

はむに

題字 土山 薫

理事長あいさつ

この前に行われた幼稚園での「敬老の日の集い」のお話。

園長「園児のみなさん、明日はなぜお休みか知っていますか？」

園児「おじいさん、おばあさんの日、敬老の日」

園長「そうです。おじいさん、おばあさんを大切にする日です。もうひとつ聞きますよ。皆さんのお父さんやお母さんは誰でしょう」

園児「???」

園長「みなさんのお父さんやお母さんは誰から生まれたのでしょうか」

園児「???」たまには「よその人」と

答える事も。「おじいさん、おばあさん」と答える園児もいるけれども、それはいたつ

て少数派。子供にとっては、おじいさん、

おばあさんとの関係が難しくても、孫はおじいさん、おばあさんにとっては自分の子

よりもかわいい存在である事は疑いようのない事実です。

そんな孫にとって「奉仕」という事が文部省によって導入されようとしています。強制的にされるべきものでないと主張する人もいますが、「人間関係が希薄」になった今、日本人としての自覚を持つ為にもまた自己の存在を確認する意味でも、他者との関わりを求めた「奉仕」の精神が大事だと思われます。「奉仕」の心を学び、それを体験した愛しいお孫さん達が、成長して心から湧きあがる敬老の精神と日本国民としての自覚を持つ時、少子高齢者を迎えているとはいえ、日本は今以上に心の豊かな国になっていることでしょう。

そして私達は老を敬い、老になったときに敬われる。

そんな誇れる国に住む事になるでしょう。



ホーム便り

七夕



5月のこいのぼりに引き続き6月の創作レクリエーションでは七夕に向けて短冊と飾りを作ってきました。7月7日、当日は皆さんで大きな笹に願いをかけた短冊をつけ、記念に写真を取りました。

皆さんはどんなことを願ったのでしょうか？

ゲームレクリエーション大会



6月1日に特別養護老人ホームとデイサービスが合同でゲームレクリエーション大会を行いました。各階ごとに別れて輪投げやゲートボールなど、熱戦を繰り広げ、応援、協力をしながら、ゲーム大会を満喫された様子でした。



ヘルパーだより ナンバー7

たっしやです～!

西井タツノさん
明治37年6月25日生まれ
96さい



Q:長生きの秘訣は?

A:いつも何にでも感謝の気持ちを持っています。



お若い時からとても潔い方で、昔に苦勞したときのことは全く言わなかったそうです。また、65歳の時にくも膜化出血で倒れられ家事全般をお嫁さんに任せたとありますが、その際も小言を言う事なく、みんなにやさしく接していたとのこと。



