

花の苑タイムズ

2026年(R8年)がスタート

「丙午」着実に一步前進の年に



市内観音山丘陵より撮影 (1月1日)



高崎名物新年初売り(駅前)

令和8年1月15日発行
第136号
〒370-0002
高崎市日高町433-1
TEL: 027-329-7211
社会福祉法人健康生会
特別養護老人ホーム
高崎花の苑広報委員会

令和八年(二〇二六年)明けましておめでとうございます。
今年の干支は「丙午」。様々に占った解釈がある中、時代状況を踏まえた時、不確実性に覆われこれまで躊躇してきたことから思い切って脱却し、勇気を持って一歩前に進める「躍動」「躍進」のイメージでしょうか。馬から連想される

「勢いや力強さ」と共に「社交性」も大事な要素。人とコミュニケーションを取ることで運氣がアップする年でもあるようです。社交性を高め、自身の考えや気持ちを強く言葉で伝えることが躍動・躍進の決め手であり、一層重要とされます。それにしても、年明け早々勢い余ってよそ様に対し「暴れ馬」の

ように振舞い、生き「馬」の目を抜く行為は、海の向こうの事とはいえ、全く真逆をいく出来事でした。ともあれ、私たちはしっかり足許を固め、着実な一歩前進を目指して進んで参ります。本年も「花の苑タイムズ」へのご支援をよろしくお願い致します。(広報委員会一同)



各ユニットで新年幕開け行事
書き初め、絵馬づくりで新年スタート
令和八年が幕開けし、早くも各ユニットでは新年を寿ぐ行事を行ないました。
このうち一号館ASユニットでは、年頭にあたり皆様の願いや希望を絵馬に書いて一年の無事を祈りました。「健康で過ごしたい」「家族が無事健康であるように」など様々な願いがありました。また二号館Dユニットでは、皆さんに年の始まりを感じて頂くように「書初め」を。毎年達筆な文字を披露してこられた村上様は、今年は何故か「寿司」の字を一気に書き上げると皆さんから賞賛の声が。つられるように他の皆さんも思い思いの書を綴っていました。
一方、三号館GSユニットでは新年会を行い、書初めを実施。それぞれお手本を見ながら「何年振りだろう?」「難しいなあ」と思い思いに書初めを楽しんでいました。



書初めの後は、お雑煮を食べたり、甘酒を飲んでお正月気分を存分に味わって頂きました。
また行事終了後には、玄関前の門松飾りの前で賑やかに記念撮影などが行われました。

雑感手帖

加藤 和昭

日本は豊かな国であると思っていますが、日本人の幸福度は、世界30か国で調査した中では28位だそうです。
豊かさや幸せとは必ずしも関係しないのでしょうか。日本より幸福度の上位には内戦があり、治安が悪い国もあります。また、経済不安を感じられる国もありました。日本のGDPは上位ですし、食糧事情や治安も良いと思います。災害こそありますが、テロや戦争とは遠いです。それなのに多くの若者や働き世代が幸せを感じていない、なぜでしょうか。
私には答えは分かりませんが、いくつか感じることはあります。その一つは、日本は色々と満たされ過ぎていて、自分分を比較する人が多い気がします。三つ目は何かと同調社会であり、突出することが少ない気がします。

ちなみに私は幸せを実感したことは少ないですが、自分が不幸だと思つたことはありません。他人と自分を比較することもないです。周囲と調子でいくことは面倒くさいと思うこともありませんが、必要なことはできます。
人は満たされ過ぎると、人と比べたり、必要以上に気にしてしまったり、自分に無いものを考えてしまったりするので

このスパイラルから抜け出すのは「感謝」がキーワードな気がします。私にはまだその境地には立てません。
幸せとは何だ。なかなか答えが出ない。もし子供に聞かれても考えるな、感じるとか言いそうです。
新年早々に長考してしまいました。今年も皆さんが少しでも幸せを感じられる一年でありますように。(施設長)

令和8年 今年の主役が登場 年男・年女(午年生まれ)



