

YU 夢 ME

成人式の頃の思い出は私の一生の思い出になっていきます。戦後のベビーブームの世代で式場に人数が多すぎて入りきらなかったのでしょうか、私は式には出席しませんでした。しかし、母がせいろを使ってお赤飯を作って、家族みんなに祝ってもらいました。また、二〇歳には戻れないと写真だけは撮りました。着物はいくつか持っています



成人式

入居者 山崎 雅代

だが、母が私のためにいろいろ揃えてくれたり、手作りした物もありましたが、記念の写真にと母と一緒にデパートで買いました。今ではそのデパートも日帰り温泉施設に代わってしまいました。私は水色がとても好きで、この薄い水色の着物を選んだのです。髪の毛は美容院でやってもらいましたが、着付けは近所に着付けの上手な方がいて、頼んで着せてもらいま

もくじ

母とスポーツ・川柳……………	2
タイムトラベル 第二弾……………	3
新緑の諏訪の原丘陵散策へ参加して・短歌……………	4
長寿園の日々……………	5
長寿園の日々 編集後記……………	6

長寿園理念

「人生の目的は円満幸福の生活にある」との信念に基づき、高齢者がそれぞれ円満で幸福な生活ができるよう所要の協力と支援を行うことにより社会に貢献します。

【発行所】

一般財団法人 長寿会

小田原市入生田475

TEL.0465-24-0002(代)

発行人/加藤 伸 一

編集/「夢」編集委員会

した。そのまま歩いてトコトコ写真館まで行き写真を撮りました。よく晴れた天気の良い日だったことを今でも覚えています。

二三歳の時病気になり、失明しました。それから何年も経っていますが、物が見えていた時の記憶や経験がとても大切な宝です。自分の顔も鏡を見ることが出来ないのです。二〇歳の自分しか知らないのです。今はヘルパーさんの話を聞いたり、手触り、匂いを嗅いだりして物の色や形を想像しています。記憶や経験のおかげで想像できるのです。人生何が起きるかわかりません。体は大事にしてねと、みんなに言っています。もし病気になるってしまったもそれに打ち勝って欲しいと思っています。私もこれからも楽しく生きていこうと思います。

母が長寿園にお世話になりました。入園当初は不安や戸惑いがありました。が、皆さんに声を掛けていただいたり、自室にお茶などお招きいただいたりしてお顔見知りも多くなり「ここは同世代の人が多いから話が合う」が口癖になりました。私たちが家族も判らないで悩む事もありますが、職員の皆さんの親身になってくださる適切なアドバイスには、なるほどと感銘し日頃の介護には家族一同たいへん感謝しています。

母は神奈川県相模原市で生まれ育ち結婚後東京の八王子市に住み、その後五〇代で神奈川県秦野市へ移り住みました。活発な母は所々で運動を通して大勢の友達を作ってきました。女学校時代は薙刀の選手、子供が小さい頃はママさんバレー、その後水泳、卓球、バドミントン、六〇代からはユニカール、パードゴルフ、グラントゴルフ、地域の歩こう会にも入会してハイキングも楽しんでいました。スポーツを通して親しくなったお

友達の中にはカラオケ、詩吟、コーラス、日本舞踊、フラダンスを楽しまれる方もいらっしやいましたが、そういったものは、全く興味を示しませんでした。洋裁の得意な母はお友達のフラダンス教室の生徒さんの衣装を何十人分も縫ったり、女の子の孫が生まれますとワンピース、パジャマ、ガウン、保育園や学校で使うすべてのものを手作りしてくれました。

また、長男がアメリカカロサンゼルスやベルギーに滞在していた時には、引越しの手伝いや



母とスポーツ
ご入居者家族
石井 直美様

孫の世話に一人で何度も渡航していました。もちろん空港にはお迎いが来ているのですが、団体での海外旅行には慣れているとはいえ、この頃は六〇を過ぎていたので私たち家族も関心してしまいました。若い頃から本をよく読み、乗り物での移動では必ず本を持ち歩いていました。長寿園の図書室は充実していますので、いつも数冊拝借しています。お喋りも好きな母ですので、お散歩に出掛けられる時は是非一緒に連れて行って下さい。今後共どうぞ宜しくお願い致します。



