

千寿の郷 かわら版

介護老人保健施設 千寿の郷

足立区柳原2-33-6

TEL 03-3870-4621

FAX 03-3870-5228

2007年12月10日第103号

少し前までは、イチョウやサクラなど、木々の紅葉が色鮮やかでしたが、今はすっかり寂しさを感じるようになって参りました。

手を擦りながら息を吐く人、手袋やマフラーをする人、また犬にマフラーをまとい寒さをしのいでいる風景も見かけます。



さて、12月22日は何の日でしょうか？そうです！冬至の日です。この日は、太陽が最も低くなり、夜が一番長くなる日です。皆さんはどのようにお過ごしですか？かぼちゃを食べ、ゆず湯に入り体を温める方が多いのではないのでしょうか？



ある本に冬至の日に行う事が載っていたのでご紹介したいと思います。

小豆粥、かぼちゃを食べ、ゆず湯の入ることで「厄除け、邪気払い、体を温めることで風邪を予防する」といわれているそうです。また、「ん」の付く食べ物を食べることで、「運」がつく、縁起が良いともいわれているそうです。（例えば・・・みかん、きんかん、大根、蓮根など）

今年の一年を振り返り、新しい一年は皆様にとって良い年であることを祈っております。

（デイケア 北島由美枝）

デイケアの年末年始体制について

今年も残りわずかとなりました。千寿の郷では年末年始も休まずデイケアを行っていますが、年末年始期間（12月31日～1月3日）は下記の体制となりますので、ご了承下さい。

☆短期集中リハ（リハビリ）…1月1日（火）・2日（水）・3日（木）お休み

☆入浴…1月1日（火）お休みとさせていただきます。

ご迷惑をお掛けいたしますが、よろしくお願い致します。

お知らせ



お願い

風邪やインフルエンザなどが、流行する時期となりました。感染症予防の為に、ご家族様には、ご面会前に手洗い・うがいをお願い致します。受付前に、うがい用コップ、マスクをご用意しておりますので、是非、ご利用下さい。



今年も満足度調査のアンケートを実施します。ご家族・ご利用者の皆様、お手数ですがご協力の程よろしくお願い致します。

おはようごと その一言が

笑みを呼ぶ

通所利用者 久保田 珠恵様

紅葉の葉 年取りて

思い出 楽しや

通所利用者 楠 豊子様

今年も 残り少なく 歩き去る

通所利用者 鈴木三郎様（柳原）

クリスマス 町は賑わう

楽しみだ

通所利用者 平田 キヨ様

公園の 初夏咲きの花は

冬仕度なり

通所利用者 西岡 道子様

師走の川柳・俳句

利用者様紹介

今回ご紹介する利用者さんは
・・・九人兄弟の長女！！

二階に入所中の「柴崎 千枝様」です。東京南千住で生まれ、長女ということもあり、母親代わりのように兄弟の世話をしてきた柴崎さん。そんな柴崎さんの1日の始まりは、鏡の前に行き、お化粧をすること。陸軍の軍事機密のタイピストの仕事をするようになり、男の中での仕事だったこともあり、ある日、先輩に「明日から化粧をしてきなさい。」と言われたのがきっかけ。



今までは兄弟の世話に追われ、化粧なんてしたこともなかった柴崎さん、「何の知識もなくどうすればいいのか、見よう見まねでしていったんですよ。」と当時の事を思い出し笑顔で話してくれました。今では「なかなかうまくできないんですよ。」と言うものの、きりりと眉毛を書き、口紅をつけている姿は真剣そのもの。いつまでも女心を忘れたくないものですよね。



バッチリメイク姿で笑顔の素敵♪な柴崎さん、施設内で見かけたら是非お話してみてくださいね。
(2階ケアワーカー 大竹可奈子)

皆さんはじめまして！

10月から1階デイケア職員の仲間となりました山田由紀子と申します。趣味は絵を描くことと園芸です。将来は園芸療法士になりたいと考えています。そして皆さんと園芸をやりたいです。

1階で1番背の低い私を見つけたら、是非声をかけて下さい。これから皆さんと楽しく過ごしていきたいと考えています。よろしくお祈りします。

(デイケア 山田由紀子)



新職員入りました！

皆様こんにちは。望月美和と申します。9月に入社し、11月から3階の職員として仕事をしています。千寿の郷は笑顔いっぱいとても温かい場所だと思いました。

私は人見知りでまだ慣れず、不安もありますが、早く仕事に慣れ、頑張りたいと思いますので今後共よろしくお祈りします。

(3階ケアワーカー 望月美和)

「今月の格言」

誰かを愛する事は、その人に幸せになってもらいたいと願う事である。
アキナス

《今月の行事予定》

- 11日(火) かつぽれ
- 19日(水) あめんぼサークル
- 20日(木) 新舞踊
鍋・忘年会
- 22日(土) 香雪会
- 23日(日) スマイルバンド
- 毎週木曜日、コーヒーサービス
- 第一・第三金曜日、書道



「人間、ある歳になったら『なんとかなるさ』っていうのも大事かもしれませんね」…といった人生処世術や生きるヒントを数多く提言してきた“モタさん”こと齊藤茂太(精神科医)さんをご存知でしょうか？人生のマイナスから目を背けるのではなく、気持ちの持ち方を変えてみる、人との接し方を変えてみる…そうやっておおらかに、さわやかに生きていくことに他なりません。またこんな言葉もあります。「高齢っていうのは山登りに似ています。上がれば上がるほど息切れをする。しかし視野はますます広がる。てっぺんに登って眺めてご覧下さい、素晴らしい景色が広がっています。」今年も年の瀬、もうすぐ迎える新年、良いスタートを切れるように気持ちを切り替えてみてはいかがでしょうか？

(デイケア 真久雄一)

晴耕雨読