

先日、自宅でジブリ映画『もののけ姫』を家族で見ました。私は子どもの頃この分野の映画はあまり好きではなかったのので、地上波で見えるようになったのもごくごく最近です。それに比べて、テレビだ、たまたまはジブリやドラえもん、お笑い... 色々な番組を見て育ってきたようで、『子ども向けやけど、人として大切なことはいっぱい詰まってるのに、見てないなんてもったいない』と、子どもたちにも何やら解説しながら見せています。『もののけ姫』はたくさん登場人物がいるのですか! 一見善に見えても、悪の部分があったり、悪に見えてもその人の立場からは善であったり... 私たちは、日々の不機嫌なことを絶えず自分の尺度で見えています。ただそれって少し危険なことでもあったりするんですね。世の中、いろいろな立場の人がいて、色々な見方がある... そういう気づきができる映画でした。



# アンケートのお返事

## ◎ご家族さまより

せっかくスポーツデイで運動しているのに、家で殆ど動こうとしません。せっかく頑張っているのに... と思います

週1回、2回しか行かないから、家にいる時にも少しは運動したら、と良いのに... と感じていらしゃるご家族さま。私も正直そう思いますよ〜と思うこともあります。ただリネックスするための家でもトレーニングをする。。。これは、うちの社長くらいの高い意識(笑)かなければなかなか続かないのでは...? と思います。3日坊主になるのなら、踵上げ10回を毎日やる。。。たったこれだけ!? と思ってしまうくらいの運動でも365日続けることで知らず知らず身体機能が維持できている様です。見守っている周りの人はやきもきしてしまいますか! 朝起きて、一緒に手足をほぐす、一緒に足踏みを1分する。。。一緒にすることで、体を動かすきっかけにはなるかと思ひます。自分のペースを第一に、週1回でもおろ〜と続けていることが大切だと思ひています。e~o



# 第8回運営推進会議を開催しました!!

1/9(金)に8回目の会議を開催しました。自治会長 安藤様、民生児童委員 青野様、丹原社協 丹下アマネージャー、西条市役所 高齢介護課 越智様、渡部様、利用者さまご家族にご参加いただき、災害時の対応などについて、いろいろと意見交換しました。西条市には地域毎に福祉避難所が設けられていますが、一般市民になかなか周知されていないこともわかりました。1時間の会議でしたので、疑問点を解決するには足りませんでしたか! 参考になる意見もあり、とてもためになる場になりました。参加して下さいました皆さま、本当にありがとうございました。

ご希望があれば家での運動メニュー提案も可能です。ご相談下さい。



あなたの想いを共有し  
想いを一緒に  
形にしていきます

**スポーツテイたんぼら**  
Tel 0898-68-8882  
営業時間 月~金 8:30~17:30





今年は、11月半ばくらいまで日中も暖かく、そのためか木々の紅葉もいつもより遅かったように思います。仕事をしていると1日1日があっという間に過ぎていき、気がつくと1ヶ月が終わっています… スポーツデイたんばらでの季節のお出かけやお買い物などを通して、季節の移り変わりを感じることができているので、利用者さんと一緒に出かけるのを楽しみにしています。お出かけも利用者さんの要望やスタッフの人数、段取り…いろいろなことを考慮して、出かける場所、日程を決めるようにしています。利用者さんも色々のご意見を伝えて下さるので、対応できるところは早めに対策を立てるように

しています。スポーツデイたんばらのことで、お気づきのことがございましたら、ぜひお知らせください。

先日、ある利用者さんから、「だんだん動きが悪くなってきよる。何にもええことがない。このまま生きとってもしょうがないと思うんよ…」とお話されました。『私も病気になって身体が自由にならなかつたら、きっと同じ様に思うだろう』と考えると、すぐにきちんと言葉を返すことができませんでした。もしかしたら、苦しい気持ちを吐き出したかっただけなのかもしれません。「あの時、助けてもらわんかったら、今頃楽になつとるのに…」こんな風な言葉をこれまでたくさん聞いてきました。毎年伸びている平均寿命。その陰で、実際には苦しい思いをしていらっしゃる方もいます。何が正解なのか私にはわかりませんが、利用者さんのお気持ちにできる限り寄り添っていくことは大切にしたいと改めて思いました。

### スポーツデイたんばら ご利用者さん状況について

	利用者様数	利用者様数割合	利用回数	利用回数割合
総合事業	4	3.9%	15	2.3%
支援1	36	35.0%	161	24.6%
支援2	20	19.4%	154	23.5%
介護1	22	21.5%	151	23.1%
介護2	13	12.6%	117	17.9%
介護3	6	5.8%	40	6.1%
介護4	2	1.3%	17	2.6%
介護5	0	0%	0	0%
合計	103	100%	655	100%

(平成30年 10月31日 現在)



曜日	月	火	水	木	金	土
午前	×	×	×	×	×	実施していません
午後	×	×	×	×	×	Body care 教室

○…まだご利用いただけます。

△…若干名ご利用いただけます。

×…ご利用の空きがありません。空きが出次第、ご連絡いたします。

● ご見学等、いつでもお気軽にお問い合わせください。今後ともよろしく願いいたします。



スポーツデイたんばら

西条市丹原町願連寺 196-6  
Tel 0898-68-8882 Fax 0898-68-8883