苑内各ユニットでは、「午年」生まれの方のますすの健康をお祝いするとともに、一言抱負などのコメントを頂き記念撮影を行いました。
ここでは職員、利用者様代表の方の年頭の一言コメントと写真を掲載します。
◎一号館BCユニット
ご利用者 反町美紗江様
「プリンちゃん(愛犬)



に会い、元気に過ごしたいです」
ご利用者 柳澤喜伊子様

◎同
ご利用者 沢頭信夫様
「何不自由なく過ごさ

◎二号館Dユニット
ご利用者 箱田候子様
ご利用者 川野珠実様

力」を自身の成長に繋げ、日々の業務の中で課題を見つけ、小さな改善を積み重ねていきます。確認を怠らず、丁寧な対応を心がけ、信頼される職員を目指します」
◎同
奈良沙也加職員

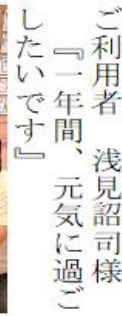
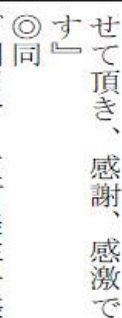
◎三号館GSユニット
山岸達也職員
「今年こそ、健診で中性脂肪数値で引っかからないよう運動をしたいと思ひます」
◎同
ご利用者 玉田和子様
「笑顔を忘れず、今年もたのしくがんばります」



◎同
ご利用者 反町美佐子様
「できるだけ頑張つて食べて、娘に会いたい」
◎同
ご利用者 廣瀬輝世子様
「元気に健康で過ごしたい」
せて頂き、感謝、感激です」



◎三号館HIユニット
ご利用者 反町茂様
「おいしいものを食べて元気に過ごしたい」
◎同
ご利用者 浅見詔司様
「一年間、元気に過ごしたいです」



ユニットたより

「身内バンドで大合唱」

ASユニットの12月行事では恒例のクリスマス会を行い、一年を締めくくりました。

街中はイルミネーションが点灯し、ユニット内もツリーが飾られ年の瀬、クリスマスの雰囲気漂う中でのこの日のクリスマス会。今年の会の仕切り役は、他部署の職員と共に結成したリコーダー（AS職員）とウクレレ（EF職員他）の音楽ユニットで、言わばにわか仕立ての身内バンドというもの。

身内だけに気楽なムードの中スタート。「スキ」など冬の唱歌、「星



（令和7年）年末行事特集

「年末恒例ビンゴ大会」

GSユニットでは、クリスマス記念行事（12月行事）として恒例のビンゴ大会を行いました。



影のワルツ」など昭和歌謡曲を歌詞カードを手に熱唱した他、「きよしこの夜」など定番クリスマスソングの数々を鈴を交えて元気に歌いました。その中、矢野三千枝様、渡邊二三枝様は感激のあまり涙を見せる場面もありました。また伊藤シズエ様からはリコーダーとウクレレの演奏のハーモニーが「とても綺麗だった」と褒めて頂きました。



ゴ大会を行いました。上位五名様にはお楽しみのあるクリスマスプレゼントがある事を伝えると、皆様やる気満々でユニット内に「リーチ！」「出たよ！」と大きな声が響き渡り白熱した戦いに！見事ビンゴになられた五名様には、ギフトの引き換え券を贈呈。後日、引換券と交換にケーキ、プリンを召し上がって頂きました。



「職人技のケーキ作り」

Dユニットの12月行事では、ホットケーキを皆で作るクリスマスパーティーを行いました。

事前準備として瀧澤様の手をお借りし、トッピング用のフルーツをハンドルカッターで刻み、サンタの帽子を被ってイベントを開始。



瀧澤様と箱田様に混ぜるを手伝って頂き生地を作り、さあこれから焼こう！としたところで、瀧澤様が自ら率先してホットプレートに生地を流し、職員がひっくり返すという共同作業を展開。まるで職人の様に生地を流し込む姿に他の利用者



様から「上手い！」の声が上がりました。ユニット内にはいい香りが漂い、「美味しそう」と待ちきれない様子でした。綺麗に焼き上がり、生クリームとフルーツチョコスプレーをトッピングし完成。職員が作った編みぐるみ達と一緒に記念撮影をし、皆で美味しく頂き、楽しいクリスマスパーティーを終えました。

