしい気持ちになります。

今年は、いつもの寿司ネタに加え初めて炙りにマヨネーズがかかったお寿司や、趣向を凝らした巻物が登場しました。作っていただいた厨房の方にも感謝です。「あ～、おいしいねぇ。」と食べる人、「もっとちょうだい。」とお皿を出す人、「食べ過ぎた～。」とお腹をさする人など大好評で、残されたのは空っぽの寿司桶でした。来年もお楽しみに。

デイサービスセンター落合
高岡　祐子

デイサービスセンターなごみの郷　落合　4月カレンダー

	日	月	火	水	木	金	土
日付				1	2	3	4
午前	ギター演奏会、民謡、アロマテラピーは お休みさせていただきます			リハビリ体操 頭の体操	リハビリ体操 頭の体操	ピアノ喫茶	リハビリ体操 頭の体操
午後				レクリエーション	レクリエーション	レクリエーション	レクリエーション
備考							
日付	5	6	7	8	9	10	11
午前		リハビリ体操 頭の体操	リハビリ体操 頭の体操	リハビリ体操 頭の体操	リハビリ体操 頭の体操	リハビリ体操 頭の体操	リハビリ体操 頭の体操
午後		レクリエーション	レクリエーション	レクリエーション	映画上映会	レクリエーション	レクリエーション
備考			春のランチ	春のランチ	春のランチ	春のランチ	
日付	12	13	14	15	16	17	18
午前			リハビリ体操 頭の体操	リハビリ体操 頭の体操	リハビリ体操 頭の体操	ピアノ喫茶	リハビリ体操 頭の体操
午後		音楽レク	レクリエーション	レクリエーション	レクリエーション	レクリエーション	レクリエーション
備考							
日付	19	20	21	22	23	24	25
午前		リハビリ体操 頭の体操	リハビリ体操 頭の体操	リハビリ体操 頭の体操	リハビリ体操 頭の体操	リハビリ体操 頭の体操	リハビリ体操 頭の体操
午後		レクリエーション	レクリエーション	レクリエーション	レクリエーション	カラオケ	レクリエーション
備考							
日付	26	27	28	29	30		
午前		リハビリ体操 頭の体操	リハビリ体操 頭の体操	リハビリ体操 頭の体操	リハビリ体操 頭の体操		
午後		レクリエーション	レクリエーション	レクリエーション	レクリエーション		
備考							

デイサービス可部　～　ひな祭り会　～

デイサービスセンター可部では、3 月 1 日からの三日間、「ひな祭り会」を開催しました。

桃の節句の風情を感じていただこうと利用者様に着物に袖を通していただき、「おひな様」と「おだいり様」になりきって記念撮影を行いました。皆様、「恥ずかしいわ」「照れるね」などと言われながらも、おすまし顔をされたり、ニコッと微笑まれたり、とても素敵に撮影できました。

そして、スペシャルゲストの登場です。あでやかな着物に身を包み、とても色白のおひな様が、顔のひげがとても凛々しいおだいり様に手をひかれて仲睦まじく登場しました。突然現れたゲストに驚かれながらも「誰じゃろね？」「まあ、おもしろいねー」などと声が上がり拍手で出迎えてくださいました。

それではいよいよゲームの始まりです。おひな様チーム、おだいり様チームに分かれ、並べられているカードの上におじゃみを投げ、神経衰弱のように、おひな様とおだいり様のカップルになるように当てていくゲームを行いました。見事カップルのカードを当てた時は「やったー！」「よっしゃ！」と喜び合い、残念ながらはずれてしまった時は、「あーあ、違ったあ」と落胆の声も上がり一喜一憂しながら大盛り上がりのゲームとなりました。ゲームの後は、おひな様とおだいり様と記念撮影も行い、笑いあり、涙ありのひなまつり会となりました。

これからもたくさん皆様と一緒に笑い合える催しを企画していきたいと思います。楽しみにしていてくださいね。

デイサービスセンター可部
河原　真弓

デイサービス可部　～ ひな祭り クラフト ～

3 月 3 日（火）はひな祭りでした。昔から伝わるひな祭りは、女の子の健やかな成長を祈る年中行事のひとつです。雛人形に桜や橋、桃の花などの木々の飾り、雛あられや菱餅等を供え、白酒やちらし寿司等の飲食を楽しむ節句祭りとも言われています。