春が大好きな伊藤さん。桜やわらびが暖かい日差しの中にある情景が目には浮かんでいきます。
これからも皆さんの俳句や川柳などの作品お待ちしております。

桜花散りいそぐなり果てもなく
白き光となりて谷に流るる

はらはらとゆくへも知らず散りゆくか
わが行末の運命にも似て

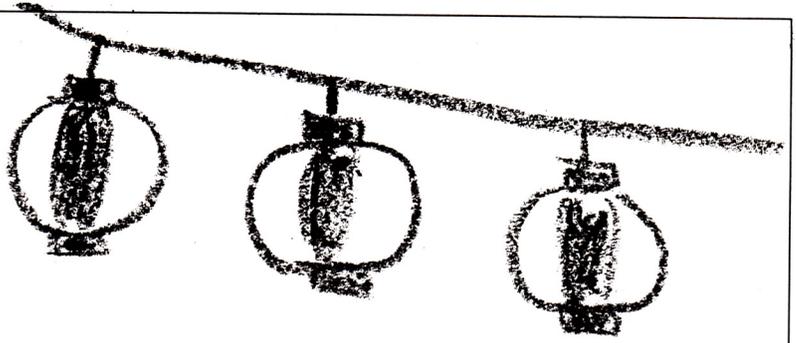
亡き母とわらび摘みたる焼山の
春の一日も幻の中

俳句を一筆

伊藤加寿子さん作



祭涼内



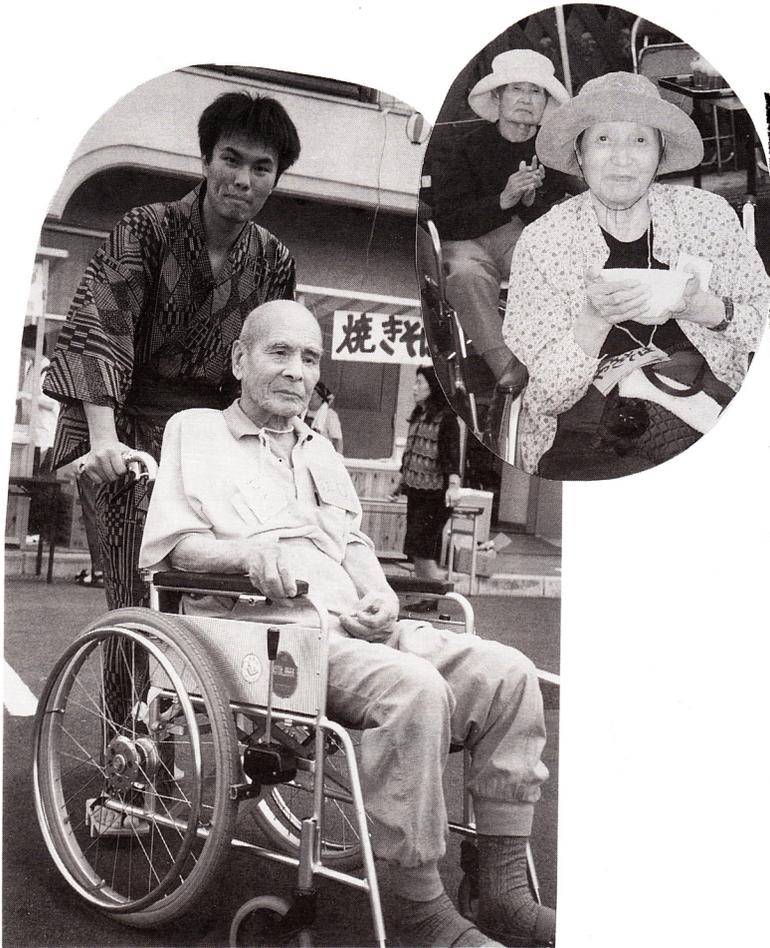
7月20日
ハートマン
ナショナル
サービス

【ハートマン納涼祭開催】



第3回

ハーモニー糸



やきそば、たこ焼、おでん、おにぎり等の屋台や、河内音頭のやぐらの周りに、たくさんの人が集まりいつもは静かな駐車場が、その日ばかりは盛り上りにぎやかな場所となりました。普段、おとなしく、静かな方も、そのにぎやかな音頭の輪に入った際は、「ちよつと難しいわあ。」「懐かしいねえ。」「むかし、よく踊ったわあ。」と、笑顔で踊っております。また、テントでは「たまにこうして外で食べるのも、ちよつとかわってておいしいわあ。」と、屋台の食べ物で片手に、笑顔で話しておりました。

懐かしのアニメヒーロー登場

途中、盆踊りとは一風変わった盛り上りを見せる場面がありました。毎年恒例となっている、ハーモニーの男性職員によるショータイムです。今年も、鉄腕アトムやエイトマン、「パラパラ」ダンスを披露しました。いつも見ている職員が、おもしろおかしく変装し踊る姿に、場内は笑い声と拍手に包まれました。今年、見逃されたかたは、是非とも来年こそはハーモニー納涼祭にお越しください。



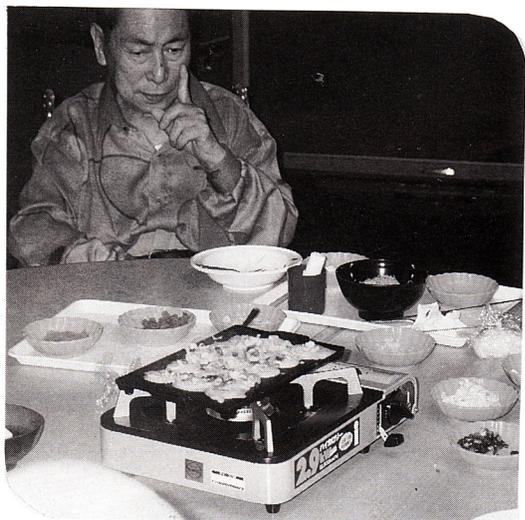
は — も に — だい!

【合同誕生会】



6月に4, 5, 6月誕生者の合同誕生会がありました。今回の催物はハーモニーでは、おなじみとなっている、「懐メロ太郎ショー」でした。懐かしのメロディーにあわせて衣装を替え、小道具を替え、「高校三年生」「上を向いて歩こう。」等を熱唱しておりました。なじみの職員が変装しているので、「あれっ、なんか、どっかで見た事あるで。」「あんな格好してるけど、池田君やろ。」「芸達者やな。」と、自然と笑顔もこぼれてました。皆さんには、いつもと違った催しで楽しんで頂いてますが、職員にとっても変わらず、元気に参加して頂く事が喜びとなっております。

【たこ焼パーティー】



6月は、誕生会と並んでハーモニーデーの初年度から恒例となっている、たこ焼パーティーを行いました。おなじみの「たこ」以外にも、「キムチ」「こんにゃく」「チーズ」「えび」「しおから」等を入れてみました。中には、皆さんがまゆを歪める味のものもありましたが、思ったよりも美味しい物もありとても、楽しいひとときをすごしました。



