花の苑タイムズ

平成２９年 ５月１０日 発行
第３２号

〒370-0002
高崎市日高町433-1
TEL:027-329-7211
社会福祉法人健生会
特別養護老人ホーム
高崎花の苑広報委員会

四月度 交流イベントを再開

ハーモニカ・フラダンス・歌謡ショーなど

インフルエンザ等の拡大防止のため、二月から中断していた地域交流イベントを、四月に入り本格的な春の到来とともに再開しました。

四月度はたかばやし民謡教室、アジサイクラブの舞踊、仲良しクラブのマジックショー、みやまハーモニカクラブの演奏会の他歌声カフェ（佐々木様・岡田様）を開催。

このうちマジックショーは三号館で開催（二面ユニットたよりに掲載）し、それぞれ久々の開催とあって、一段と賑やかな交流イベントでした。

「菜の花祭り」訪問

上毛三山と浅間山が見渡せる眺望抜群の丘として名高い、市内鼻高町展望花の丘を訪ね、開催中の「菜の花祭り」を見物してきました。

会場には、百六十アールの敷地に四十万本の菜の花をはじめ、愛らしいブルーの花が人気のネモフィラと、パンジー、ビオラ、チューリップなどが咲き誇っていました。

今回訪問されたのは、Dユニットの高橋ミドリ様とBユニットの清水正敏様で、特に高橋様は日頃から草花に興味を示され、この日も一面に広がる可憐な花々に感動しておられました。

「菜の花祭り」は五月五日で終了し、秋には再び「コスモス祭り」が開かれます。

「季節の絵手紙」

Eユニットの吉田米子様に毎回届く絵手紙は、季節感が溢れた心のお手紙です。

先日も「今年も忘れず咲いています」との言葉を添えて、うす紫色の都忘れの花を描いた絵手紙が届きました。

そして、ご家族様のご配慮でこの春以降の絵手紙を「春のたより」と題してリビングに飾らせて頂きました。スイートピーや桜、ふきのとうなどの花々が描かれ、心のこもった添え書きとともに、ご覧になった皆さまに少なからず感動を与えています。

この絵手紙は、吉田様のご親戚の方が、施設から距離が遠くなかなか面会が難しいため送ってくださっているものです。

（「ユニットたより」E・Fユニット　S）

畔道

「なぜお日様は赤いのか」

幼稚園児や小学校の一年生、二年生の子供が絵を描くと、なぜか真っ赤なお日様が登場する。

いや、三年生、四年生になっても、何も言わないでいれば真っ赤なお日様を描く。

夕陽の印象からでしょうか。きっと実際のお日様の見えている様子よりも、大人たちが固定化してつくってきた言葉による印象がそうさせているのでしょう。

空は青、地面は茶色、木は緑、お日様は赤と教え込んでしまったのでしょう。

子供にしても大人にしても、自分の目を信じ、自分の目で表現するということは、難しいのでしょうが、じつはそのことが、個性や感性を豊かにする基本の一つであると言えないでしょうか。

（社会福祉法人　健生会　理事　秋山末司）

すこやか生活回誌

新緑の季節となりました。五月は「新茶」の季節でもありますね。

新茶は五月初旬に出る新芽のみを摘んで作る緑茶のことで一番茶とも言われています。以降夏にかけて摘まれるものを二番茶、三番茶と呼んでいくそうです。新茶と比べると、カフェインや渋み成分のタンニンが多くなっていくのが特徴です。

緑茶に含まれるカテキンはポリフェノールの一種で抗酸化作用、殺菌・抗菌作用や動脈硬化予防が期待されます。皆さんも新茶を味わってみてはいかがでしょうか。

（管理栄養士）

ユニットだより

「ピザ作りに挑戦」

Aユニット、ショートステイでは毎月、行事としておやつ作りや外出などを企画・実施していますが、このところ、おやつ作りが好評のため、手作りおやつ行事が続いています。

今回は、ホットプレートを使って、ピザを作りました。ピザ生地から作るのはさすがに難しいので、代わりに餃子の皮を使いました。その上にピザソースを塗り、コーンやウィンナーの具を乗せてチーズをトッピング。ホットプレートの上に焼き目をつけると、簡単ピザの出来上がりです。

