

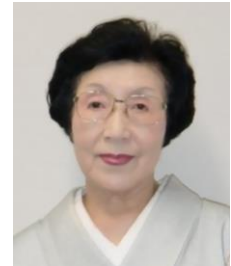


ルストホフ志木だより

～ 愛 と 感 謝 と 奉 仕 ～



『人生100歳時代の生き方を思う ～ジェネレーションギャップを感じる時～』



ケアハウスリヒト
施設長 寺内 弘子

高齢者の皆さんたちからよく「今の若い人たちは」??と耳にすることがあります。話の内容から察してみるとご自身の息子さんや娘さんの世代を指しているようです。因みにお孫さんは「若い人たち」には含まれていないようです。これからの時代人生100歳を考えると高齢者の皆さんはすでに四分之三を生き抜いてきていることに気付かなければならないと思うと「今の若い人たちは」??に続く言葉はとかく嘆かわしい言葉が多く至極残念に思うのであります。

昨年105歳の生涯をひたすら医師としての使命を果たされて他界された聖路加病院名誉院長の日野原重明先生とはあるご縁からランチをご一緒させていただいた思い出があります。また先生の講演会や文献に接することも多く90歳を過ぎてからも尚且つ常に前向きに生きておられる先生からは人生訓ともいうべき多くの事を学び取ることができました。その一つに先生から自然界には四季があるように人間にも春夏秋冬の四季があるということを教わりました。

果たして、自分の春は何歳頃までであったのだろうか?母親のお腹からオギャーとこの世に産声を上げ社会人に成長するまでは両親の愛情の下で育てられました。社会人として働くことを覚え恋にも走り結婚出産育児育てなどの経験を得てわが子の成長を見守りながら多くの方々の支えを受け働ける喜び幸せを体験した時期が夏であります。成長した子供の行く末を案じながらも暦の年齢は容赦なく進むことを止めることができない。社会的には後期高齢者としての認知を受け既に超後期高齢者に入ってきたことを思うと今は中秋の季節いや晩秋なのかもしれない。わが人生のエンドは何歳なのか誰も知る由は解らないがいよいよ冬支度の時期に差し掛かってきているのかもしれない?と思う時もあるのだが??本格的な冬支度は健康管理に努めながらこの世に使命のある限り楽しみながら少しずつ焦らずゆっくり進められれば真冬の厳寒も暖かく迎えることができるのではないだろうか?などとこの頃の自分を愛おしく思う時があります。

かつて国会議員の秘書として働いていた時期がありました。訪日されたマザーテレサ女史のエスコート役を仰せつかりマザーテレサ女史と握手を交わしたとき女史から「ともに世界の平和を祈りましょう」と励まされたお言葉は私の人生の珠玉の宝であるとしみじみ思うこの頃であります。人生100歳を考えると幸いにも私の周りには今が青春時代の真ただ中の人々が大勢います。人生100歳の時代を有意義に生きてほしいと願いながらペンを置く。

感謝合掌

【3月のご様子】

春風の心地よい季節になりましたが、皆様お変わりなくお過ごしでしょうか。特養フロアでは食堂に雛人形を飾り、皆様に桃の節句を楽しんでいただきました。また25日には誕生会を開催しました。誕生者7名全員お元気で楽しくお祝いする事ができました。花冷えの頃は体調を崩しやすいので、一層の目配り、気配り、心配りを心がけて参ります。 介護職員：Y・K 記

＜桃の節句・誕生会＞



『雛人形かわいいね』



『プレゼントの帽子似合っています』



『プレゼントに笑顔』

特別養護老人ホームブロン4月の予定

- | | | |
|--|---|-------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> お花見 1日～7日(日～土) | <input type="checkbox"/> 店屋物 8日(日) | <input type="checkbox"/> 誕生会 22日(日) |
| ＜ボランティアさんによる催し＞ | | |
| <input type="checkbox"/> ウクレレ歌クラブ 4日(水) | <input type="checkbox"/> 朗読 6日(金) | <input type="checkbox"/> 歌謡 17日(火) |
| <input type="checkbox"/> 紙芝居・カラオケ 24日(火) | <input type="checkbox"/> マジックショー 27日(金) | |

厨房だより



旬の食材の大切さについて

ようやく暖かい日が続くようになり、春の訪れを感じますね。春が旬の食材もスーパー等でたくさん見られますが、昔と違い現代では一年中様々な食材が手に入るようになりました。

