

ひかり その 晃の園だより



北風の季節が教えてくれること

華やかだったお正月もずいぶん前のことのように感じます。暦の上では立春も過ぎ春となりました。でも外ではまだ冷たい風が吹いていて、服装を軽くするには少し早すぎるようです。たとえ少し先まで春が確実に近づいてきているとしても。

こんな季節には建物の外にでる機会がめっきりと少なくなってしまう。外出はもちろんのこと、たとえばバルコニーや屋上に出てみる事もなければ、少し窓を開けて深呼吸…なんてこともありません。他の季節に比べれば気持ちも行動も、こじんまりしやすい時期です。

でもそんな季節だからこそ、普段のちょっとしたことが大切な気分転換になったりもします。それはお茶の時間だったり、お喋りだったり…。そんな特別でないごく当たり前のひと時が、他の季節より心地よくそして温かく感じるのは冬だからこそ、なのかもしれません。



12月には、園内のあちこちで一年の終わりを楽しむ催しが開催されました。忘年会にクリスマス、呼び名や形式は色々ありますが、皆さんに笑顔で一年を締めくくっていただきたいという職員の想いに違いはありません。



演芸の披露や手の込んだ料理の数々、または年の瀬のしつらえなど…様々な企画をお楽しみいただきました。



計画や準備を頑張った職員たちは、当日の皆さんの笑顔に大きな力をいただきました。『普段と違う』からこそその楽しみとやりがいです。

新しい一年がはじまります



年が明けていよいよ新しい一年の始まりです。新年の挨拶を交わして、食事を楽しむ。テレビも特別番組ばかりです。

でも、やがて普段の日常が戻ります。何でもない毎日の暮らし、特別でない日常です。でもそんな毎日こそが、私たちが一番大切にしたい暮らしのかたちです。



旬の食べ物をより贅沢にいただく

年越しそばを手打ちで楽しみました

そば打ちができる職員さんに協力をしていただいて、年越しそばを贅沢に手打ちで楽しんでもることにしました。



当日はいつもの食堂がお蕎麦屋さんに早変わり。慣れた手つきで蕎麦を打つ職員の姿に、皆さん目が釘付けでした。そうして完成したそばの立派なことと言ったら…。



出来上がったそばを茹で、つゆをこしらえて、さあお蕎麦の完成です。トッピングはお好みで選んでいただきました。

お味はというと…これがまた最高の出来で、美味しくておかわりしたいほどでした。



普段の生活から

私たちの暮らしは、なにげない毎日の積み重ねでできています



1月15日小正月の朝食に小豆粥が出ました。普段はあまり朝食が進まない方も、「大好き」と言って沢山召し上がっていらっしゃいました。満足していただけたかどうかは…この表情を見ればよくわかりますね。



職員が自宅で育てたイチゴの鉢を持って来ました。日に日に赤くなっていくイチゴはとっても美味しそうで、甘いいい匂いがしています。入居者様も「赤くなってきたね」とイチゴの成長を楽しみにされています。



冬至の日に柚子湯に入ると風邪を引かないと古くからの言い伝えがあります。残念ながら冬至には間に合わなかったのですが、職員が柚子を持って来てくれたので、良い香りの柚子湯を楽しんでいただきました。

晃の園ショートステイ通信



今年もよろしくお願いします

お正月ならではの過ごし方



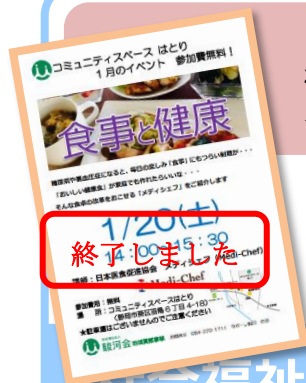
年末や年始のご利用なら、そんな時期の雰囲気大切に過ごした方がいいですね。ごく当たり前の遊びやお話が一番盛り上がります。

いつの間にか熱中してしまうかるた遊びは正月の定番ですね。なつかしの干支の話も、職員の表情豊かな話術で大いに盛り上がりました。



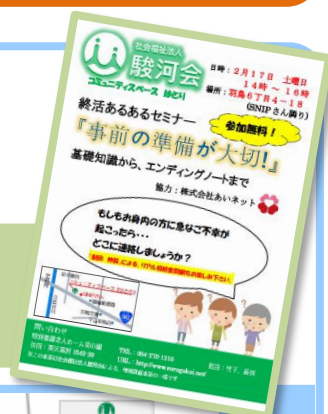
たくさんの引き出しを大切に

職員が、寄付していただいたタオルで雑巾を縫っていると、利用者様が「私も手伝うよ」とおっしゃって下さいました。利用者様は皆人生のベテラン、そして大先輩です。そんな皆さんの身体や心にたくさんある引き出しに、少しでも触れることが出来るように工夫を重ねて、日々の暮らしに寄り添わせていただきます。



1月は「食事と健康」をテーマに開催。糖尿病や高血圧などによる「食事」のつらい制限に改革をおこす「メディスシェフ」を紹介。大きな反響をいただきました。

2月は、終活あるあるセミナーと称して「事前の準備が大切」を開催します。いつかは誰もが向き合う大切な内容として基礎知識からエンディングノートまでを紹介。



社会福祉法人駿河会 地域貢献事業

毎月第3土曜日にコミュニティスペースはとりにて開催中
お問合せ ラポーレ駿河 054-270-1711 (担当：佐野)



社会福祉法人駿河会 特別養護老人ホーム晃の園 平成30年2月発行
〒421-1311 静岡県静岡市葵区富沢 1542-39
電話 054-270-1210 ホームページ : <http://www.surugakai.net/hikari/>