デイサービスセンターなごみの郷可部では、ひな祭り会の行事に合わせて雛人形の飾り作りを折り紙にて作成しました。皆様「昔は、どこの家にも七段飾りが置いてあったよねー」と昔話に花を咲かせながら、一緒に作成していきました。お内裏様、お雛様の顔を思い思いに書いていただき、完成した作品と一緒に記念撮影をしました。皆様の素敵な笑顔を見ることができ楽しい時間を過ごすことができました。

今回のクラフト作りを通して、今一度利用者様の想いに寄り添う大切さを感じた機会となりました。これからも皆様、お元気にデイサービスをご利用してくださいね。

デイサービスセンター可部　和崎 純子

なごみの郷　可部　4月カレンダー

	日	月	火	水	木	金	土
日付				1	2	3	4
午前				頭身体体操	頭身体体操	頭身体体操	頭身体体操
午後				レクリエーション	レクリエーション	レクリエーション	レクリエーション
日付	5	6	7	8	9	10	11
午前	頭身体体操	頭身体体操	頭身体体操	頭身体体操	頭身体体操	頭身体体操	頭身体体操
午後	レクリエーション	レクリエーション	レクリエーション	レクリエーション	レクリエーション	レクリエーション	レクリエーション
日付	12	13	14	15	16	17	18
午前	頭身体体操	頭身体体操	頭身体体操	頭身体体操	頭身体体操	頭身体体操	頭身体体操
午後	レクリエーション	レクリエーション	レクリエーション	レクリエーション	レクリエーション	レクリエーション	レクリエーション
日付	19	20	21	22	23	24	25
午前	頭身体体操	頭身体体操	頭身体体操	頭身体体操	頭身体体操	頭身体体操	頭身体体操
午後	レクリエーション	レクリエーション	レクリエーション	レクリエーション	レクリエーション	レクリエーション	レクリエーション
日付	26	27	28	29	30		
午前	頭身体体操	頭身体体操	頭身体体操	頭身体体操	頭身体体操		
午後	レクリエーション	レクリエーション	レクリエーション	レクリエーション	レクリエーション		

グループホーム亀山　～ 樫の木様の慶福訪問 ～

2月18日（火）に「樫の木」さまがオカリナの演奏で慶福訪問に来てくださいました。「靴が鳴る」や「四季の歌」、「みかんの花咲く丘」など全12曲を演奏され、その途中では2曲を同時に演奏して、それぞれの曲名を当てるクイズもしてくださり、利用者様は「何の曲じゃろ？？」と、真剣に耳を傾けておられました。
答えが発表されると「あ～どっかで聞いたことがあると思いよったんよ。」と会場は大盛り上がりでした。

そして、お茶碗に穴をあけて作った「茶カリナ」で「ずいずいずっころばし」を演奏され、お茶碗から出ているとは思えないほどのきれいな音色を聞かせていただきました。利用者様も口ずさんだり、首を振ったりしてリズムをとられておりました。

短い時間でしたが入居者様だけでなく、私たち職員にとっても癒しの時間となりました。樫の木の皆様、楽しい時間をありがとうございました。またのお越しを楽しみにしています。

グループホーム亀山　寺本 朋未

グループホーム亀山　～ おやつ作り ～

春の日差しが心地良く、所々に梅の花が咲いておりますが、いつもなら散歩に・・・となりますが、外には出られず・・・。

グループホーム亀山ではおやつパーティーを開催しました！！
生クリーム・ジャム・チョコクリーム・バナナを用意して、生地にはココア入りとプレーンの2種類にしました。
職員が作っていると「なになに？いい匂い・・・」と皆さんニコニコ顔で集まり、「おいしい！！！」「何枚でも食べられるよ♡」「全然おなかいっぱいにならない！」とホットプレートを囲み、大笑いしながら、楽しいおやつの時間を過ごしました。

