

ほのぼの苑だより

題字：金子 フサ 様

秋田南中学校の皆さんより誕生者の方々をお祝いしていただきました
ありがとうございました



三月誕生会

三月の誕生会は、三月二十三日に秋田南中学校の演奏会と一緒に開催していただきました。演奏の合間にはハッピーバースデーを演奏していただき、その音楽を聴きながら、誕生者の方の紹介をさせていただきました。三月の誕生者は十九名おり、ほのぼの苑では五人に一人は三月生まれだということが分かりました。

演奏会終了後、玄関ホールにてプレゼントの写真立てを渡し、くず餅をご家族の方々と楽しみました。写真は、誕生者の若い頃の写真であったり、苑で撮影されたものであったりと一人一人、様々な時期に撮影された写真をプレゼントしました。また、バースデーケーキをくず餅にしたのは、和菓子の方が春らしいのではないかと話し合い、くず餅を召し上がっていただきました。

最近、暖かい日が続いていますが、三月の風はまだ少し冷たいようです。体調を崩すことなく、一日一日を楽しみながら過ごしていただけたらと思います。

(菊池 美貴子 記)



デイケア 三月誕生会

今回は、普段やる事の少ないカラオケを企画し、楽しくお祝いしました。

誕生者の紹介を終え、いよいよカラオケ開始。次から次と色々な歌が続きました。聞いている方も歌を口ずさみ、手拍子して一緒に楽しまれていました。途中、曲が途切れてしまった時は、みんなが知っている「北国の春」や「ドンパン節」を一緒に歌ったり、突然職員が歌って盛り上げたりと楽しい時間はあっという間に過ぎてしまいました。

歌を歌った後は、シェフ特製のミニケーキと桜茶で一息つきました。「酒を吞んでよく歌ったなあ」などと、お茶をしながら懐かしい思い出話が口々に出ておりました。

カラオケを通じ、笑顔あり。思い出話で涙あり。今回の誕生会もデイケアでの思い出になった事と思います。今後も思い出に残る楽しい誕生会を企画していきたいと思えます。

(成田 咲子 記)



ほのぼの苑 ちよつとイイ話

「ほのぼの苑 ちよつとイイ話」
は、苑内での感動する話を紹介
するコーナーです。

ちよつとイイ話

～三月の日記・日記より～

三月二日(日)

小春日和を感じさせる、心地良い一日でした。入苑者の方々も「今日は良い天気です。気持ちいいなあ」と話されていました。毎月恒例の体重測定を行おうと準備していたところ、「測る前にトイレに行ってくる。少しでも体重減らしてくる！」と意気込んでいる女性の方もいました。いくつになっても女性は、女性らしくありたいのだと再認識させられました。



三月七日(金)

廊下を往復しているとナースコールが鳴り、訪室すると「部屋の中で一人になってしまったから淋しくてどうにかありませんか。」と話されたので、「大丈夫ですよ、ここにいるので。」と話すと、「良かった、皆、私だけを置いて居なくなつたのかと思つた。」と話され、安心されたのか、また横になって休まりました。日中でも一人の部屋は大きく、淋しく不安になるのだと考えさせられたと同時に安心して見せられた笑顔がとても印象的でした。



三月九日(日)

本日が掲示板を担当させて頂いている入苑者のご家族の方が来苑されました。掲示板を見て、掲示されていた入苑者の方の日頃の様子を書いた紙を持ち、私に「いつもありがとうございます。助かります。」と声をかけて下さいました。今後もどんな掲示板を活用し、入苑者の方の日々の様子をお伝えしていこうと思います。

三月十八日(火)

今日、入苑者の方とお花見の話をしました。その方は大久保の方ですが、花見に行つて一番良かった場所は「千秋公園」と話されていました。元木山や国花苑など近くに良い所もあるのではと思いましたが、家族の皆さんと行つて、とても思い出に残っているそうです。来月桜が咲く頃には外出を企画し、一緒にお花見に行きたいと思えます。

三月二十二日(土)

冬から通所を開始された方が、一日一日と暖かくなる陽気を見て、「冬期間リハビリを頑張つたおかげで体の動きも軽くなり、デイケアに来るのがまた楽しみになってきた。」と仰つておりました。冬の厚着を脱いで、季節を楽しみ、これからも足取り軽く通所して頂きたいと思えます。



三月三十一日(月)

