

春のお彼岸 [3月21日(月)]



彼岸に入り恒例の牡丹餅作りをしました。入居者様に牡丹餅づくりの話をする「へーそんな時期なんだねー」「いいよー、作るよー」と快く話され、お手伝いをしてくださいました。スタッフとご飯も漬し「何個作るの?」「ご飯少ないわーアankoだらけも嫌だし…」と小さめのほた餅を作り、「次はごま…」と素早く作られていました。きな粉に砂糖を入れると砂糖の塊も丁寧に潰し「もう少し塩入れて…」など言いながら味見をしています。周りの方も出来上がりを見て「あー食べたい!」と声もありました。食べる前にはご主人の写真的前に「どーぞ」とお供えして「父さんの好きな牡丹餅、お彼岸だって…」と手を合わせていました。そしておやつに皆さんで食べ「全部美味しいよ!ねえ!」「こんなの初めてだね」と召し上がっていました。

お誕生日おめでとうございます

78歳のお誕生日
お花を飾ると「私みたいに綺麗でしょ!」と喜び、花からのプレゼントに「あらーいっぱい入っている!」「あら!まだ入っている!」と嬉しそうにしていました。「こんな祝ってもらえるなんて思わなくて涙出るわ…」と感動されて涙ぐんでいました。誕生会後も「ここにきて良かった!」と笑顔でした。

88歳のお誕生日
皆さんからバースデイソングを歌われ、誕生日を少しずつ理解されていました。それが分かるにつれて表情が明るくなって行き、プレゼントやケーキが出てきて一言お願いすると「なんて言う?」と少し恥ずかしそうな様子がありました。皆さんから「おめでとう」と何度も言われ、「ありがとう」と言われていました。

ひな祭り [3月3日(木)]



3月3日になると、わずかずつですが積雪も減り、春の足音を感じさせてくれます。入居者様に今日はひな祭りとお話すると「もうそんなになったの!」と驚き「そうかい、ひな祭りねー楽しみだね」と話していました。七段飾りのお雛様を見ていただくと「あー立派!」と言。今回の雛祭りは、おやつを皆さんと一緒に食べながら回らんの時間を楽しんで頂きました。おやつを作っていると、つまみ食いに来られる方もいて「あっ!これ〜」と声を掛けると「へへへ!」と笑っていました。おやつは、ケーキとゼリーの菱餅と雛あられです。そしてケーキは、お内裏様をモチーフにすずかステラや餡子、生クリームを入れてクレープの衣をまわせ、顔にはイチゴを乗せて食べていただきました。「うまく作られているね〜」「すごいわー。味もいいわー」「わーこんなかわいい、いちごー!」「灯りをつけましょーぼんぼりに…だね」と話され、女の子の節句を楽しんでいました。甘酒のお替りを勧められると「もう一杯もらおう、おいしい!」、とても和やかです。お雛様と一緒に写真を撮ると自然とひな祭りの歌も出てきます。ご自身とも比較され「美人過ぎて恥ずかしいわ!」と笑われていました。スタッフが雄雌雛になり写真を撮ると「にあってる」「はすかしいね!」と言いながら大笑いしていました。この日は、和やかな春のひと時を楽しんで頂きました。

Bユニットの皆さんの生活



Bユニットもゆったりとした時間が多くあります。4人くらいでお互いの手をさすり合い「あったかい手だね」「すべすべ…」とニコニコしている姿をよく見かけます。好きなテレビを見たり、たわいもない会話もよくされています。おやつ作りが好きなスタッフもいて一緒に作ったり、軽作業もして過ごしています。皆さん体操も元気よく行い、気分も晴れやかに日々を過ごされております。

施設長コラム

~精神的健康って大事ですね!
健康な人と比較して死亡リスクが高まるものがあるそうです。肥満が1.2倍、過度な飲酒1.4倍、喫煙が1.6倍、そして社会とのつながりが少ない孤立が1.9倍になるそうです。そして孤立を感じている人は、脳卒中になる人の割合が1.3倍、心臓病が1.3倍、認知症が1.5倍に高まるそうです。コロナ禍で人と話すことがめっきり減っている世の中です。また世界の中でも日本人は吐出して孤立している人の割合が高いそうですから、皆さんもご自愛ください。私もストレスがすごいぶん溜まってまいりましたので、感染症対策の徹底を図りながら、人等の密接な接触も避けながら、今年は少し行動半径を広げていけないものかと考えているこの頃です。