次は、何をしましょうか・・・・・「お好み焼きにしよう！」と、利用さまの提案で決まりました。

また、楽しい時間をたくさん作りましょうね。

グループホーム亀山　大野 恵美

～ グループホームのひな祭り ～

3月2日(月)に一日早いひな祭り会を催しました。

「明日は3月3日ですが何の日ですか？」と職員の問いかけに「さあ何の日かね？」、「お正月は過ぎたし、うーん？」考え込んでおられました。「女の子の節句ですよ。」とヒントを出しましたが、それでも皆さん考えこんでおられました。

職員が“あかりをつけましょ、ぼんぼりに～”と歌い始めると、「あー！ひな祭り！」とやっと答えがでました。「娘時代はとうの昔に過ぎたけー忘れとったよ。」と昔の娘さんたちは大笑いされていました。

「私ええひな人形を持っとったんよ。飾るのも大変じゃった。」と甘酒とひなあられを召しあがりながらひな祭りの思い出話をしておられました。雛人形を施したタペストリーを背に写真撮影も行い、最後はひな祭りのうたを皆で合唱しました。歌詞を見なくてもみなさんよく覚えてられました。娘時代を思い出されたのでしょうか、皆さんとても素敵な笑顔でした。

新型コロナウイルスのあおりを受けて、外出も面会も控えていただいている日々を過ごしておられます。少しでも明るい気持ちになって楽しんでいただけたらという願いもこめてお祝いをさせていただきました。

グループホーム亀山　江口 麻由美

デイサービス亀山　～ デイのひなまつり会 ～

皆様こんにちは。令和２年に入りあっという間に３月になり、デイサービス亀山では３月のイベント『ひなまつり会』を開催しました。

先ずは、手作りおやつの「三色白玉ぜんざい」作りからです。エプロンを付けていただいた利用者の方々にお手伝いをしていただき、ひし餅をイメージした赤色、緑色、白色の白玉だんごを丸めて一色ずつ３回に分けて職員と一緒に茹で、お椀に分けていただきました。鍋に粒あんとお湯を入れてしっかり混ぜといたところにひとつまみのお塩を入れ、味を調えたぜんざいの汁をかけて「三色白玉ぜんざい」の出来上がり。

たくさんお手伝いをしていただき出来上がった「三色白玉ぜんざい」を“美味しい　美味しい”と皆様キラキラした笑顔で召し上がられました。

手作りおやつの後は、職員と一緒におひな様作り、折り紙で作った女びな様と男びな様に髪・目・口を書いていき　扇子や冠などの小物を貼っていきました。それぞれ個性あふれるステキなおひな様が出来ました。最後に出来上がったおひな様を持って笑顔の写真撮影。

あっという間のひなまつり会は、笑顔いっぱいの楽しい時間となりました。

これからも手作りおやつと楽しんでいただけるイベントを考えていこうと思います。

デイサービスセンター亀山　　立川　徳美

なごみの郷　亀山　4月カレンダー

	日	月	火	水	木	金	土
日付				1	2	3	4
午前				体操	体操	体操	体操
午後				レクリエーション	レクリエーション	レクリエーション	レクリエーション
日付	5	6	7	8	9	10	11
午前	体操	体操	体操	2F全体往診	体操	体操	体操
午後	レクリエーション	レクリエーション	レクリエーション		レクリエーション	レクリエーション	レクリエーション
日付	12	13	14	15	16	17	18
午前	体操	体操	体操	体操	体操	体操	体操
午後	レクリエーション	レクリエーション	歯科往診	レクリエーション	レクリエーション	レクリエーション	レクリエーション
日付	19	20	21	22	23	24	25
午前	体操	体操	体操	3F全体往診	体操	体操	体操
午後	レクリエーション	レクリエーション	レクリエーション		レクリエーション	レクリエーション	レクリエーション
日付	26	27	28	29	30		
午前	体操	体操	体操	体操	体操		
午後	レクリエーション	レクリエーション	歯科往診	レクリエーション	レクリエーション		