「鍋で心身共ボカボカ」

三号館H1ユニットの年末恒例行事「鍋パーティー」。寒い時期はみんなで鍋を囲んで温まるう！と毎年実施してきた忘年会でもあり、伝統行事（？）でもあります。



今年は鍋と一緒にさつまいもごはんも提供したところ、皆さんあつという間に平らげていました。「昔、自分で鍋を作った」と懐かしそうに語る方や、「去年のも美味しかったけど今年も美味しい」と去年のことを覚えていた方も。身も心も温まった一日でした。



ユニットたより

「お似合いサンタ帽子」

EFユニットではクリスマス記念行事を華々しく、そして元気に行いました。

開始前、サンタ帽子を皆さんに用意すると、小熊様、井上様、伊藤様などが競って「被りたい！」と大人気！雰囲気が高まったところで登場したのが今日のゲスト「リコーダー&ウクレレ」の演奏メンバー。

この日のプログラムは、①唱歌・冬の星座、荒城の月、たき火他②歌謡曲・銀色の道、星影のワルツ他③クリスマスソ



「大好評のハンドベル」

BCユニットの12月行事は、年末恒例のクリスマス会を行いました。12月の初めからツリーやリース、飾り文字などをユニット内に設置し、



ング・ジングルベル、赤鼻のトナカイ他等々。二つの楽器の音色に合わせ、皆さん元気に声を張り上げて歌っておられました。

お楽しみクリスマスプレゼントは、皆様それぞれの額入り写真。「嬉しい！」「ありがとう！」と皆様から喜んで頂きました。

記念行事の最後は皆さんと声を合わせて「ふるさと」を歌って締めくくりました。

（E・Fユニット K）

（令和7年）年末行事特集



「諸人こぞりて」「ジン



華やかな雰囲気作りを行いました。

そうした中、当日は鍋を二つ用意し、冬の定番である鍋料理を振る舞いました。豆腐、きのこ、もやし、つみれなど具だくさんで、皆さん「とても美味しい」「出汁が効いてるね」と大変喜ばれていました。飲み物はノンアルコールのほかジュースなどを用意。お酒好きな吉田様は真先にノンアルコールを選び、職員と乾杯しました。

食事の合間には、サンタに扮した職員二名によるハンドベル演奏を行い「諸人こぞりて」「ジン



グルベル」「赤鼻のトナカイ」の三曲を披露。他の職員も歌で参加し、自然と手拍子が起こるなど皆様に喜んで頂き、会場は大いに盛り上がりしました。中でも反町ナヲ江様は「ベルの音がとても綺麗だね」と話されています。

最後はお一人ずつトナカイのカチューシャを着けて頂き、笑顔いっぱいの記念撮影を行い楽しいクリスマス会を締めくくりました。

（B・Cユニット N）

「タンポポが再び登場」

クリスマス記念行事としてH1ユニットでは、再びウクレレバンド「タンポポ」による歌声イベントを実施しました。他ユニットの方も含め、前回よりさらに多く



（H・Iユニット K）

委員の一言メモ

★新年おめでとうございます。今年も健康だけに気を付け、広報委員として頑張っていきたいと思います。

（由）★久しぶりに初詣に。夕陽をバックに鳥居の写真を撮り、スマホの待ち受けにしています（彩）

★新年行事で利用者様と絵馬を書き新年の始まりを実感しました（麻）★夜空の星を見ていると冬を実感します。今年も元氣に行きます（広）★今温泉巡りにハマっています。体の芯からぽかぽかになるのが幸せ（山）★何となく過ごしてしまっ

た昨年を反省し、今年は目標に向かって頑張る一年にしたいです（未）★クリスマスに忘年会、新年会。華やかな飾りとおいしいものに囲まれて皆様が元気に楽しく過ごした様子が届いたでしょう（美）★今年は観音山丘陵での初日の出撮影。地平線に厚い雲がかかる中、遅れて顔を見せた元初の太陽。宇宙の必然に身を任せ今年も発進（井）