

千寿の郷 かわら版 9月号

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

2014年9月10日 171号

ホームページ ⇒ <http://senjyunosato.kenwa.or.jp/> ☆千寿の郷ブログ☆絶賛更新中。

Twitter⇒<https://mobile.twitter.com/senjyunosato>

ホームページよりアクセスしてください！

3776mを登った先には……

7月23、24日に富士山に登ってきました。デイケアの利用者さんが、富士山ウォークラリー(注)に挑戦しているのを見て、わたしも富士山の頂上を目指して頑張ろう！と挑戦しようと思いました。

初めは写真をとる余裕もありましたが、途中からはそんな余裕もなくただ無言で登りました。辛い時ふと振り返ると……空が綺麗で…まるで雲の上にいるかのようで、心が奪われました…。

夕方に八合目に着き夕食を食べて就寝。

午前1時過ぎ、あたりが薄暗い中起床…すると……ず、頭痛が……。この頭痛は気のせいだ！と自分に言い聞かせながら出発しました…。

山小屋を出ると頂上を目指す人の列でヘッドライトの光が空へ続いていました。頭痛は気のせいという事もなく容赦なく襲ってきました。九合目過ぎると吐き気も襲ってきて…まるで修行に来ているようでした。後戻りも出来ず、道は進むしかなく……。とうとう我慢出来ずに…reverse。一緒に行った同僚に介抱されたときは、涙が出そうでした。

頭痛と吐き気と闘いながら頂上に到着。みんなが御来光を待っている間……一刻も早く下山したくてしょうがなかったのはここだけの話です。そして期待の御来光は雨が降り見られませんでした…。

これからも利用者さんに負けないように何事も挑戦する気持ちを持ち望みたいと思います！

注 1：富士山ウォークラリーとは、千寿の郷の長い廊下を活かし、体力の維持・向上を目指して富士山の標高と同じ 3776m を楽しみながら歩こう、という通所利用者様向けの企画です。 注 2：富士山の写真はイメージです。



先月の作品



フラワーアレンジメント テーマ 「夏ざかり」



使用した花

パイナップル
薔薇
ワックスフラワー
唐辛子
ドラセナ



季節の言標く長月く

千寿の郷 皆んない人優しい人 祭りも近く
大成功に終わらして

入所利用者 青木 シジエ様

むねのこうどうも淋しくて 早く逢いたいあの
人に

入所利用者 青木 シジエ様

猛暑日に 涼しい部屋で ゲームする

通所利用者 益田 充様

《9月の行事予定》

- 4日(木)ちぎり絵
- 6日(土)秀則会
- 8日(月)新舞踊
- 12日(金)習字
- 15日(月)象列車合唱団
- 17日(水)あめんぼサークル
- 18日(木)ちぎり絵
- 19日(金)仲よし会
- 20日(土)習字
- 26日(金)フラワーアレンジメント
- 毎週(月) 手工芸
- 毎週(木) コーヒーサービス