三月は別れの季節と言いますが、とうとう私も今月でほのぼの苑デイケアから旅立つことになってしまいました。帰り際、今日で最後になってしまう通苑者の皆さんに、お別れの挨拶をして回りました。「やつと顔なじみになったのに残念だなあ。」「良くしてくれてありがとうね、向こう(異動先)でも頑張つてね。」など、たくさんの方々から労いの言葉を掛けていただき、本当に嬉しく思いました。

さらに、あるおばあさんとの挨拶はとても心に残る印象深いもので、「あなたとはいろんな楽しい思い出があったから、私は絶対に忘れないよ、だからあなたも私を絶対に忘れないでね。」と声を掛けていただきました。

私は、デイケアの職員として心がけていたことがあります。それは、【通苑されたら今日一日に何か一つでも笑ってもらいたい。】という事です。そんな思いを、楽しかった思い出を持って帰ってもらいたい。【】という事です。そんな思いを、通苑者の方がちゃんと受け止めてくれていた気がして、嬉しくて、嬉しくて思わず手を握り締めてしまいました。次の現場でも頑張ります。
(菅原 仁志 記)

第二十二回 家族会 議事録

第二十二回 家族会は、平成二十年三月二十三日(日)午後二時より、食堂にて『秋田南中学校吹奏楽部による演奏会』の行事と合同で行われました。ほのぼの苑だよりの誌面にて写真を掲載し、行事の雰囲気をお伝えしたいと思います。四月の家族会は、四月七日 午後二時三十分より食堂にて、『レインボー明徳によるヤートセ』の行事と合同で行いました。当日の様子につきましては、次号のほのぼの苑だよりの誌面に写真を掲載致します。五月の家族会は詳細が決まり次第、当苑玄関と掲示板にてお知らせ致します。お忙しい中とは存じますが、是非ご参加下さいませよう、ご協力よろしくお願い申し上げます。



幸福

幸福。それは、人それぞれ違うものであると思う。自分にとって大きな出来事でないことと幸せと感じない人もいるだろうし、小さなことであっても、とても幸せだと感じる人もいる。その人のその時々々の環境や、精神的なものによっても、幸せの感じ方は左右されるのではないだろうか。

幸せを感じるのならば、もちろん不幸を感じることもある。これも幸せと同様に、感じ方は人それぞれだろう。また、自分にとっては不幸なことでも、他人から見れば、それは幸せなのでは？と思えることもあったりすることでも、幸せを不幸と、また、不幸を幸せと変えることができるのではないかと思う。

例えば、占い。テレビのニュース番組でも占いコーナーがあるし、雑誌にも色々な占いが載っている。もちろん、本格的な占いもたくさんある。占いが、私たちの身近にある。これらの占いを、本気ですべて信じている人はそう多くはないと思う。しかし、自分の意思で、または偶然にでも見聞きした占いを記憶の片隅に留めておいて、何か非日常的なことが起こったときに、「そういえば占いで...」と思いついたりする。

例えば道端で転んで、小さなかすり傷を作ったとする。その時に、見聞きした占いが、自分に対して良いことを暗示していたらだから、この程度ですんだのだ、悪いことを暗示していたら「だから、転んで怪我をしたのだ」と思ったことはないだろうか。客観的に見れば、起こったことは同じなのに、まったく違う捉え方になっている。

私は、どちらかというと物事を悪いほうに考えがちで、些細なことで落ち込むことが多い。そんな時は、友人に愚痴をこぼしてしまふこともあった。そんな私に対して、友人が言ったのが前述の占いの話である。こう考えてみたら？と。

私は占いにはあまり興味がないのだが、なるほど、こう考えると、悪いほうにばかり考えて自分は不幸だ、と思っていたことが、結構少なくなる。そして、些細なことでもよかったな、と幸せに思えることが増えた。

すべてのことが考え方だけで変わるわけではないが、考え方一つで変わるものならば、幸せと思えるほうがもちろんいい。それがたとえ小さな幸せであっても、積み重なれば大きな一つと変わりはないと私は思う。

ポツリと言

新年度となり、ホームページのプログラムが変わりました。今までは新人スタッフによる日記でしたが、今回は全職員による日記となっております。内容も変化に富んだものとなっております、読み応え充分。是非ご覧下さい。㊦

発行

医療法人 正和会
介護老人保健施設 ほのぼの苑
〒018-1401
秋田県潟上市昭和久保字街道下 92-1
電話 018-877-7115
FAX 018-877-7481

ホームページ
<http://www.seiwakai-akita-nol.or.jp/>

編集責任者 加藤 稔樹

発行責任者 小林 顕