



# 介護体験を

## 聞く会



ホームページ  
<http://www.yanagida-kaigo.co.jp/>

### おやつ作り

旭柳 町田 デイサービス恒例  
のおやつ作りがあり  
の。ご利用者があり  
ます。プログラムの人  
気は「バナナ蒸し  
パン」を作りました。  
材料はともシンプ  
ル！バナナ、ホット  
ケーキミックス、牛  
乳、卵のみです。砂  
糖は入れず甘さ控え  
めで食べやすいおや  
つとなっています。

まずはボールにバナ  
ナを入れます。パン  
潰す作業からスタン  
ト！上手にスプーン  
を使って力を入れた  
がら潰していきます。

次に卵を割りホット  
ケーキミックスと牛  
乳を入れてよく混ぜま  
す。「卵、割るよ！」  
と声かけしながら「順  
調に作業が進み、牛  
乳は少しづつ入れない  
よ。少し混ぜる時は生  
地が入って混ざるよう  
に安定するよう支  
えが安定するよう皆  
さんの手際よく協力  
だ。間に生地が完成  
う。職員はほぼ見守り  
ご利用者がほ見守り  
所をお手伝いし、な  
きる所はご利用者に  
お願ひし、利用者最  
後には生地をミッ  
で入れない作業です。  
にぼささいよ。蒸し  
は入れず、ホット  
器

レートにお湯を張り、  
その中に生地が入っ  
たアルミホイルをそ  
と入れ蓋をすると、  
生地が少しづつ膨ら  
み、甘くおいバナナ  
香りが室内に広がっ  
てきました。蓋を開  
けると「わー！上手  
にできたね！」と笑  
顔がこぼれました。

皆さんと作って食べ  
るおやつは特別で、  
昼食を完食したの  
も関わらずお代わり  
する方もいて「美味  
しいね！甘いものは  
別腹だね！」と仰っ  
ていました。「和気あ  
い、あいたした。霧  
のなかで作るおやつ  
りは楽しく大成功で  
した。来月は何を作  
ろうか考え中です！

旭町 住田

会報第248号  
令和4年9月15日発行  
発行所…(有)明寿会  
住所…川崎区中島1-13-3  
電話044-2333-0061  
\*介護体験を聞く会は休止中



まぜて☆型入れ☆蒸して☆いただきます(^^♪





# 緊張と緩和

8月の創作の中から『洗濯ばさみ』を使った創作（ぐらぐら洗濯ばさみ）の様子を紹介します。割りばし3本を十字に組んだものをペットボトルに立て、片手で洗濯ばさみを1個ずつ（全部で10個）割りばしにつけた後、それを外す。という内容。

管て家事をされていらした、若しくは今もされていらつしやる皆さんにとっては、おなじみの洗濯ばさみですが「出来るかしら？」「力入らないかも」と少々弱気な発言を耳にしたので、「（創作の時間直前に行ったテレビ体操の）親指、人差し指、中指を合わせる体操を思い出してください。準備運動はパッチリ！です。」と（よくわからぬ）励ましの声掛けをしながらのスタート。

らつけ始め、1個つける毎にバランスの見極め。つける位置によっては割りばしが『ぐわーん！』と回転するので「あー！」と声が…。その声の主はやっていいるご本人ではなく周りで見ていいる方々。そうなんです！やっていいる方々の方もですが見ている方々の方が息をすめるのも忘れてしまっているのでは？と心配になるほど固まって見入っていらして。（途中と最後に全員で深呼吸をしました。）そんな中、迷いなく？潔く？ササッとつける強者がいらして。でも途中でペットボトルが豪快に倒れてしまい、ふと張り詰めた空気が和み笑いを誘う一コマ。そして起こして再開されるも、またササッとつけてまた倒れ…。見ている方からは「もつと慎重に。」「ゆっくりつけなきゃ。」「のアドバイスが飛ぶ。しかし、難しいのはつけるより外す方でした。やはりよく見てくださいながら外して行かなければ洗濯ばさみがついた割りばしのバランスが崩れ『ぐわーん！』と

## ボランティアさん大募集中！！

一緒におやつ作りゲーム、お茶飲み、片付けしてくれる方いませんか？  
 問合せ先↓  
 杉山：044-233-0061

真剣な眼差し(\*^^)v

大きく振られ倒れることに。慎重に行っているにも関わらず結構倒れてしまいう方もいらつしやいましたが、都度起こしながら最後の1個を外し終わるまで諦めてしまう方はいらつしやいませんでした。息を吞んで見守って下さっている方々は一人終わる毎に「あー、疲れろ。」と仰りつつも、ふと力が抜けて安堵の表情。皆さんやっける時、見ている時とどちらの時も真剣な面持ちでとてもいい目をされていりました。いつももの創作の時間ではあまり経験のない、いい緊張と緩和のある時間となりました。

三浦 中島



緊張と  
 弛緩