

地域の中で生き生きと暮らす



特定医療法人社団研精会  
介護老人保健施設

デンマークイン新宿

## 介護科：太陽フロア

### 【当施設最高齢のご入居様を紹介】

私が担当するフロアには、当施設で最高齢となる大正12年生まれの今年102歳を迎えられるご入居様がいらっしゃいます。ご高齢ながらも、日々を穏やかに楽しみ、職員や他の入居者様との温かい交流を大切にされ、その姿勢は私たちに癒しと活力を与えてくださっています。

現在は車椅子を使用し生活されていますが、身の回りのことはほとんどご自身でこなされ、非常に自立した生活を送られています。意思表示もはっきりとされ、ご自身の意見をしっかりとっています。耳が少し遠いため、ホワイトボードを活用しながら周囲と意思疎通を図られています。ご高齢ですが、施設のスケジュールに合わせ、時間になるときちんと身支度を整えて姿を見せる姿が印象的です。

午前中は、体操レクリエーションに参加され、職員の動きを見ながら真剣に取り組む姿が見られます。午後は手作業や昔懐かしい歌を歌われたり、カルタの読み手にも挑戦されたりもします。その中でも塗り絵の技術は群を抜いています。周囲の利用者様からも「素晴らしい」と称賛されるほどの腕前で、細部まで丁寧に塗り分けられた作品は、鮮やかな色彩センスが沢山の人を魅了しています。自由時間には自室でゆったりと過ごされ、大好きな「ナンプレ」に取り組まれたりしています。

適度な諦めをもちながらも『生きる』ということに真摯に向き合い、丁寧な生活が垣間みられます。その姿からは、これまでの人生を大切に生きてこられたことが伝わり、私たち職員も多くを学ばせていただいています。笑顔がとても優しくその温かな人柄と自立した姿勢は、フロア全体に明るい雰囲気をもたらしています。

これからも、その穏やかな日々を一緒に見守り、さらに充実した生活を送っていただけるようサポートしていきたいと思えます。



れん  
連くん

デンマークイン新宿  
ホームページ



研精会ch  
YouTube



研精会グループ  
Facebook



けい  
繋ちゃん

## 【施設内、フロアでのレクリエーションの紹介】

私が勤務するフロアでは、午前中にボールや棒を使用した体操のレクリエーションを行っています。利用者様に合わせた無理のない運動で日々の活動量を増やし日常動作の保持や増加、身体機能の衰え防止に繋げています。その他にレクリエーションの種類として「しりとり」「ボードゲーム」「かるた」「塗り絵」「早口言葉」などがあります。

また、午後は自由参加レクとなっていて、居室で体を休める方もいる中で「歌を歌うのが好きなのよ」と言われ、歌レクリエーションに参加される方が多いです。

音楽は気分を高め、みんなで楽しい時間を共有することができます。季節に合った曲選びも重要で歌詞カード見なくても自然に口ずさみ歌われています。利用者様に季節感や時候を感じてもらえる様に歌にまつわる思い出や若い時の記憶を職員や利用者様達と話し合ったりしコミュニケーションを図ります。

懐かしい歌を歌うと、その時の思い出もよみがえり会話も弾みます。同じ時代を生きた人と苦しみや喜びを会話を持つ事でお互いへの関心を深め、歌を歌う事でさらに盛り上がります。

記憶力や判断力の低下により時間や場所を意識しづらくなっている認知症の人も「今」「ここ」を感じられ「自分が今、どこにいて、何をしているのか」を把握することで利用者様の不安が薄まり、安心して過ごせるようになります。

認知症で失われがちな利用者様の存在意識を取り戻して頂けるよう、また、施設を「居心地のいい場所」「こころのよりどころ」と感じてもらえるよう利用者様に寄り添ったケアを心がけ支援していきます。

### Access



### 電車

牛込柳町駅 都営大江戸線 西口 約徒歩 1分

### バス

牛込柳町駅前  
約徒歩 3分

飯 62 小滝橋車庫前 ↔ 都営飯田橋駅前  
橋 63 小滝橋車庫前 ↔ 新橋駅  
白 61 練馬車庫前・練馬駅 ↔ 新宿駅西口

若松町  
約徒歩 4分

宿 74 新宿駅西口 ↔ 東京女子医大前  
早 81 早大正門 ↔ 渋谷駅東口 (循環)

※ 駐車場はございません。公共交通機関または最寄りのコインパーキングをご利用ください。