居宅コーナー　～ 終活って？ ～

みなさまこんにちは。今回は「終活」についてお伝えしたいと思います。

既にご承知の方も多いかと思いますが、「**終活**」とは人生の終わりのための活動のことを指します。

死と向き合い、人生の最期を迎えるための様々な準備のことを言います。とはいえ、死生観は人それぞれ考えがあり、年代、立場によっても受け入れ方も異なります。

さて、「**終活**」をお伝えする時に、特に代表的なものでは葬儀や供養などネガティブなイメージを連想するものがあります。しかし、「**終活**」を理解し進めていくことでそれらをポジティブに捉えことができると言われます。

そこでまず、「**終活**」の重要性について考えてみます。人生の最期はみな等しく平等にやってきます。その誰もが訪れる最期の準備について、歩んできた人生を自分らしく、全うしたいと考えるのは当然です。ただそれが自分一人で叶うのなら苦労はしませんが、高齢となり、そして病気を患えば、ご家族やかかりつけ医のお世話にならざるを得ません。意思がはっきりしていれば治療など希望を伝えることもできますが、それができなければ予め自分の意思を伝えておく必要があります。最近、話題になっている**ACP**（アドバンス・ケア・プランニング）がそれにあたります。具体的には将来起こりうる病状の変化に備えて、医療従事者が本人、家族とともに、医療上の希望、生命維持治療に対する意向、医療に関する代理意思決定者の選定などを行うプロセスです。詳細に決めておくことは難しいと思いますが、およその意向（治療に対する考え方、施設入所の意思など）は決めておくことができると思います。決めておくことで、例え自分の意思が表出できなくなったとしても、書面に書き留めておけば、また誰かに伝えておくだけでもその意思は尊重されます。

また、その他、お金に関することも重要で、遺産相続のトラブルも回避することができます。金銭が関わる遺産相続では、「誰がどれだけ受け取れるか」が明確になっていないと、大きなトラブルに発展するおそれがあります。生きているうちに、遺言書を残すことはもちろん、相続する相手とも話し合いを進めておくことが重要です。

上記は「**終活**」の一部の紹介になりますが、自分自身が何を大事にしていきたいのか、それを考えるきっかけにもなり、生活が前向きになり、充実することに繋がると思います。死を人生のゴールとするなら、先行きが曖昧なゴールとするよりも、ある程度自身で把握できているほうが、残りの時間を有効に活用できると思います。

では、この「**終活**」は「いつ始めるのが良いのか？」ということですが、目安として「仕事を引退したら」とも言われますが、思い立てばいつでも良いと思います。早い人では 20 代、30 代で考えている人もいると聞きます。内容は何度もやり直すことができます。その時の環境や状況で変化することも当然あります。前向きな人生のためにぜひ「**終活**」に取り組んでみてはいかがでしょうか。

なごみの郷居宅介護支援事業所　石川 真之介

グループホーム可部　～ オカリナ演奏会 ～

皆様こんにちは。

グループホームなごみの郷可部では、2 月 19 日（水）に上市町内会の民生員様のご紹介で「オカリナ」の演奏に 12 名の方々が慶福訪問に来てくださしました。

まだグループ名は命名されていなくて、最近結成されたばかりだそうですが、とても上手で全 11 曲披露してくださいました。その中には馴染みのある曲が多く、皆様、演奏中はオカリナのきれいな音色に引き込まれるように耳を傾けられたり、演奏に合わせて歌われたりと、とても素敵な演奏会となりました。

中でも「アロハ・オエ」という曲では、曲の途中よりフラダンスのように手の振り付けをされている方もいらっしゃいました。

楽しい時間はあっという間に過ぎ、帰られる際には「また来てね。」「よかったよ。」と声をかけられていました。

またオカリナの素敵な音色を届けに来てください。皆様ありがとうございました。

グループホーム可部　落合 貴子

～ グループホーム運営推進会議 ～

2 月 20 日（木）にグループホーム可部で運営推進会議を開催し、3 名の運営委員の方に出席していただました。施設からは三澤副施設長と私が参加です。

まず、グループホームの利用状況や活動・生活の様子等、写真を見てもらいながら報告を行いました。その後、皆様と意見交換を行い、深川町内会長からは、町内会の行事やイベントの予定を教えていただきました。

