

3月8日、第6回オレンジカフェを開きました。地域支えあいセンターのご協力もあり、14名の方がご参加くださいました。今回のテーマはほのぼの薬局薬剤師曹明浩さんによる「くすりの話～眠剤の効果的な使い方」と田口俊子さん指導の「楽しい盆踊り」でした。

曹さんは、専門的な内容をざっくばらんな語り口でユーモアを交えて話してくださいました。「8時間眠らなくていい、5時間でいいよ」「早い時間に床についてもダメよ」「眠剤には3つのタイプがあるよ。主治医と相談して自分に合ったものを選ぼう」など。

次に田口さんの指導で「炭坑節」「東京音頭」「維新トコトン音頭」「ドンパン節」「令和大月音頭」最後にみんながよく知る「ぶんだら節」の6曲を休憩を取りながら踊りました。決して激しい動きではないのに終わるとみなさん「疲れた～」と。盆踊りも結構な運動量だと知りました。でも「楽しかった」とも言ってくれました。今夜は心地よく眠りにつけることでしょう。



質問も活発に出ました



法被を用意していただき、気分が盛り上がりました。

次回は4月12日(水) テーマは「くすりの話」「お花を植えよう」

### 「暮らしのわがまま」

わかばの入居者様でご自分で1階まで降りてこられる方は、ホールの文鳥と遊んだり、外に出て日向ぼっこをしたりして過ごされています。わかばの1階ホールは大きなガラス張りになっていて外の景色が良く見えます。Aさんはホールで過ごすのが日課です。ある日のこと、Aさんが「おー」と言いながら車いすをガラス窓に向かって足でこぎ、とろけるような笑顔で一生懸命手を振っているのです。「誰に?」と違って見に行くとガラスの向こうには幼稚園の制服を着た幼子が手を振って応えていました。

ユニットのスタッフに聞くと、Aさんは朝と昼過ぎに帰宅途中の園児と仲良しになっていつも手を振り、友情を確かめ合っているとのこと。お母さんも心得ていて子供さんとAさんを見守ってくれています。

ご自分のお孫さんはもうすっかり大人になっていくようですが、かつてはあのような笑顔で可愛がっておられたのでしょうか。普段は気難しい印象の強いAさんの「優しいおじいちゃん」になりきった笑顔に驚き、またうれしい気持ちにもなりました。(亜)



### 編集後記

私事ですが、この度、結婚することになりました。わかばで飼っている文鳥の話をするようになったのがきっかけなので「文鳥婚」と思っています。

わかばの利用者の方にはすてきな夫婦がたくさんおり、微笑ましい光景を何度も見してきました。そんな方のお話をたくさん聞いたらと思っております。僕が誰か分かる方はどうぞ声をかけてください。

叱咤激励をお待ちしています。(の)

