

# ひなたぼっこ通信

2016年  
12月号

ケアハウスから 2F「ひなたぼっこ」の思い



富士見町出身のNさんが、小さいころのことを思い出して、一文を寄せてくださいました。それを紹介します。

子どもの頃、軒下や庭先で、近所の仲間と熟柿を食べて・・・、それがひなたぼっこだった。今ここに（ケアハウス）いて、それを思い出した。

「ここに居る仲間『おじいちゃん・おばあちゃん』と一緒にいて、自分に何ができるかと思う。いつも楽しくやるのが自分だと思っけど、今は仲間と仲間。仲間と言っているのか分からないけれど、自分では仲間だと思っ。一日に一日を過ごして『おはよう』のあいさつで始まり、元気な顔を見て終わるのが一日かと思っ。

何かやればいいやと思っけど、今の自分では、体が自分ではないし、考えることが沢山ある。それだけに何をどうしてベッドの上で考えることが

毎日である。

自分では、これは役場がやることかと、俺も一時役所にいたからそう思っ。職員の方に言っ。『自分のお父さんお母さん、おじいちゃんおばあちゃんと思えば、いろんな接し方があると思っ。それを大事にしてやってほしいと、いつもことあることに言っ』今の自分の思いである。

## グループホームから

夕食後の和やかな「井戸端会議」1階

グループホーム1Fでは、十一月の初めに二人のご利用者様が入居されました。

慣れない場所での生活は、皆さん不安になったりとまどったりされます。私達職員も傾聴や寄り添う関わりを重ね、「施設が家」と感じて頂けるようにと心掛けています。その方の生活歴や今迄の習慣を大切にし、そこからその方へのより良いケアを見出していく毎日です。

ある日の夕食の後、ご利用者様の輪が出来、お二人の穏やかな笑顔がそこにありました。同じ世代を生きた方々の相手をお願いする姿が印象的でした。まるで「井戸端会議」・「相手に受け入れられている



という互いの感覚があふれていました。

「食事つくりを通して」2階

グループホームでは日々の食事を1階・2階の各々でつくります。職員が担当させていただいておりますが、折りをみて、ご利用者様を交えてということもあります。長年、家庭の台所をあずかってこられた方ですので、料理を慣れたもの。その手際に教えていただくことも多いです。



「こうしたらもっとおいしいよ」「この味つけならいいね」など、お話をしながらのスナップ写真。お二人のお姿、いかがでしょうか。多くのことを積み重ねてこられた人生の先輩です、二人の姿に元気をいただきます、毎日、毎日、ありがとうございます。

## 生活何でも相談会のお知らせ

日々の生活の中で、困っていることなどの相談会です。

今月は12/21(水)  
午後2:00~3:30

場所 社会福祉法人  
ひなたぼっこ本部

連絡 0266-61-2335  
(森まで)

1月は18日です。

## 宅幼老所から「特技を活かせる場所」

日々、宅幼老所ではみなさまそれぞれの特技を活かして過ごされています。

今月から通所していただいている利用者様はアコーディオンや大正琴が得意で、演奏していただいているみなさまと一緒に歌をうたっています。

「家に帰ってもっと練習しなきゃ！」と張り切ってくださいています。

ある利用者様の旦那様は元社交ダンスの先生で、ボランティアとして利用者様にダンスを教えてくださいています。ダンスの経験がある方もない方も、先生と一緒に踊ると自然と笑顔がこぼれます。



## 「文化祭・生活展生活展・写真展」

先日、「コミュニケーションセンター」と町民体育館にて文化祭や生活展が催され、宅幼老所から出品させていただいた作品を利用者様みなさままで実際に見に行きました。個人作品を出された利用者様は「見

に行けて本当によかった！」と、とても喜ばれていました。

「赤ちゃんのお預かり」

宅幼老所では今月より1歳の赤ちゃんのお預かりを始めました。とてもかわいらしい女の子で、利用者様もふれあいの中で「こっちにおいで！」

「抱っこしてやるうか？」  
と言われ、とても可愛がってくださいています。

先日宅幼所職員のお孫さんが遊びに来た日には一緒に仲良く遊んでいました。

## 利用者様の文芸作品 俳句編

紅葉弁当 妻に感謝の 箸をとる

妻と来て いて湯の道 紅葉濃く

風の夜も 全て頼れる 夫(つま)がいる

意意の日を 伴せ生きるひなたぼっこ

湯豆腐で ともす家族の 温かさ

紅葉濃き 都塵に働くるを思ふ 青峰



青峰（俳号）さんは、早くに奥様をなくされています。紅葉を見るにつけ、風が吹くにつけ、亡くされた奥様を懐かしく思うと言います。一緒に歩いた道、一緒に食べた弁当・・・全て懐かしいとおっしゃいます。

## ケアハウスから「ひとりのこと」1階下

ある本に「人生は三万日くらいしかない」と書かれています。えーっ！と思いましたが、一年三百六十五日。百歳まで生きても三万数千日です。いやはや私も二万日くらいを費やしてしまいました。後残りいくらかかなと思ってしまう。残っているのが後何日かを考えたら、一日一日が消えていくのです。この一日一日で何をするかという事は、ものすごく重要なことです。今日一日を無駄にしないことはとても大事なことです。

その一日の大半を、この介護の現場で過ごしています。前回の投稿で「優しい言葉・優しい笑顔・小さな太陽になりたい」と綴りました。それが出来ていれば。きっと無駄な一日とはならないでしょうが……。

新しい一日を今日も頂きました。今日は何が出来たのだろうか？今日は自分や他の人のプラスになったのだろうか？  
「人生は一日一日の積み重ねです。」と、ひとりのことを！



発行 社会福祉法人ひなたぼっこ

理事長 森 正明

〒399-0211

富士見町富士見11650-1

TEL 0266-61-2335

FAX 0266-61-2336