いただいた予定を吟味して、今後も積極的に地域のイベント、行事に参加し、地域に根差したグループホームを目指してまいります。

運営推進委員の皆様、地域の皆様、これからもよろしくお願いいたします。

グループホーム可部　大藤 毅虎

グループホーム可部　～ 若狭サトミ様　96歳のお誕生日 ～

皆様こんにちは。グループホーム可部では2月18日(火)に若狭サトミ様のお誕生日会を行いました。

96歳を迎えられたという事は…今回で8回目の年女です。

実は、お誕生日企画には他にも外食企画として「お寿司」や「ケーキ」などを食べに行く計画を立てていましたが、コロナウイルスの影響で外出を控えることになり、施設内でのお誕生日会となりました。

当日は職員からささやかながら手作りのチョコレートパフェを作ってお出しし、「ハッピーバースデー」の歌を歌いお祝いをしました。他利用者様より「何歳になったの？」「昭和生まれ？」「干支は何？」などの質問が数多くあり、職員が若狭様の年齢などをお伝えすると

「若く見えるわね。」と、皆様ビックリされておられました。

チョコレートパフェを食べられ「とってもおいしかったよ。ありがとうね」と笑顔で言ってくださいました。

来年こそは外出で美味しいものを一緒に食べに行きましょうね。

そのためにも、若狭様、いつまでもお元気で、そして楽しいお話をこれからも聞かせてくださいね。職員一同、心からお祝い申し上げます。お誕生日おめでとうございます。

グループホーム可部
香川　裕美

グループホームなごみの郷　可部　4月カレンダー

	日	月	火	水	木	金	土
日付				1	2	3	4
午前				体操	体操	体操	体操
午後				レクリエーション	レクリエーション	レクリエーション	レクリエーション
日付	5	6	7	8	9	10	11
午前	体操	体操	体操	体操	体操	体操	体操
午後	買い物外出	いきいき百歳体操	レクリエーション	レクリエーション	レクリエーション	2F全体往診	レクリエーション
日付	12	13	14	15	16	17	18
午前	体操	体操	体操	体操	運営推進会議	体操	体操
午後	買い物外出	いきいき百歳体操	レクリエーション	レクリエーション	レクリエーション	レクリエーション	レクリエーション
日付	19	20	21	22	23	24	25
午前	体操	体操	体操	体操	体操	1F全体往診	体操
午後	買い物外出	いきいき百歳体操	レクリエーション	レクリエーション	レクリエーション	レクリエーション	レクリエーション
日付	26	27	28	29	30		
午前	体操	体操	体操	体操	体操		
午後	買い物外出	いきいき百歳体操	レクリエーション	レクリエーション	レクリエーション		

メゾンクレア　★ 開設から３年･･･ ★

新型コロナウイルスの影響で、『メゾンクレアなごみ』でも３月末まで面会をお断りする対応をとらせていただきました。4 月に入りそれもようやく終息に向かっているようですね（？）。入居者・ご家族の方には好意的にご理解いただき、協力してくださってありがとうございました。

当施設は【にのみやグループ】3 番目の「医療介護支援住宅」として平成 29 年 4 月に開設され、早いもので３年が経ちます。私は開設以来、管理者として勤務させていただいていますが、無事３周年を迎えることができたのもひとえにご利用者・ご家族の方、地域の皆様のおかげだと思っております。ありがとうございます。

3 年間を振り返ってみるといろいろなことがありました。私個人としては、この間に 2 人の孫が生まれおじいさんになりました。体調の変化も著しく、今まで飲んでいた高血圧・高脂血症の薬に加え、痛風の薬が常用薬に加わりました。前職の安佐市民病院で同い年だった元同僚達はみんな定年退職となり第二の人生を歩み始めています。一昨年、まったく実感のないまま還暦という齢を迎えましたが、改めて人生が大きく変化する曲がり角にいるのだなと感じています。