焼き立てのあつあつチーズがとろけるピザを、美味しそうに召し上がる利用者様たち。「ピザなんて久しぶり」と言う声や「餃子の皮を使うのはいいね」とアイデアを褒めていただいたり。最後に果物を乗せたデザートピザも皆でほおばり、満腹・満足なひと時を過ごして頂けたと思います。

また「次はこんなメニューに挑戦しよう」などと次回の行事の話題に花を咲かせつつ、会はお開きとなりました。さて、お次は何を作りましょうか？

（A・Sユニット　S）

「脳トレに夢中」

今、遊びながら脳を鍛える「脳トレ」が流行していますが、Dユニットでもリビングでの日常生活に取り入れています。といっても、「脳を鍛える」といった型にはまったものではなく、あくまで「遊び」の一環ですが結果的に「脳トレ」につながればうれしい限りです。

具体的には動物のパズルや、お手玉、上毛かるたなどですが、このうちかるたは大人数でやる遊びなのでかなり盛り上がります。「今のは、私の方が速く取ったよ！」などヒートアップし、職員と勝負しても圧倒的なスピードで若い職員に打ち勝ちます。

「まだまだ若い人には負けないよ」「さあもう一回やろう！」とますます元気に拍車がかかります。

いろいろな「脳トレ」があるようですが、やはり楽しく、愉快に行うのが一番だと思います。これからも、利用者様がいつまでもお元気でいられる様、支援していきたいと思います。

（Dユニット　K）

「マジックに感嘆」

三号館が開設され早一か月が経ち、利用者様の生活もうららかな春の訪れと共に、穏やかに過ぎています。

そんな中、このほど、H・Iユニットでは仲良しクラブ様のマジック手品ショーの慰問がありました。三号館の皆さまと仲良しクラブの皆さまとは、今回が初めての交流となります。

マジックショーが始まる前から「手品って一体どんな事をするんだろうね～」などとリビングでは期待する声が聞かれ自然と笑顔がこぼれます。

今回は、最初に皆で歌を歌うことから始まり、盛り上がった所でショーの開始です。スカーフを使ったマジックでは、木島和子様にスカーフを持つお手伝いをして頂き、見事スカーフの色を変えて大成功！木島様も思わず驚いた表情に。普段から冷静でダンディな矢島源様にも、新聞紙をビリビリに破いてもらい・・その新聞紙がなんと！元通りになった時は思わず「おお～すごいな」と感嘆の声が上がりました。

その後も最後まで歓声や笑い声が絶えず、有意義な交流イベントのひと時でした。

（H・Iユニット　T）

季節折々の歌

（ショートステイ　須永　清様）

●菩提寺を　一夜で替える　織田の殿　桜通りに　雄川の流れ

●鯉流し　横一線に　川上を　波をはらめて　用意ドンする

●床の間を　鎧兜に　身を固め　大形ケース　鎮座ましまします

（秀峰）

編集後記

★広報委員になり、新聞や本を手に取る機会が増えました。活字離れが危惧される昨今、読書の大切さを感じます（S）★今、ロカビリー音楽にはまってます。流行りの音楽もいいですが、古い音楽に耳を傾けるのもいいものです（K）★普段の日常を記事で切り取ることの難しさを痛感。だからこそ一層アンテナの強化を図ろうと。難しさに挑戦できる環境に感謝です（S）★花の苑に入職して一か月。分からない事だらけでも、先輩たちがサポートしてくれて感謝の日々です（T）★三号館で初めての交流イベント。利用者様の元気な声や笑顔など、楽しんで参加されている姿を見る事ができ良かったです（S）★発行当初の記事ネタ探しに困った事が嘘のように、三号館もでき逆に今は紙面不足が悩みの種です。これからも「地域交流紙」として充実させていきます（N）