



# ルストホフ志木だより

～ 愛 と 感 謝 と 奉 仕 ～



## 『 母の記憶 』

グループホーム ブロン  
管理者 M・M

5月11日は母の日です。親不孝な話ですが、私は母の日にプレゼントをしたことがあったかもしれませんが、何を贈ったかはもう記憶がありません。今回、母の日がある5月発行のルストホフ志木だよりがきっかけで、母のことを思い出す時間が作れました。

母は私が高校生の頃に病気で亡くなりました。母は若い頃苦学したようで、働きながら定時制の高校に通っていました。父との結婚も、「ずっと念願だった保育士の資格を取るまでは」と言ったらしく、学校卒業までその結婚も延びてしまったそうです。母の学生時代の成績は不明ですが、子供たちに対する愛情が強く、それが認められたようで都立の保育施設に入職しました。母は、家ではピアノの練習をしたり、夜な夜なミシンを使って、保育園で使う何かを作っていました。私自身に対してもそうでしたが、園児たちにも多くの愛情を注いでいたのだろーと思います。保育士の仕事は亡くなる直前まで続けていました。保育園でお遊戯会の出し物を行っている時に倒れたのです。

そんな母との会話で思い出したことがあります。当時飼っていた犬に対して、「この子は自分の思いを伝えることが出来ないのだから、ちゃんと面倒をみないとだめだよ」というようなことを言っていました。言葉の言えない、思いを伝えられない赤ちゃんや幼児、そして一時期預かっていたうさぎのピコちゃんに対しても同じで、「少しでも相手の思いを感じられるように努めないといけない」というのが母の思いでした。相手の気持ちを考えて関わることの大切さをその時に学んだ気がします。このことは現在の私の仕事の一助になっています。

もう一つ、母の影響として残っているのは、元々母は巨人ファンだったようなのですが、小林繁選手が阪神にトレードされてからは巨人(江川選手)アンチとなり、その影響で私も阪神ファンになってしまったことです。

これらが今回思い出した母の記憶でした。残念ながら母の日の記憶については戻りませんでした。この秋には、三十七回忌の法要を予定しています。

## 【4月のご様子】

3月下旬に開花した桜でしたが、その後低い気温が続いたせいか、4月に入ってから満開を迎えました。よく晴れた暖かい日を選んで、ご利用者の皆様をお花見にお連れさせていただきました。久しぶりの屋外散策に「やっぱり外は気持ちがいいね」、「桜を近くで見られて良かった」などの声が多く聞かれ、皆様大変喜ばれておられました。これからはさらに新緑の美しい季節となりますので、屋外での時間も楽しんでいただけるようにと思っております。

介護職員：T・I 記

### 《 お花見 》



『桜の前で記念撮影です📷』



『満開の桜は最高だね!🌸』



『暖かくて気持ちがいいわ😊』

## 特別養護老人ホームブロン5月の予定

- 菖蒲湯 5日(月)～10日(土)      ■ 母の日 11日(日)      ■ 誕生会 25日(日)
- 理美容 5日(月)・12日(月)・19日(月)

## 厨房だより

### 「アスパラガス」について

今回は、4月下旬から6月にかけて旬を迎える「アスパラガス」についてご紹介します。

アスパラガスに含まれる「アスパラギン酸」(アミノ酸の一種)の「効果」	
疲労回復	カリウムやマグネシウムといったミネラルを細胞内に運び込み、体内でのエネルギー生成を促進します。スポーツドリンクなどにも配合されています。
解毒作用	利尿作用があり、毒性を持つアンモニアを体外に排出してくれます。

アスパラガスの「美味しい食べ方」	
アスパラギン酸はうま味成分でもあります	うま味成分は塩味を引き立たせる効果があり、さっと火を通したアスパラガスに、ちょっと塩を振っただけでも美味しく食べられます。なお、アスパラギン酸は熱に弱いので、加熱し過ぎないことがポイントです。
うま味成分の相乗効果でさらに美味しく	アスパラギン酸を他のうま味成分と組み合わせると、さらに美味しくなります。 <ul style="list-style-type: none"> <li>・アスパラガス &amp; 肉類(イノシン酸)</li> <li>・アスパラガス &amp; しょう油、味噌(グルタミン酸)</li> <li>・アスパラガス &amp; 干し椎茸(グアニル酸)      …… などなど</li> </ul>

美味しいアスパラガスの「特徴」
<ul style="list-style-type: none"> <li>・穂先がしっかりと締まっている</li> <li>・茎がまっすぐに伸び、ハリがある</li> <li>・緑色が鮮やか</li> <li>・切り口がみずみずしい</li> </ul>



