



のこのこたより

平成30年3月 第35号



社会福祉法人晃宝会

特別養護老人ホームあじさい園 宝

住所：奈良市南肘塚町99番1

電話：0742-24-0878 fax：0742-23-0373

法隆寺の釈迦三尊像は、中央に釈迦如来、左に文殊菩薩、右に普賢菩薩が配置され、文殊菩薩は智慧の象徴、普賢菩薩は修行の象徴、お釈迦さまのように悟りを開くためには、智慧と修行のバランスが必要であるという意味がこめられています。文殊菩薩と言えば、「阿部文珠院」「三人よれば文殊の知恵」と学問の神様として信仰されています。智慧は本来、「悟りを開くための方法」「真理を見極める認識力」でしたが、いつのまにか一般的な知恵や知識の象徴となりました。

さて、その文殊菩薩、「供養したいと思うならば、文殊菩薩は、貧窮孤独苦悩の衆生となり現れるであろうから、彼らに施給することは文殊菩薩を供養することになる」といわれます。文殊菩薩をお祀りして、人々を救い教化し、みなしごを養育することを祈願する法会を、その昔文殊会（もんじゅえ）といいました。起源は淳和天皇の頃、奈良の元興寺と大安寺において、飯を包み、菜を加えて施す社会福祉事業として始まりました。やがて国家恒例となり諸国で行われましたが、平安期末期に衰退しました。興福寺では839年より始められ、今もなお4月25日興福寺東金堂にて文殊会が開かれ、かわいらしいお子たちが三条通りを五重の塔までねり歩きます。

又、近鉄奈良駅噴水の行基さんは「文殊菩薩の化身」と呼ばれています。ある時、行基さんが温泉に入っていた病人に「私の体の腫れの膿を吸い出してほしい」と頼まれ、行基さんは言われるとおりにしました。すると病人の身体から金色に輝く仏様が現れ、「あなたの慈悲深さに感動しました。私はこの温泉の行者です。この温泉を民衆に開放し、多くの病人の人を救ってあげて下さい。」と言われたのです。

奈良時代の光明皇后もかしらです。奈良には福祉の原点がいくつもあります。

この地で先人たちの功績に感謝しつつ、私たちも福祉の発展に寄与して参りたいと存じます。



市民合唱団の皆様が来園！
アコーディオンやギターの伴奏で
「かあさんの歌」他全11曲を熱
唱していただきました。

ご利用者様は、手拍子を打たれたり、楽しく歌を唄われました。



講談師「東流斎三鬼」さんが来園！
素晴らしい話芸に魅了されました。

3月行事予定

- 2日：音楽療法 10:30
- 9・14日：極楽坊保育園と交流会 10:30
- 13日：絵画教室 10:30
- 15日：体操教室 10:30
- お誕生日会 15:00
- 19日：のこのこ喫茶 14:00
- 20日：日本民謡の出前 14:00
- 23日：音楽療法 10:30
- 26日：三味線コンサート 14:00
- 27日：ハンドエステ 14:00
- 28日：書道家シンガー友近さん 10:30
- 書道教室 14:00
- 30日：運営推進会議 15:00

「のこのこ喫茶」がオープン！
ご利用者様は、いつもと違ったティー
タイムをお過ごしになりました。



着物の利
用を助
ける手
形のお
作用が
誰に
もあ
る



いつもご協力、ご支援ありがとうございます。のこのこ喫茶、三味線コンサートを開催します。地域の皆様、ご家族どなたさまもお気軽に参加いただけますようお願いいたします。ホームページ(<http://www.ajisaien.or.jp/>) フログも含めて御覧ください。

第11回 お食事の工夫 ～後編～

☆お食事と姿勢の関係

お食事の際には、楽で、おいしく、安全に食べられる姿勢を整えることがとても大切です。

あごを上げた姿勢は、お口からのどに流れ込みやすいため、誤嚥の危険性が高くなります。

また、飲み込む機能が落ちてくると、飲み込んだあとにのどに食べ物が残り、お食事から時間が経って誤嚥してしまう恐れもあります。

☆悪い姿勢と良い姿勢

悪い姿勢

上体がそっくり返っている



背中が丸くなっている



左右どちらかに傾いている



良い姿勢

あごは引き気味

からだとテーブルの間に握りこぶし1つぐらいのすき間

テーブルの高さは腕を乗せて、ひじが90度に曲がるくらい



背は90度

イスの座面の高さはひざが90度に曲がるくらい

足の裏は床(難しい場合はフットレスト)にきちんとつく高さ

☆介助のポイント



1 介助者は横に座り、目線を同じにする。



2 飲み込んだのを確認してから、次の一口を運ぶ。



3 一口量の目安はティースプーン一杯くらい。
※多すぎても少なすぎても食べにくいと感じます。



4 はしやスプーンは下からお口に運ぶ。
※自然にあごを引き、良い姿勢になります。



5 お食事に専念する環境をつくる。テレビを消す、カーテンを引く、静かな空間をつくる、など。

誤嚥しにくい姿勢で召し上がっていただくことで、誤嚥の危険の少ない、より安全なお食事につながります。