

あうんだより

デイサービスセンターあうん広報 / 令和7年6月

相談員 杉澤 琴美

草木が茂りそこかしこに生命力を感じられる季節になりましたね。利用者さんの中には、ご自身ではお認めにならなくても花粉症確定と思われる方がちらほら。目の痒みや鼻のムズムズにめげずに頑張った5月の活動を紹介していきます。

菖蒲の節句！

5月5日は端午の節句。かつては武士の家庭で跡取りである男子の健やかな成長と一族の繁栄を願う伝統行事でしたが、あうんでは利用者さんの無病息災を願って、お風呂に菖蒲の葉を浮かべています。

北海道にしてみると5月5日はまだ雪解けから間もない春の始まり。菖蒲もまだまだ芽を出したばかりというところで、利用者さんにとって菖蒲湯は馴染みが深いわけではないようです。

市内のお店を探し回って菖蒲の葉を二束購入しました。利用者さんに見ていただくと「でっかいネギ！」と言われたりします。香りが強いといわれる菖蒲ですが、実際にお風呂に入れて嗅いでみても、???…よくわからないのが実情です。それでも伝統行事という後ろ盾と菖蒲自体の珍しさがありがたさを増してくれます。葉の香りを感じたり輪っかにして頭に巻いたりして楽しんでいただきました。

季節の変わり目で体調を崩しやすいこの季節、菖蒲の力で元気に過ごしていただきたいですね。

そして昼食はお節句らしく中華ちまき風おにぎりをメインにご用意しました。炊き込みご飯とも一味違う珍しい味覚を楽しんでいただけたと思います。

スタッフの家庭で息子さんの健康を守るお役目を果たしてきた五月人形が、あうんでの第二の人生をスタートさせました！これからはあうん利用者さんの末永い活躍を願ってくれます。



桜ドライブ！

名寄にもようやく桜前線が到着。今か今かと待ちかねていた私たちは桜ドライブに出かけました！名寄川河川敷を通り、名寄公園へ向かい、道中の個人宅のお庭の桜も愛でながら、最後は浅江島公園へ。車を降りて少し歩き、間近で桜を眺めました。桜は咲いて散るまでがあっという間で、5月は寒かったり雨が降ったりが多い時期。暖かい日差しの中を利用者さんと一緒に歩けたのは当たり前のことではないと感じます。今年も無事に桜を見れました。行けて良かったですね！！



あうん農園、始動！

今年も畑の季節が始まりましたね！！去年に続いて手作り味噌を仕込むための大豆、ある利用者さんの活力を生み出してくれたゴーヤ、それから日々の食卓を彩ってくれる使い勝手の良い野菜をいくつか選んだ結果、種類は少なくシンプルな畑の配置になりました。

利用者さんに作業に参加していただきやすいよう、通路は防草シートで覆って歩きやすく。あうんホールの窓から見てわかりやすい配置を心がけています。

あうん農園の目標は、利用者さんに野菜作りを五感で楽しんでいただくことです。

畑に出て一緒に作業する、窓から見て生長を眺める、収穫した野菜を手取る、採れたてを味わう…小さな一つ一つを積み上げて、皆で共有できることを目指します。毎年この畑で予想もしないドラマが生まれてきました。今年は何が起ころうでしょうか！？



冬の始まりの頃から口数が減り、食事水分も拒否がちになり、お声掛けしてもぼんやりとしている利用者さんがいました。その方が最近、暖かくなるにつれて元気になってきました。お食事を召し上がるようになり、水分摂取も若干増え、スタッフからの声掛けに反応いただけるように。いつも一定でありたいと頑張りがながらも、自身のバイオリズムに左右されてしまう私たち。冬は低燃費に、春には活動的になることを見ると、人間も自然の一部なのだと感じられます。

先日その方と畑の苗を植えたところ、絶え間なくずっとお喋りが続き、冬の間のご様子とは同一人物とは思えないほどの意欲的な姿を見せてくれました。野菜づくりは先々に楽しみが生まれ、経験を生かせる作業は自信をもたらしてくれます。何も原因がなくても元気がない日も食欲が湧かない日もありますが、私たちスタッフとの関わりやあうんの日々の活動が、利用者さんたちの活力になってくれることを願います。