

## 一年の健康を願って 初詣(大窪八幡神社) に出かけました

寒さ厳しい1月中旬に、1・2・6・8丁目の方々が初詣に外出されました。皆様の祈りが通じたのか、いつもより寒さも和らぎ、穏やかな陽気に包まれた中で正月気分を味わっていただきました。

お賽銭を投げてお参りし、記念撮影をしました。神社で過ごせたのは少しの間でしたが、着替えて和装を楽しむ方あり、車中で鼻歌がよく出る方ありと、笑顔の多い時間を過ごすことができました。中には、以前から毎年この八幡神社へ参拝していたという方もあって、喜んでいただきました。

インフルエンザ等の感染予防に、全員マスクと防寒着を着用し、帰苑後体調を崩すことなく、経過しております。皆様の願いが成就するよう祈っています。



## 月に一度、音楽療法士 林先生 にご協力いただいています

うおずみ開設以来、青葉台うたうサークルの皆様同様に毎月開催していただいているのが、林美由紀先生による「音楽療法」です。林先生は、いつも季節に応じた物品をご持参され(例えば夏には、乾燥した小豆を転がして波の音を出す等)、風物詩を奏でて下さいます。また、参加者全員で合奏できるよう打楽器等も30個程ご用意されて、自らもピアノをはじめ、何種類もの楽器演奏を披露なさっています。そんな月に一度のひとときを、楽しみに待つ方も多数おられます。ここで、改めて先生を紹介させていただきます。

○活動範囲を教えてください・・・うおずみの他にも数施設まわっています。

○アイデアはどのように生まれるのですか?・・・本を読んだり、研修会等に参加したり、テレビ・ラジオ・新聞からもヒントをもらいます。

○ご準備が大変なのでは?・・・構成を考えたり、歌詞を模造紙に書いたり...と、時には夜中の3~4時までとりかかっていることもあります。

○何種類くらいの楽器を演奏できるのですか?・・・ピアノ、アコーディオン、リコーダー、サクソなど。

○やり甲斐のある活動ですね・・・向かい合う利用者の方々が、いきいきした反応を示されることが、一番の喜びです。そんな表情にいつも元気をもらっています。

林先生、毎月楽しい催しを、本当に有難うございます。今後も宜しくお願い致します。



### うおずみ 日本語検定(初級)

(1) 読み方と、①は意味も教えてください。

① 美人局 ②現( )を抜かす ③家鴨 ④糸瓜 ⑤黒子 ⑥胡坐

(2) ( )内を埋め、意味を説明してください。

①立てば芍薬、座れば牡丹、歩く姿は( ) ②朝風呂、丹前、( )  
③( )富士( )鷹( )茄子 ④竿の先に( )

※解答はご用意していません。お近くの先輩方におたずね下さい。各10点で100点満点です。貴方は何点とれましたか?

# うおずみ厨房だより

## ○選択メニュー

(2月25日(水)の昼食)  
カレー or  
白身魚のムニエル

## ○季節メニュー

(3月3日(火)昼食)  
ひな祭りメニュー



## ○ホットケーキを焼きました(7丁目)

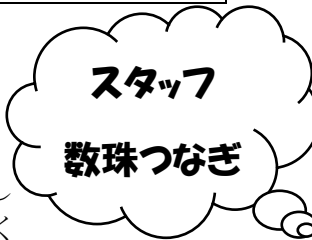
1月29日のおやつに、7丁目ではスタッフがホットプレートを使ってホットケーキを焼きました。生クリームとみかんをトッピングして、甘くとろける食感に浸る黄昏時でした。好評につき、またの機会を設けたいと思います。ご期待下さい。



▲渾身の作品。この後、皆様の胃袋へ

## 8丁目ユニット・リーダー 西 夏希

【生年月日】1982(昭和57)年9月2日  
【血液型】A型  
【趣味】スポーツ観戦、音楽鑑賞  
【家族】父・母・兄・双子の妹  
【ひとこと】ショートステイ担当になり1年が過ぎましたが、まだまだ勉強中です。入所者の方が心地良く笑顔で過ごしてもらえるように、他のスタッフと協力しながら提供していきたいと思ひます。



File 7



▲ショートステイご利用の方々と一緒に

## 節分 ~ 散らし寿司 を食べて、豆まき をしました



2月6日に、1丁目・2丁目では豆まきを行いました。豆を撒き、撒かれた豆を自分の年齢(数え年)の数より1つ多く食べると、体が丈夫になり、風邪をひかないという慣わしがあると伝えられています。また、豆を撒くことには、鬼に豆をぶつけることにより、邪気を追い払い、一年の無病息災を願うという意味合いがあります。皆様はご高齢であるため、食べるというおまじないは割愛させていただきましたが、これでインフルエンザ菌などの鬼を、追い払うことができたと確信しています。



▲2月3日の昼食~散らし寿司

## お知らせ

- ◎確定申告のシーズンです。ご希望の方には、医療費控除の証明等申告用の書類をご用意致します。事務所までお申し出下さい。
- ◎新聞紙上等にてご周知のとおり、来年度より介護報酬の改定が実施されます。3月に、当施設にて説明会を開催する予定です。日時は、追ってご連絡させていただきます。
- ◎入所待機者の方へ: 近日中に、意志確認書を送付致します。うおずみ入所申込を継続される方は、質問事項にご記入の上ご返送いただきます。ご協力の程宜しくお願い申し上げます。

### \*\*\* 今後の予定 \*\*\*

- 2月20日(金) 《魚住東高齢者大学》コーラス 14:00~ デイサービスにて
- 2月27日(金) 《音楽療法・林先生》13:30~ デイサービスにて
- 3月2日(月) 《青葉台うたうサークル》コーラス 13:30~ 地域交流室にて
- 3月12日(木) 《髪や》訪問理美容サービス



玄関に雛人形を飾っています

## 編集 後記



先月、神戸新聞夕刊の「随想」欄に、「子のつく名前」という興味深いコラムが掲載されていました。ご入所されている女性の世代には、戸籍上の名に自身で「子」をつけて名乗っていて、家族でさえそれを本名だと信じている場合が結構あるようです。最近の名づけは、逆に「子」をつけることを敬遠する傾向があり、オリジナリティあふれるものが増えています。ひらめきに近いシンプルなお高齢の方のお名前、凝ったものが多い若者の名前。各々にこめられた親心を創造すると、優しい気持ちになれるような気がします。立春を過ぎて、陽も長くなってきました。春の陽射しのような柔らかな笑顔を、今日もたくさん拝見したいものです。