さて『メゾンクレア』ですがこの 3 年間で、現在入居中の方も含め 97 人の方に入居していただいております。施設の認知度も上がってきているようで、多くの医療機関、またケアマネジャー等を通して介護施設や在宅から照会をいただくようになっており、最近では満床に近い稼働率となっています。入居者様の中には開設初年から今年で 4 年目を迎えて元気で過ごしておられる方が 6 人いらっしゃいます。介護を受けながら永く生活する場として暮らしやすい環境の提供に今後も努めていきたいと思っています。その一方、当施設は医療ニーズの高い方を受け入れることを方針として掲げています。多くの場合それは終末期ということになるのですが、その結果 3 年間で 63 人の方を看取ることとなりました。地域での高齢化が進み、病院は平均在院日数短縮が求められるなか、この方針に合致した需要はさらに増加していくと思われます。今後は医療ニーズが高い方の受け入れに今まで以上にシフトしていきたいと考えています。

3 年前、医療介護支援住宅として 3 住宅でスタートしました。1 年余前に「バリエメゾンにじ」がなくなり、「ラシュールメゾンやすらぎ」は今年 4 月から一部ベッドを看護小規模多機能型居宅介護に改編して再スタートを切ります。今後「メゾンクレア」も社会保険制度の変化等、荒波に揉まれることが容易に予測されます。現在看護師 6 名、ヘルパー17 名が勤務していますが、より安定的に質の高いケアが提供できるよう努力してまいりますので今後ともよろしくお願いします。

メゾンクレアなごみ管理者　山本 浩一

メゾンクレアなごみ 4つのポイント

敷金・礼金
- 敷金・礼金 0円
- 一時金も不要です。

設備
- お身体の状態に合わせた入浴装置を完備。
  - 機械浴槽
  - 個人浴槽

食事
- 体調に合わせたお食事をご用意。

医療・看護・介護
医療・看護・介護、専門の協力機関がチームとなって提供する24時間365日の安心サポート体制。

料金

1人部屋：128,000円　2人部屋：88,000円
家賃・管理費・食費込み　1ヶ月/30日
別途、介護保険・医療保険の利用者負担額が必要です

アクセス

諸木バス停から徒歩３分
団地入口バス停から徒歩５分
〒739-1731 広島市安佐北区落合５丁目24-8

～ 訪問ヘルパー ～　　★ 新年度に向けて ★

皆様こんにちは。なごみの郷訪問介護事業所（ヘルパーステーション）です。

2020 年、新年号のおたっしゃかわら版にはオリンピックイヤーの記事を記載し、日本中がオリンピック開催に向けて盛り上がりを期待しているこの時期に、まさかコロナウイルスが現在の全ての話題になるなど、予想もしていなかったことが起きています。介護現場においてもマスクや消毒液の不足をはじめ、関連の影響は多大です。

人々の生活が一変し、今までに起きたことのない状況や、今後どのような影響があるのか、不安は増すばかりですが、一刻も早い終息を願うばかりです。

さて、この時期に掲載する話題を考えてみました。4 月の新年度を迎えるにあたってのことになりますが、やはり私たちにとって介護職の人員不足が大きな問題となっています。特に訪問介護（ヘルパー）は、介護保険制度開始から 20 年が経ち、その時代にヘルパーの資格を取得した人たちが現役を引退し、一方で新たにヘルパーの仕事に従事する人たちは大幅に減少しています。高齢者や障がい者の方達の在宅生活を支える担い手がいなくなったら、サービスを待っている方々はどうなっていくのでしょうか。

確かにヘルパーは、利用者様宅に伺いケアを提供させていただきますので、基本的には一人で食事をつくり、掃除、入浴介助や排泄介助も行わなければなりません。また、訪問先まで車で移動しなければなりません。雨の日も雪の日も、暑い夏の日も・・・。一日が終わるころには精根尽き果てるのもよくわかります。

では、ヘルパーの仕事の魅力はいったい何でしょうか？

私は介護保険がスタートした時にヘルパー資格を取得し、今でも現役で訪問を行っています。色々な方のお宅へ伺い、数え切れないほどの利用者様と出会い、沢山の経験をさせていただきました。また、終末期ケアにも関わらせていただき、多くの方々とのお別れも経験しました。