孫の世話に一人で何度も渡航していました。もちろん空港にはお迎いが来ているのですが、団体での海外旅行には慣れているとはいえ、この頃は六〇を過ぎていたので私たち家族も関心してしまいました。若い頃から本をよく読み、乗り物での移動では必ず本を持ち歩いていました。長寿園の図書室は充実していますので、いつも数冊拝借しています。お喋りも好きな母ですので、お散歩に出掛けられる時は是非一緒に連れて行って下さい。今後共どうぞ宜しくお願い致します。

松本 正子
歳だけは母を超えたが
まだ未熟
憂しとみた世にも
ファイトの九十路

田中 和子
後でする思うそばから
もう忘れ
糸通しから難儀するお裁縫

青木 千代
今の世は金は一部の
回りもの
書く人の親切心が出る略図

小池 怜子
秋風のせい適量が守れない
木漏れ日へサルノコシカケ
息をする

田川 富子
食堂がちよっと華やく
窓の虹

迷い込むバツタを帰す
杖の先

孫の世話に一人で何度も渡航していました。もちろん空港にはお迎いが来ているのですが、団体での海外旅行には慣れているとはいえ、この頃は六〇を過ぎていたので私たち家族も関心してしまいました。若い頃から本をよく読み、乗り物での移動では必ず本を持ち歩いていました。長寿園の図書室は充実していますので、いつも数冊拝借しています。お喋りも好きな母ですので、お散歩に出掛けられる時は是非一緒に連れて行って下さい。今後共どうぞ宜しくお願い致します。

タイムトラベル

〈第二弾〉



食事について

理事長 加藤 伸一
管理栄養士 長谷川晴美

三〇年前の食事はどうだったの
でしょうか？

理事長

当時は戦前、戦中を過ごされた
ご入居者が多くパンやパスタ、
麺類などは軽食と言う考えがあ
りました。パンなどを出すと「西
洋かぶれだ。米の代用食ではな
いか」と怒られる事もあり、現
在のようなメニューは考えられ
ない時代でした。また、献立表
は現在とは違い主食・副食の記
載でした。

栄養士

そうですね。今日に至っては朝
のパン食希望者が増えています。

一〇年前と比べ大分増えていま
す。品数についても、少ないと
いうご意見をいただき、一品増
やしています。

また、以前は年に二回だった鍋
料理も今では月に二回行ってお
ります。

食事時間はどうですか？

理事長

食事時間になると行列ができて
おり、階段まで並んでいること
もありました。早く行かないと
残り物になってしまうというこ
とからか、戦後の配給習慣から
か並ぶことが当たり前だったの
かも知れません。

食堂の利用状況はどうでした
か？

理事長

自炊の人が二割と多かったです。
今ではほとんどの人が食堂を利
用しています。

食堂利用者が増えてきているの
は、食堂の雰囲気良くなつて

きたからでしょう。食事を終え
てゆっくりと談笑している方も
見受けられます。

食事形態についてはいかがでし
ようか？

栄養士

ミキサー食も以前は食材を全て
一緒にミキサーにかけてしまい、
色や味が混ざってしまいました
が、今は食材ごとにミキサーに
かけ、盛り付けも混ざらないよ
うに行っています。

長谷川さんが入職した頃と比べ
どうですか？

栄養士

入職当初、ご高齢な方は脂肪分
が少ないものが好みかと思つて
いましたが、肉・揚げ物・ウナ
ギが好きで、お刺身が出ると表
情が違っていたのに驚きました。
入職当時に感じたことで、今で
もその時の気持ちを忘れずに続
けています。