しかし、大地の恵みである野菜や果物、潮の流れにのってやって来る魚などの素材の美味しさは格別ですね(笑)これは、味に限ったことではなく、例えば冬野菜であるほうれん草に含まれるビタミンCは、夏に収穫した物より冬の方が3倍ほど多く摂れるそうです。旬の食材を食べる事の大切さがよくわかりますね。ふきやタラの芽、筍などの新芽や土の香りがする春の食材は、寒さを乗り越えたエネルギーがあり、栄養価も高く、風味豊かです。寒い冬を過ごした身体を目覚めさせてくれる食材です。 調理師：T・I



今月の旬の食材:グリーンアスパラ

アスパラには、アミノ酸の一種であるアスパラギン酸が含まれています。アスパラギン酸は、新陳代謝を促し、疲労回復やスタミナの増強に効果があるそうです。

また、穂先の部分に含まれているルチンという成分は、血管を丈夫にし、高血圧や動脈硬化予防が期待できます。

ケアハウスリヒト

【3月のご様子】

3月に入り春の訪れを感じられる日が増えてまいりました。桜の咲き始めた3月25日に誕生会を食堂で行い、厨房手作りのイチゴのケーキに舌鼓。その後、皆様と2階ラウンジからお花見を兼ねた散歩に出かけました。桜の花はまだ五分咲きでしたが天気も良く、しゃぼん玉を膨らませたり、桜のそばまで歩きほのかな香りを楽しんだり、1時間程春の散策を楽しんでいただきました。皆様春の日差しの様に優しい笑顔を見せて下さり嬉しく感じました。これからも皆さんと新しい思い出を沢山作っていきたいと思っています。

《誕生会・桜散策》

介護職員：R・S 記



『ケーキ美味しいね』



『桜と一緒に(≧▽≦)』



『桜散策休憩中・・・』

ケアハウスリヒト4月の予定

□ 入居者懇談会 13日(金) □ 4月の茶話会 22日(日)

グループホームブロン

【3月のご様子】

開花宣言のあと、あっという間に満開となった桜。グループホーム棟では目の前に遮るものもなく、新河岸川の川岸を飾る桜を特等席で眺めることができます。3月28日には皆様で屋上へ上がり、お花見を開催させていただきました。天候にも恵まれ、暖かな日差しの中楽しくお花見をすることが出来ました。

介護職員：A・H 記

《昼食作り・お花見》



『いいお天気でした』



『桜を背景に、はいポーズ』



『おやつ作り♪』

グループホームブロン4月の予定

□ おやつ作り 11日(水) □ 夕食作り 18日(水)
＜ボランティアさんによる催し＞
□ ウクレレ歌クラブ 3日(火) □ ウクレレ&ブルースハーブ 4日(水)
□ 朗読 6日(金) □ 大正琴 11日(水) □ 歌謡 13日(金)
□ ウクレレ 16日(月) □ 絵画 17日(火) □ フルーツ 27日(金)

【3月のご様子】

○ デイサービスセンターブロン

寒さが残る中、デイサービスでは2月26日から3月3日までひな祭り週間を行いました。フロアに飾ったひな人形を眺めながら、おやつには厨房の方のアイデアでお雛様と菱餅の形をした和菓子と甘酒をいただきました。今年は桜の開花も早かったので、ご利用者様とデイサービスのデッキから桜を眺めて一足早い春を楽しみました。

介護職員：Y・N 記

《ひなまつり》



『お雛様の前で』



『南京玉簾を披露していただきました』



『桜の前にて』

デイサービス4月の予定

□ 誕生会 16日～21日(月～土)

＜ボランティアさんによる催し＞

□ 交流会（保育園）12日(木)

□ 詩吟 12日(木) 26日(木)

□ 大正琴 19日(木)

□ ウクレレ&ブルースハーブ

23日(月)

□ 太極拳

28日(土)

4月丸フロアの予定

□ フラダンス 7日(土)

□ ギターオカリナ 18日(水)

理髪 5日(木) 13日(金)

18日(水) 23日(月) 28日(土)

日本財団助成事業完了のお知らせ

このたび日本財団から、平成29年度助成金の交付を受けて、下記の事業を完了致しました。ここに事業完了のご報告を申し上げますと共に、日本財団をはじめ、ご協力を賜りました関係者の皆様に謹んで感謝の意を表します。

記

事業名 送迎車の整備
 整備車両 ダイハツ ムーブ 1台
 事業費総額 1,001,730円
 助成金額 780,000円
 施設名称 短期入所生活介護事業所 ブロン
 施設所在地 埼玉県志木市本町2丁目10番50号
 完了年月日 平成30年3月14日



社会福祉法人 **ルストホフ志木**
 理事長 西川 留美加