歌体操

— 歌体操
やっています—

最近、我がハーモニーデイサービスでは、レクリエーションの際に、「歌体操」をとり入れるようになりました。

ただ、おきまりの「ラジオ体操」「炭坑節」「東京音頭」等ではなく、むかし、懐かしの歌謡曲や流行り歌等に振りをつけ、歌を楽しみながら、体操も楽しもうというものです。

今までになかった事をする新鮮さ。また、はつきりと歌詞は覚えてはいないんだけど、歌ってみると自然と口から出てくる懐かしのメロディー。それらが功を奏しているのか、歌体操をしている間、皆さんの顔がとても華やかになったような気がします。

歌うこと。体を動かすこと。笑うこと。これらは身体にとっても良いことです。これからも、ここハーモニーデイサービスを明るく、元気で、笑い声の絶えない場所にしていきたいと思えます。

◎今後の予定

【音楽発表会】

日時・十月二十八日(土曜日)
場所・野田小学校体育館

在宅相談だより

我が家で暮らす Vol.1 シューズ編

普段、腰痛や膝痛に悩まされていることはありませんか？動物は4本足で体を支えています。ところが人間は、2本足で立ち、歩くときは1本の足で体を支えています。私たちの環境を見渡せばコンクリートやアスファルトといった硬い地面に囲まれていることが少なくないのです。また、家庭内においてのスリッパ・草履履きは爪先にひっかけるだけのものなので足に負担がかかり転びやすく危険です。今回は室内履きも含め、正しい靴選びのポイントをご提案させていただきます。

< 靴選びのポイント >

- ① 軽い（300g 程度以下）
- ② フィット性が良い
- ③ かかとが低い
- ④ 靴底が厚すぎないで屈曲性が良い
- ⑤ 爪先が丸い
- ⑥ ひも又はマジックで固定する
- ⑦ すべりにくい
- ⑧ 冬は保温性が高く、夏は涼しい
- ⑨ 補正や修理がしやすい



座って履くだけでは不十分！靴を履いて大股で歩いてみて下さい。

- ① 体重をかけると足のまわりが1cm程度のびますか
- ② 歩くときに指の付け根で靴が曲がりますか

ハーモニー在宅介護支援センターでは皆さまが実際に履いた上でご自分に合ったものを選んでいただいています。



介護者教室のお知らせ

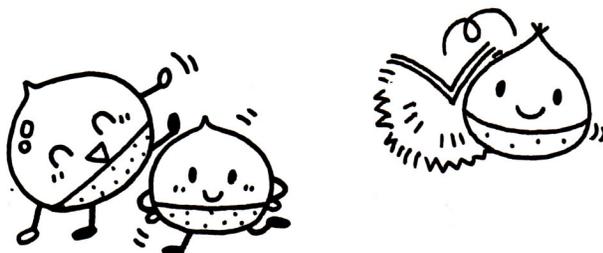
11月26日（土）14:00～
ハーモニーにて 参加費は無料です。
詳細についてはお問い合わせ下さい

担当 上野・藤原

栄養士だより

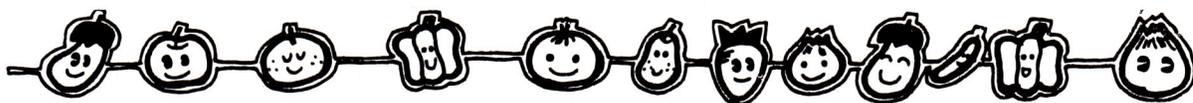
今回は皆さんご存知の魚の漢字をクイズにしました。では早速挑戦してみてください。

- | | | | | | | | | | |
|----|-----|----|----|----|-----|-----|-----|-----|----|
| 鰯 | 鱈 | 鰯 | 鯛 | 鰹 | 鰯 | 鰹 | 鮪 | 鰯 | 鰯 |
| ・ | ・ | ・ | ・ | ・ | ・ | ・ | ・ | ・ | ・ |
| ・ | ・ | ・ | ・ | ・ | ・ | ・ | ・ | ・ | ・ |
| ぶり | まぐろ | はも | たら | たい | さわら | かれい | かつお | いわし | あじ |



さあ、皆さん何問わかりましたか？代表的な秋の魚は鮭、鯖、秋刀魚です。美味しいこの季節に召し上がれ。

(答えは、このページの下にあります。)



第三回文化祭

十一月二十六日(日)

(作品展示は十二月十日まで)

九時三十分から十六時

利用者の作品展示・ゲームコーナー・介護体験コーナー・介護者教室などいろいろな催し物があります。地域の皆さまも是非お越しください。

編集後記



今回の特集は「納涼祭」でしたが、季節の移り変わりは早いもので、秋も深まってきました。ハーモニーでは「音楽発表会」・「文化祭」と芸術の秋となりそうです。次回もまた、お楽しみに！



漢字クイズの答え

- (あじ) 鰯 (いわし) 鰯 (かつお) 鰯 (かれい) 鰯 (さわら) 鰯 (たい) 鰯 (たら) 鰯 (はも) 鰯 (まぐろ) 鰯 (ぶり)