食中毒、感染症についてはどう
ですか？

理事長

保健所の指導で餅つきができな
くなりしましたが、お正月にはお

餅を提供しています。誤嚥事故
対策として多くの施設がお餅を
出さなくなりましたが、長寿園
では四季折々の風情を大事にし
ています。

病院における食事提供は栄養管
理が主体ですが、長寿園は「食
を楽しむ」ことを主体に併行し
て栄養管理も行っております。

お忙しい中、様々なお話を聞か
せていただき、ありがとうございます。
ありがとうございました。

進行 椎名 賢一



キャンパス小田原の講座・イベント情報を見て、一番短いコース、歩く距離四キロの諏訪の原丘陵、フラワーガーデンを選びました。

大雄山線の飯田岡駅へ集合、一〇人前後を一班として出発、馬頭観音の説明から、しばらく行くと、殆ど



入居者 小池 怜子

が上り坂、五月なのに真夏日、アスファルト道路を水分補給しながら、十か所、ガイドさんの明快な解説を聞きながら、ひたすら歩きました。

野草の花の名前に詳しい方ばかりで、驚きました。北ノ窪道祖神、お寺、神社、古墳など、流暢なガイドさんの説明と参加者の中の詳しい方の話も加わっ

て興味の尽きない四キロでした。県立おだわら諏訪の原公園、火砕流台地上の広々とした敷地で、それでもまだ四分の一整備

されただけというので、この先まだまだ広大な公園になるらしい。

丹沢の山並みを背景に足柄平野を一望出来る展望広場や、長さ一六九メートルの「ローラー滑り台」など、家族連れで賑わっていました。帰路はバスで小田原駅へ下りました。参加者で後期高齢者は、私ども二名でしたが無事帰り着きました。



お知らせ

キャンパス小田原の講座・イベント情報誌は、受付前のラックに入っております。ご自由にお持ち帰りください。

新しくなった
長寿園お茶室

「桜寿亭」

なります。足腰の

弱くなられた方々が継続できるのは、中心になるご入居者の知恵によるところ大です。まず、



長寿園では現在耐震改修工事中ですが、このたびその一環として、お茶室が全面改装されました。長寿園のご入居者によるお茶会の歴史は四〇年に及びます。現在は、七〇代から九〇代までの五、六名の方々が毎月催されています。出席される方は毎回職員も含めて一五名前後に



形式は立礼。今回の改修にあたり、設計には関係するご入居者のご意見が全面的に反映されており、お水屋も立ったまま使えるように長寿園独自の高齢者仕様です。

手すりの配置も非常に機能的です。ご入居者が主役という長寿園の理念が形になりました。

長寿園の目々

- 六月一日 十字町教会唄のプレゼント
- 六月一八日 父の日の集い
- 七月一日 七夕飾り付け
- 八月五日 夏祭り
- 八月二七日 コーチャル歌声の部屋
- 九月二三日～一八日 作品展
- 一四日 クラブ活動発表会
- 一五日 歌を楽しむ夕べ
- 一六日 キネマデイ
- 一八日 祝賀式典 アトラクション
- 二〇日 コールめんどり五〇周年コンサート



十字町教会唄のプレゼント



七夕飾り付け



父の日の集い



コーチャル歌声の部屋



夏祭り



夏祭り

短歌

をりをりに四季の花咲く
わが庭に別れを告げて
老の施設へ

鈴木芳子

その昔友禅洗ひし
犀川の水音聞きつ
遠き日を恋ふ



敬老週間「クラブ活動発表会」



敬老週間
「クラブ活動発表会」



敬老週間「作品展」



敬老週間「クラブ活動発表会」



敬老週間「歌を楽しむ夕べ」



敬老週間「クラブ活動発表会」



敬老週間「祝賀式典」



ヨール・めんどり50周年コンサート



敬老週間「アトラクション」

編集後記

「食欲の秋・スポーツの秋・読書の秋・行楽の秋・芸術の秋…」秋にはいろいろな言葉があります。皆さんはどの秋を堪能されていますか？今年も長寿園周辺の木々の色づきが楽しみです。

夢編集委員会

〈上更家ヘルパー〉
夏祭りの職員によるアトラクションに参加しました。練習の時初めて「カステラ一番」を聞き楽しい曲だなと思いき当日が楽しみでした。当日は着ぐるみを着て暑く、人前で踊るのも恥ずかしかったのですが、皆様が手拍子をして下さったり、「頑張れ」と声をかけてもらい最後まで踊る事が出来ました。皆様の笑顔がとても印象に残り貴重な経験になりました。