ヘルパーを必要とする方に、できる限りのケア提供をさせていただくことは、仕事冥利に尽きると思います。今でも初回訪問時は緊張しますし、受け入れていただけるまでは不安も多々あります。でも、人が人に関わり言葉を交わしていく中で、だんだんに気持ちが通じていきます。喜びも悲しみも家族のように一緒に感じていけるようにもなります。だから私はこの仕事が好きです。

2025 年問題（超高齢社会）を目の前にして、『老いることが幸せと感じることができる社会』を実現するために必要な人財が一人でも多くこの仕事に携わっていただけるよう、ヘルパーの専門性の向上と拡充を図る事。また、ヘルパーのやりがいと魅力の発信をする事。そして、介護・医療のさらなる連携強化に向けて、今年度はしっかりと努力していきたいと思います。

なごみの郷訪問介護事業所　管理者　　今田　幸子

4月のお誕生者さま

氏名	生年月日	年齢
佐々木　数人　様	大正13年4月1日	96 歳
湯浅　節子　様	大正13年4月1日	96 歳
鉄崎　久乃　様	大正14年4月14日	95 歳
市江　ヨシ　様	昭和2年4月10日	93 歳
寺西　千鶴子　様	昭和5年4月2日	90 歳
岡本　久枝　様	昭和5年4月7日	90 歳
徳山　崇　様	昭和6年4月5日	89 歳
山本　道子　様	昭和7年4月13日	88 歳
西田　雅子　様	昭和7年4月30日	88 歳
中村　博子　様	昭和7年4月30日	88 歳
大田　三四子　様	昭和9年4月12日	86 歳
松尾　満　様	昭和10年4月22日	85 歳
加川　愛子　様	昭和11年4月1日	84 歳
上川　弘子　様	昭和15年4月12日	80 歳
山縣　勲　様	昭和17年4月1日	78 歳
古田　幸子　様	昭和19年4月22日	76 歳
下石　佳雄　様	昭和19年4月29日	76 歳
一木　徳男　様	昭和22年4月24日	73 歳
井出　セツコ　様	昭和23年4月19日	72 歳
森　晴美　様	昭和24年4月24日	71 歳
水口　照子　様	昭和25年4月9日	70 歳

お誕生日おめでとうございます。

皆さまこれからもますますお元気で！！

いきいき暮らす若返り教室

日　時　：

新型コロナウイルスの影響で、現在のところ再開の予定はまだたっておりません。
再開の折には連絡を差し上げますのでしばらくお待ちください。
それまではご自宅でしっかりと身体を動かしてくださいね！

『広島市高齢者いきいき活動ポイント事業』のポイントがつきます。

内　容　：　いきいき百歳体操

場　所　：　特別養護老人ホームなごみの郷
2階地域交流スペース

《送迎について》
送迎を希望される方は前日までに、
“なごみの郷”までお電話をお願いします。
☎：０８２-８４１-１３３５

主　催：広島市口田地域包括支援センター
ＴＥＬ：082-842-8818

家族会会計報告

令和２年２月度

日付	摘要	収入	支払	差引残高
2月1日	前月より繰越	279,843		279,843
2月21日	ピアノ喫茶		1,196	278,647
2月21日	なごみどり		8,784	269,863
1月31日	なごみどり参加費（24名）	16,500		286,363
合　計		296,343	9,980	286,363

＜いどばたコーナー＞

この弊誌では、皆様の心の呟きをお待ちしております。日々の出来事で感じたこと、伝えたいこと、独り言、短歌、川柳、、、などなど。
また、利用者様、ご家族様からのご要望、ご意見がございましたらどんどんお寄せください。お待ちしております！

あとがきではないけども・・・

4 月、卯月、エイプリル。巷では新型コロナウイルスの報道でごった返し、今年最大のイベントの東京オリンピックの開催可否にまで懸念は拡がっている。

しかし、感染拡大で最も大きな影響を受けるのが、高齢者介護の現場だ。高齢者には持病を持つ人が殆どで、感染による重症化リスクが非常に高い。オリンピックでの収益が云々とか、世界的なイベントだから等と言っている次元ではなく、こと命に関わってくる問題なのだ。

