

すこやか

発行者：姉ヶ崎ケアセンター
住所：千葉県市原市稚津2545-1
電話：0436(66)8867
担当者：堀川・上田・津根・今村・岡

お花見に行きました

お花見ドライブ

春の薄日が差す中、ワゴン車二台に分乗し、午前、午後と桜を見にドライブをしました。桜台、有秋台、泉台の公園や貯水池を巡り、



本日は、記憶は適当に無くなつたほうが、いやな思いをずっと引きずっているより良いと思うのですが、年を取ると大切なことを忘れて困ることがあります。覚えておく方法があればと、皆さんも考えてみましょう。そこで、記憶について知られている事をお話いたします。

薄桃色の満開の桜を見ることができました。車窓からの眺めでしたが、利用者の皆様から「きれいな家にもあるよ」「みごとだね」等と景色が変わるたびに感想が聞かれ、大変喜んでいただけました。次回は、出来れば晴天のもと、もっと大勢の利用者の方が参加できるように計画したいと考えています。

健やかな暮らしを

端午の節句

今月は端午の節句にちなんで鯉のぼりの絵と兜を作成しました。利用者の皆様は子どもの頃、周囲を自然に囲まれた環境で過ごされた方も多く、山や川で遊ばれていたようです。時代の流れで緑豊かな環境は減少しつつありますが、



毎日いろいろな出来事があり、脳の海馬という所で、その出来事を処理しています。その一部分だけ

記憶をよくする方法

けが海馬の隣にある扁桃核に記憶として残されます。例えば、お話を聞きます。その



空を泳ぐ鯉のぼりのごとく、元気に楽しく過ごした思い出は残ると思います。最後に皆で、兜をかぶりながら記念写真を撮影しました。昔に健やかな成長を願われた時のように、いつまでも健康でいられるよう思いを込めています。



中で、感心した部分、悲しかったこと事などが記憶に残ります。だから感心しなければ何も残らないのです。鍵をただ、机の上に置いていただけなら、探すのが大変です。鍵はここに置いたら忘れない、と考えて心を動かさないと記憶にはつながりません。

《姉崎病院 院長 岡賢了》

職員のひとり言

「幸せのフクロウ」

介護福祉士 T・R

我が家の裏には毎年決まって節分(旧暦の年末年始)の頃に鳴く動物がいます。それはフクロウです。ホッペを膨らませ「ホホホ ホホ、今年も宜しく、良い年を迎えてね」と私に言っているように聞こえてきます。その鳴き声を聞くと、とても幸せな気持ちになります。

ところがある秋の夕暮れ、突然空を覆い尽くすかのごとくカラスの大群が真つ黒な固まりとなって高さ30メートルほどもあるかと思われる樟の大木の木々に飛来して来ました。呆然として見上げていると枝先から猫の数倍もの大きさの動物(ハクビシン?)が恐ろしく降りてくるのを見ました。次の春からフクロウは鳴かなくなってしまう、夫に「あの猫みたいなのに食われたのかなあ」と話すと、「バカだな、あれがそう易々と食われるわけがない。飛ぶも這うも自由自在、森の忍者と呼ばれているんだぞ。どこかできつと生きてるよ」と言われ、安堵しフクロウが現われるのを待つことにしました。

それから二年が過ぎた春、樟の木から「ホホ今年もよろしくネ」とあの鳴き声を再び聞いたのです。「あつ生きていた。」本当に嬉しかったのを覚えています。今、私はズボンの裾上げをしながらフクロウの鳴き声を聞いています。

笑う森 魚には フク 福 ロウ来たる

皆様も日々笑顔で過ごされてはいかがでしょう。きつと良いことありますよ「ホホホ……」

デイケア ルームより



3月になり急に暖かくなってきたかと思えば4月に入り雪がちらつくほど

の寒さが戻ったりして、春コート？冬コート？毎朝どちらにしようか迷いましたが、デイケア利用者様は毎回上手にコートを使い分けて着こなしていらっしやいます。

4月の作品は「チューリップのたて」です。雨の日が多く、外はどんなに明るく咲き並びましたが、きれいな花にも、「これもまた家に飾っておける♪」と喜んでいただきました。



特集 母の日



五月の第二日曜日は母の日です。そこでこの度、ご入所中のK・Y様のご長女のI・S様にお母様との思い出を書いていただきました。

「母との思い出」

母、K・Yが大決心をして永年住み慣れた和歌山から市原市の住民になって八年になります。私の子どもの達の家にも何度か一緒に驚いていました。お正月には孫、曾孫が集まり「曾ばあちゃんトランプしよう、坊主捲りをしよう」と誘われるま、に真剣な目付きで取り組んでいました。母は父が亡くなって十五年余り、近くに居る孫や甥や姪、ご近所の方々に支えられて生活してきました。



八十三歳の時、一番若い次女を五十歳で亡くし「代わってやりたかった」と毎日泣きました。一人しておくのが心配で私は何度か帰省しました。だんだん元氣を取り戻してきた母は、八人の孫の結婚式にも出席出来て「私は幸福者です」と喜びました。

五月の連休には何度か千葉へ遊びに来て、孫、曾孫達にお誕生会をやって貰い「ハッピーバースデー」を合唱して、早くケーキを食べたそうにしていました。皆で大笑いでした。私の主人がまだ自力で歩行出来ていた頃、音楽をやっている娘の演奏会に三人で出かけ

ました。歌が大好きな母は知っている曲が演奏されると手拍子をとったり拍手したり満足そうでした。今は耳が遠くなり好きな歌も口遊きまなくなつて残念なことです。私がお面会時、童謡を口遊きむと母も一緒に歌います。その日は私も明るく過ごす事が出来ます。姉ヶ崎ケアセンターにお世話になってもう直ぐ一年になります。自宅から十分位で来る事を告げると安心した顔付きになります。

五月七日に百歳を迎えます。「私、百歳？」とびっくりしています。中学生の男の曾孫が「曾ばあちゃん一世紀生きてるんだ！すごい」だって。大学四年生から生後十一ヶ月の十四人の曾孫を持つYさん。私が負けそうですが玄孫の顔を見る迄元氣で頑張れる事を願う今日この頃です。

私が「Yさんの家族は何人？」と聞くと「三人やろ、そんな事位判るよ」だって。主人が入院、手術した事を伝えると「あんたも大変やの、体気をつけて」と母親してくれます。幾つになつても親である事の気持ちには変りが無いんだなあと改めて思いました。

ご家族様の気持ちを再認識し、センターでは、スタッフが家族となつて心のこもつたお手伝いをさせていただこうと改めて思いました。I・S様、ありがとうございます。



編集後記

心地よい風と若葉の緑が目立つ、さわやかな季節となりました。五月五日は端午の節句です。鯉のぼりを立てる風習は中国の故事にちなんでおり、男子の健やかな成長と立身出世を祈願しているとのこと。私事ではありますが、我が家の2歳の息子には暴風こいのぼりと名付けたんです……。(介護主任 H)

5月の予定

14日(木) 誕生会

13時30分〜5階デイルーム

ボランティアグループ「琴の音」による大正琴の演奏があります。

