

# 日々ぼちぼちと



発行：〒714-1202 岡山県小田郡矢掛町小林27番地  
(株)かむら堂 小規模多機能ホームぼちぼち  
TEL：0866-82-2277 FAX：0866-82-2279

2014.3.1発行  
第19号

このニュースレターは、(株)かむら堂 小規模多機能ホームぼちぼち とご縁のある方に贈ります。

わたしのぼちぼち

さて、いよいよ小学校入学といきたい所ですが、もう小学生？というお声を多々頂き、はて、幼少期には何があったんだらう？と覚えておりました所、やっぱり記憶が無い・・・。

ひよっとして、引きこもりの子だったんだらうか？と真剣に考えてしまいました(笑)。

実家は新庄村でお店をしておりまして、何でも置いてある今で言う「コンビニエンスストア」みたいなものでした。生活は質素でしたが、子供心に店内の商品を見て、「食べる物はいくらでもある」と思っていました。そして、私はどちらかと言えば、いいやちゃん、ばあちゃんに育てられたらしく、「あんたは母乳じゃなく店の三ツ矢サイダーで育ったんじゃないか？」と。そんな頃からサイダー飲ませとったんかいな！と今では笑い話ですが、その影響かどうか、今でも牛乳が飲めず、炭酸(ビール)が大好きなんです(ねえ)。なもので、保育園の入園時には歯がほとんど無かったみたいで、親が真剣に総入れ歯を考えたとか・・・。

次号に続く。  
(桐岡光明)



スタミナのつな

行って来ました。エリック・クラプトンの大阪城ホールでのコンサート。70歳でツアーは引退といわれているので、今回が最後かもという事で、行きかけたコンサート。しかし、3日前に一緒に行く予定にしていた知人から急遽キャンセルの電話が。仕方なく、まったく興味のない妻に頼んで一緒に行ってもらった。車で行ったのですが、サービスイリアクションに立ち寄り食べ物を買ったり店内を回ったりと余裕をこいていたら、大阪に入って渋滞にはまり、やっと思いで会場に。(汗) コンサートが始まる数分前にやっと着席できた。一息ついたところで、クラプトンとおなじみのツアーメンバーが登場。ヘキーボードは、いつものクリス・ステイトンにもう一人、私は知らなかったポール・キャラック。今回はギターがクラプトンだけとシンカルな構成。「テル・ザ・トウルズ」に始まり「いじのレイラ」「クロスロード」「ティアーズ・イン・ヘブン」などおなじみの曲を熱演。ブルース色満載のギターテクニクはやはり最高。そして、最後はコカイン。会場のみならず「コカイン」と叫ぶ。アンコールは、ポール・キャラックのボーカルだったが、クラプトンに負けないくらいの歌唱力で圧倒された。終了後、しばらく頭の中を音楽が駆け回っていた。(村上)

## ぼちぼちニュース

3月1日(土)、ひな祭りにはちよつと早いのだが、その日のスタッフとの会話で、「ひな祭りも近いし寿司でも食べたいなあ」「そうじゃなあ」と話しているうちに、急遽昼食をお寿司にすることに。日頃あまり食が進まない方も「パクパク進む進む」の皆、お腹いっぱいで大満足でした。その日居なかったスタッフとご利用者には内緒で！ いや、冗談ですよ。その方たちは、またの機会に。(村上)



## 今月の予定

今月の予定です。どなたでも自由にご参加・見学いただけますので、お気軽にお越し下さい。何もイベントが等がなくてもお越し頂いて結構です。おいしいコーヒーをお出しします！

3月3日、4日 ひな祭り  
3月28日 運営推進会議



# 認知症

## ワンポイントアドバイス

八、恥じず、隠さず、ネットワークを広げよう。

恥じず、隠さず認知症の人の実態をオープンにすれば、どこかで理解者を協力者が手をあげてくれるはず。公的な相談機関や私的なつながり、地域社会、インターネットなどのさまざまな情報を上手に使い、介護家族の思いを訴えていきましよう。

九、自分も大切に、介護以外の時間を持つよう。

自分も大切に介護者にも自分の生活や生甲斐があるはず、「介護で自分の人生を犠牲にされた」と思わないように自分自身の時間を大切にしてください。

介護者の気持ちの安定は、認知症の人にも伝わるのです。

十、往年のその人らしい日々を。

認知症になってても、その人の人生が否定されるわけではありません。やがて来る人生の幕引きも考えながら、その人らしい生活を続けられるよう、家族で話し合いましよう。

出典元・・・公益社団法人認知症の人と家族の会



# ぼちぼち奮闘記

## 山あり谷あり笑いあり

前号で、「ちいどにあれも持つてかえるかあ」という所で終わったのだが、ちいどにがくせ者だった。棟梁が指さす方向には、なんと、天然のツツジがあるではないか。しかも急斜面！赤土を入手しニコニコの棟梁の気持ちを下げる訳にはいかないと自分の心に喝を入れ、スコップを片手に急斜面を登って行ったのである。

どうにかたどり着き、掘り掘りしている、下の方から親方気分の棟梁が「おめえ、根は広お取れよお」と・・・。

心の中で「こんな根がはつるのにとどねえすりゃあえんなら」とつぶやきながら、やっと採取。どうにか車に積み込み、ぼちぼちへの帰りの車の中でも「この松はなあ」と、「ええ桐の木があらあ」と話していたが、棟梁の表情は今までに見たことが無いくらい晴れやかで満悦だった。

ほどなくして、ぼちぼちへ着き、スタッフも出迎えてくれた。ここで棟梁の一言が「とったどお！ん？この光景、テレビで見たことあるぞー」と思ったが・・・（次号へ続く。）

## 食ペロケ シーズン2

今回のお店は、石亭松の茶屋。以前に1回来たことがあり、その時は確か「梅」コースを頼んだようなので、今回は「竹」コースを注文。食前の豆乳に始まり、前菜3種、お造り、牛しゃぶ、豆腐のつくね・・・etc、しめの水車米のご飯、味噌汁、デザートまで、豆腐会席コースを堪能しました。落ち着いた雰囲気の中、琴の音色と庭園の景色がマッチして、日常の喧噪から離れたあつという間の1時間でした。たまには、こういう所でゆったり食事するのもいいですね。（村上）



## 編集後記

今年は「ぼちぼち」のことも会社での取り組みなどを色々情報発信していこうと思っているのですが、その一つとして、会社のフェイスブックページを作成しました。講演会や勉強会、イベントなどをどんどん発信していきたいと思っております。ホームページと併せて宜しくお願いします。（村上）