いろいろな料理に活用できる万能野菜の「アスパラガス」。旬の今、ぜひたくさん召し上がってみてください。

栄養課：N・K 記

## ケアハウスリヒト

### 【4月のご様子】

皆様が待ち望んでいた桜は、4月に入りようやく満開となり見ごろを迎えました。天気の良い日には外に出て、川沿いを散歩されたり、桜の木をバックに記念撮影をするなど、春のひと時を楽しみながら、皆様口々に「ここは本当に自然豊かなところだね」とおっしゃっていました。

また、20日(日)の誕生日会では、昨年入居された方を皆様でお祝いさせていただきました。その方にとっては今回がリヒトでの初めての誕生日会となり、とてもうれしそうな表情が印象的でした。

相談員：E・W 記

#### 《 お花見 》



『とっても良い眺めだね🌸』



『みんなで一緒に記念撮影😊』

#### 《 誕生日会 》



『おめでとうございます🎂』

### ケアハウスリヒト 5月の予定

- |          |              |       |       |            |        |
|----------|--------------|-------|-------|------------|--------|
| ■ 入居者懇談会 | 9日(金)        | ■ 菖蒲湯 | 5日(月) | ■ 誕生日会・母の日 | 11日(日) |
| ■ 理美容    | 5日(月)・12日(月) |       |       |            |        |

## グループホームブロン

### 【4月のご様子】

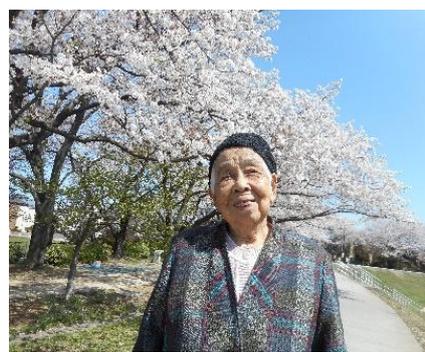
グループホームでは、4月の初めに満開となった桜を楽しむため、お花見会を開催いたしました。爽やかな春の日差しのもと、ご入居者全員が屋外にて桜の花を満喫することができ、職員一同、とても嬉しく感じております。また、館内のフロアからも新河岸川周辺の景色を一望できるため、毎日お花見気分でお食事を召し上がっていただきました。皆様、来年の桜の季節も楽しみにされておられます。

介護職員：T・Y 記

#### 《 お花見会 》



『桜の花、今年も見事に咲いてくれました🌸』



#### 《 手作りおやつ 》



『とっても美味しいわ😊』

### グループホームブロン 5月の予定

- |        |                     |         |              |       |        |
|--------|---------------------|---------|--------------|-------|--------|
| ■ 菖蒲湯  | 5日(月)               | ■ おやつ作り | 5日(月)        | ■ 母の日 | 11日(日) |
| ■ 誕生日会 | 5日(月)・11日(日)・26日(月) | ■ 理美容   | 5日(月)・12日(月) |       |        |

## 【4月のご様子】

毎年この時期の恒例となっているお花見を今年も開催いたしました。今年の桜は開花期間が長く、4月に入ってからもきれいに咲いていたため、これまでのフロア横にある外通路からのお花見に加え、新河岸川の土手まで足を延ばし、広々とした空間の中で爽やかな風を感じながらのお花見も堪能することが出来ました。 介護職員：S・S 記

### 《 お花見 》



『桜と一緒に、はいチーズ 🌸 📷』

## デイサービスブロン5月の予定

■ 菖蒲湯 1日(木)～7日(水) ■ 母の日週間 5日(月)～10日(土)

## 第20回「ブロン祭り」のご案内

今年も昨年に引き続き「ブロン祭り」を開催させていただくこととなりました。地域の皆様との交流がより一層深まることを願ひまして、下記のとおり実施いたします。皆様お誘いあわせの上、ぜひともご来場くださいますよう、ご案内申し上げます。

### 「ブロン祭り」実行委員会

- ★日 時： 5月18日(日) 10:30～13:30 (雨天決行)
- ★場 所：ルストホフ志木 ブロン
- ★内 容：
  - 10:30～ 開会式  
慶應義塾志木高校「ワグネル・ソサィエティー男声合唱団」によるコンサート (人数制限あり)
  - 11:30～ ミニバザー  
各種模擬店
  - 12:00～ 福祉相談会 (受付は12時まで)



### 《 昨年のブロン祭りの様子 》

