

## ニュージーランド便り NO.47

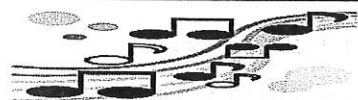
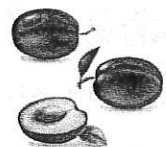
皆さんこんにちは。クリスマスやお正月でバタバタと忙しかった年末年始が終わり、ニュージーランドでもそろそろ普通の生活が戻ってきました。こちらの朝市やスーパーマーケットでは今が旬のStone Fruitsがたくさん出回っています。Stone (石) Fruits (果物) =ストーンフルーツとは、さくらんぼや桃、すもも、アプリコット (杏子) のように実の真ん中に石のように硬い種がある果物です。桃は日本の白桃よりも小さく、すももと同じくらいの大きさです。ダニーデンから車で2時間程の所にあるセントラルオタゴという地域からくるこれらの果物はとても甘く、かぶりつくとかから果汁がじゅわあっと出てきます。山のように積まれたこれらの果物を見ると夏が来たなと感じる夏の風物詩になっています。

先日友人の家に遊びに行った時に、近所の方からプラムソースをもらったのよ、と濃い赤紫色のソースを味見させてもらいました。すももや酢、砂糖を煮込んで作ったこのソースはお肉や揚げ物などにとっても合う甘酸っぱいソースでした。

旬の野菜や果物を食べ季節を感じられることは、生活の中の大きな楽しみの一つですね。

それではまた来月。See you!

ブース千尋



### 戦後歌謡の夜明け

戦時中は軍部から検閲を受け、厳しく統制をされていた娯楽も終戦と同時に大きく花開きました。国民は娯楽を求め、それに応えるように戦後の新しいスタイルの映画や歌謡曲がどんどんと作られました。また、テレビが普及する前は歌手の「地方公演」が全盛でした。現在では考えられませんが、スター歌手が町や村の劇場や芝居小屋で公演を行いました。顔も見たことのないスター歌手の歌声を生バンドの伴奏で聴く事ができ、そんな公演は夢のような時間で毎回、劇場や芝居小屋は溢れるほどのお客様でした。

スター歌手が全国の町や村、津々浦々で公演を行なって、身近にスターを感じていた時代がうらやましい限りです。

今月のレトロコンサートでは、そんな地方公演の全盛期に朝、昼、夜と3回公演をしても、お客様が入りきれなかったという、男性スター歌手、「田端義夫」「岡晴夫」「近江俊郎」の懐かしいヒット曲の数々をお届けします。

## 昭和レトロコンサート

戦後の歌謡界に燦然と輝いた三大男性スター歌手のヒット曲をお届けします

戦後三羽ガラス 田端義夫 岡晴夫 近江俊郎

「かえり船」「憧れのハワイ航路」「湯の町エレジー」ほか

日時 二月三日(ケアハウス王喜の郷・食堂) 十三時三十分～十五時

二月二十四日(グループホーム王喜の郷) 十三時三十分～十五時

懐かしいあの日、あの時の思い出が鮮やかによみがえるコンサートをお楽しみください  
 (会費) 三〇〇円(お茶代・資料代)  
 (お問い合わせ) 王喜の郷ミントの家 直(283)2834 担当 山根・山田



# たんぽぽ通信

2月1日発行 168号  
 ケアハウス王喜の郷 令和3年2月号

今年は2月2日の節分で、いよいよ春もまじかになりました。年が改まった1月3日の幕の内に吉村ひとみ先生とお茶会をいたしました。約20人の入居者の皆様方がお点前を拝見され、そのあとお一人お一人に薄茶を点てて頂きました。食堂の椅子に座ってのお茶会でしたが、いつになくしんとした静寂の中でじっと気持ちをお点前に集中されていました。皆さんの姿勢にも雰囲気にも「品」があふれ、「お茶」をいただくという所作が気持ちだけでなく外見までも落ち着かせる魔法を持っているように思われました。3月のひな祭りの時と10月か11月にお月見のお茶会はいかがでしょう。

さて昨年秋にアンケートを取らせていただいたリハビリで廊下を歩く時間帯の集計が出ました。午前は9時～10時、午後は14時～15時という希望に多くチェックがありました。天候との相談ですが、庭まで出ることのできる方は外での歩行をお勧めします。室内は皆様お一人お一人の安息の場でもありますし、音に敏感な方には定期的に同じ音が聞こえてくることは気持ちが落ち着かないものです。お互いを思いやりながら健康を維持していきましょう。 施設長 末谷千秋

### 2月のお誕生日 & 行事予定

日	月	火	水	木	金	土
	1	2 節分	3 立春 レトロコンサート	4	5	6 T, A様 誕生日
7	8	9 ビューティヘル (理・美容)9:30 M様誕生日	10	11 建国記念日 N様 誕生日	12 S様 誕生日	13
14 バレンタインデー	15 ビューティヘルパー (理・美容)13:30 C, A様誕生日	16	17	18 雨水	19	20
21	22	23 天皇誕生日	24 レトロコンサート	25	26	27
28						