だから我々の特別養護老人ホームやグループホームなどの入所系施設では、いかに外部からのウイルス侵入を防ぐかがポイントとなる。予断が許されない状況が続く中、情報のアンテナを張り巡らせて、できる限りの手立てを講じていきたい。

ところで先日、人類の遠い昔、人間が姿を現すはるか以前に、地球でビッグファイブと呼ばれる出来事があったという話題を目にした。多くの生物が同時に絶滅したというのである。4 億 4 千万年前から計 5 回もあり、その名が付いたそうだ。毎回、凄まじい数の生き物が死に絶え、次の時期までにまた新たな種が次々と生まれてきた。
絶滅の原因には諸説あるが、火山の噴火や超新星爆発による二酸化炭素とそれらによる急激な温暖化、極端な気候の変化やいん石の衝突などがあり、解明されるには至っていない。原因がどうであれ、大量絶滅の結果は同じなのである。因みに現在は最後の 5 回目の大量絶滅から 6,600 万年が経過している。

弊誌前号でも話題にしたが、現在すすんでいる地球温暖化は現代人の経済活動が原因とされ、そのスピード、規模とも私たちには経験のないものとなっている。変化は年々目に見え、肌で感じられるようになっている。つい先だっては、高温や乾燥を主因としたオーストラリアの森林火災は刻々と広がり、溶けた氷河で上昇した海面は南太平洋で島々をじわじわと包囲している。

それら現代の温暖化を原因とする異変は、6 度目の大量絶滅の始まりであるという学者もいる。意外と今、“大量絶滅が起きている”とみる生物学者は多いらしい。人類が引き起こしている生物圏の破壊によって、これから 100 年の間に、地球上の半分の種が絶滅するのではないかと予想している人もいるくらいだ。(お一怖)。
こうした見解が正しいのかどうかを確かめる術はないが、人類とは、地球にとって罪深き存在なのかもしれない。

さて、そんな怖いビッグファイブの話題に触れることで自分自身の興味が広がったのでネットでさらに調べてみた。すると全く別な意味合いのビッグファイブがヒットした。それは個人の性格に関する学説で、人の個性は五つの因子によって分類されるとして開放性、誠実性、外向性、協調性、神経症的傾向の強弱によって、人の性格や振る舞いに違いが出る、と出ていた。なるほどなるほど・・・。面白そうなの、こんどじっくりと深入りして、自己分析でもしてみようかと感じた。

まぁそんなことはさて置き、皆さま、動物園のビッグファイブというと、何だろう(？)。見ると嬉しくなる大型動物のバッファロー、ゾウ、ライオン、ヒョウ、サイだそうだ。では、ディズニーランドのビッグファイブと言えば・・・。ミッキー、ミニー、ドナルドダック、ブルート、グーフィー。

もういっちょ。芸人では、明石家さんま、ビートたけし、タモリ、笑福亭鶴瓶、志村けん・・・。分かるような分らんような・・・。
未曾有の感染危機の現代にとっては、そんなんどーでもエエけども、安心、安全、平和、安定、協調、これこそがビッグファイブであり、6 度目の大量絶滅なんて考えたくもない・・・。ビール、ワイン、日本酒、ブランデー、焼酎、こちらの 5 品でもオーケー・・・。

楽しい話題に飢えてきた・・・。ですよね、皆さま！

合掌
矢矧 秀樹　拝

STAFF　発行所 ／ なごみの郷 おたっしゃかわら版編集部

〒739-1732 広島市安佐北区落合南町196－1
Tel 082－841－1331　　Fax 082－841－1336
URL http://www.nagominosato.jp　　Email nagomi@nagominosato.jp
★ 発行人 ／ 矢矧 秀樹

（当紙面は、個人情報保護法に基づき、掲載させていただいている個人の名前・写真などは、全てご本人様又はご家族様に了承をいただいております。）

元気で明るく家族と共に自立支援
～ イキイキとした生活作りをお手伝いいたします～
令和２年スローガン
心に寄り添う その先に 幸せ溢れる なごみの郷