\*誕生日:お名前記載の方の誕生日です。ささやかなカードとお菓子をプレゼントさせて頂いております。

\*\*\*ビューティヘルパー:出張の理美容です。白板に申込みを貼っています。ご記名ください。

\*\*\*\*イズミ行き:午後1時出発、2時半頃帰着。長府ゆめタウンへの買い物バスです。(月に5回)⇒しばらくお休み。

\*\*\*\*\*レトロコンサート:午後1時半～3時 昔懐かしいレコードやビデオを観たり、歌ったりお茶もあります。

☆第1水曜日はケアハウス食堂・第4水曜日は隣のグループホーム。同じ内容です。参加費300円

\*\*\*\*ななの会(習字)はお休みさせていただきます。

## ケアハウス王喜の郷

私の趣味は家庭菜園です。まだ2月で寒い日が続きますが、また今年も春の野菜の種まきを楽しみに日々過ごしています。2月、3月と暖かくなることを思うと、以前ケアハウス食堂で朝の配膳をしている時入居者の方々が「昨日は楽しかったなー。」「お花綺麗でしたねえ。」「そんなに楽しかったのなら次私も行きたいね。」担当の職員からも「昨日はお疲れ様でした。また行きましょうね。」とはずんだ声が聞こえてきたバスハイクの事を思い出します。昨年はコロナで誰もが自由に外出することができず息苦しい一年でした。早くコロナが収束する事を祈り、手洗いうがい・消毒・マスク…気を付けながら皆で頑張りましょう。 ケアハウス 橋本万千代

## ケアハウス王喜の郷(厨房)

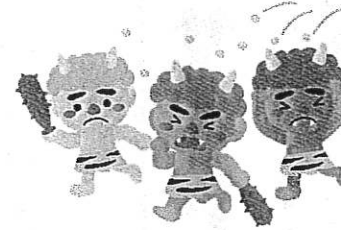
今年2月2日は「節分」です。厨房では、恵方巻きを作ります。今年は「南南東」です。願い事をしながら黙々と最後まで食べると願いが叶うという言い伝えがあります。ぜひやってみてください。寒い日が続くと、のどの渇きもあまり感じられないと思いますが、この時期こそ「かくれ脱水」に注意が必要です。食事の時、間食の時に意識して汁、お茶をしっかり飲みましょう。



管理栄養士 河内美子

## 王喜の郷デイサービスセンター

先月は寒波により、下関でも珍しく雪が積もりましたね。今月もまだまだ寒い日が続く、また、大雪になることが予想されますので、体調管理には十分気を付けられて下さい。さてさて、2月2日は節分です。デイサービスでは、職員が鬼に扮して大暴れします。皆さん元気いっぱい「鬼は外！福は内！」と豆をまいて、鬼と厄と合わせてコロナも一緒に追い祓い、今年1年健康で楽しく過ごしましょう。



介護職員 百田 法江

## グループホーム王喜の郷

1月は雨や雪が降ったりと、外気浴になかなか出られない日が続きました。そういう日は室内でラジオ体操を行ったり、懐かしの歌のCDを聞きながら歌ったりしています。今月は『四季の歌』『ふるさと』『朧月夜』の3曲を練習しています。入居者の皆さんは「懐かしいね～」や「いくつになっても覚えとるもんやね～」と言われながら、元気に大きな声で歌って下さい。体操で身体を動かしたり、歌を楽しく歌いながら声を出す事によって、生活不活発病やフレイル(虚弱)にならないよう支援していきます。

介護職員 宇内 友哉

## 王喜の郷居宅介護支援センター

活動の自粛・制限がされている中で皆さま感染予防対策を色々と工夫されていると思います。身体機能の維持・向上のために運動し筋力低下を予防することは大切です。プラス、人との関わりを持ち会話をすることも大切と感じています。お互いに毎日、声を出して気持ちを明るく持って行きましょう。私達はしっかりと声をかけて生活環境や健康状態を聞き取って行きます。皆さまが健康で安心して生活が送れるよう支援して行きます。些細なことでも遠慮なく話をさせて下さい。

介護支援専門員 田邊 美江

## 王喜の郷ホームヘルプステーションいるか

暦の上では春ですが、まだまだ寒い日が続いています。体調を崩されないように気を付けられて下さい。今回は、介護記録についてお伝えしたいと思います。介護記録とは介護に関わる全ての記録になります。ヘルパーは介助だけが仕事と思われがちですが、実際に業務を行う中で記録すべきことが多くあります。訪問時に利用者の方から聞いたこと、見て感じたこと日頃の状況と違うこと等、訪問時間内で把握し正確に記録しなければなりません。

利用者の方が自宅での生活を継続でき、必要な支援に繋がられるように今後も正確に記録をしていきたいと思えます。

訪問介護員 山村 保子

## 王喜の郷ミントの家 シニアハウス王喜の郷

年初めの行事として書初めを実施しました。昨年に比べ、筆の運びに戸惑いを感じられ、思うように書けなかったり、この方は参加されないだろうと思われた方がしっかり書けたりなど、意外な場面が垣間見られました。

今年は生活不活発(フレイル)の予防が推進される中健康づくりの為の実施メニューを考え、利用者・職員共に力をいれ取り組んでいきます。

3月の行事予定

- ・節分「豆まき」
- ・おやつ作り「芋もち」

皆さん楽しみにされています。

ミントの家 野村 恭子

## 放課後等デイサービス さくら

新年という事で子ども達と一緒に福笑いを行いました。目や鼻を正しい位置に置きたくて、少し目を開けてしまう子や、初めから全くしようとならない子、出来上がりのバランスの悪い変な顔を見て笑う子と様々でした。

正月を過ぎててもまたやりたいという子がいるのを見て喜んでくれたのだと嬉しくなりました。

2月は節分ということで、豆まきを行う予定です。子ども達に喜んでもらえるようなイベントにしたいと思います。



支援員 藤井 雄大