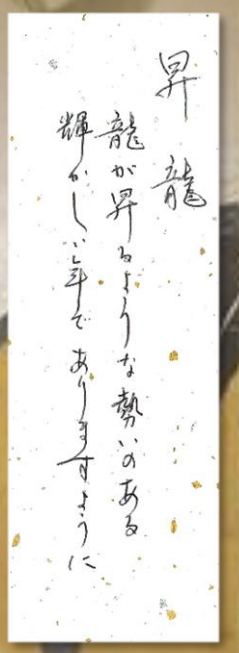




揮毫 書道倶楽部講師 紅林先生



新年明けましておめでとうございます。皆様には、健やかに新年をお迎えになられたことと心からお慶び申し上げます。本年もよろしくお願ひ申し上げます。

さて昨年5月8日から新型コロナウイルス感染症が「5類感染症」になりました。コロナ禍の中、皆様方

謹んで新年のご挨拶を申し上げます。

社会福祉法人聖啓会 理事長 星野正明



令和6年 1月号  
社会福祉法人聖啓会  
特別養護老人ホーム菜の花

今年はいよいよ以前の普通の状態に戻していきたいと思いますが、現状では今すぐにはできません。このような状態が続くことも予想されます。そうなれば利用者の皆様、ご家族の皆様にもご不便をお掛けすることになろうかと思いますが、よろしくお願ひ申し上げます。

皆様には日頃から、温かいご支援とご理解を賜り、厚くお礼申し上げます。社会福祉法人聖啓会は、今日まで地域の福祉のため尽力して参りました。特別養護老人ホーム「菜の花」は皆様に安心と生きがいをお届けできるよう心がけています。これからも皆様に喜んでいただけるよう職員一同、誠心誠意尽くして参りますので、より一層のご支援、ご協力のほどよろしくお願ひ申し上げます。

本年も皆様にとって良い年でありませうように、ご祈念申し上げます。年頭のご挨拶とさせていただきます。

のご協力のおかげで大過なく過ごすことが出来ました。まだまだ油断できませんが、これからも職員全員で感染症対策に万全を尽くして参りますのでご協力のほどお願ひ申し上げます。

今年はいよいよ以前の普通の状態に戻していきたいと思いますが、現状では今すぐにはできません。このような状態が続くことも予想されます。そうなれば利用者の皆様、ご家族の皆様にもご不便をお掛けすることになろうかと思いますが、よろしくお願ひ申し上げます。

皆様には日頃から、温かいご支援とご理解を賜り、厚くお礼申し上げます。社会福祉法人聖啓会は、今日まで地域の福祉のため尽力して参りました。特別養護老人ホーム「菜の花」は皆様に安心と生きがいをお届けできるよう心がけています。これからも皆様に喜んでいただけるよう職員一同、誠心誠意尽くして参りますので、より一層のご支援、ご協力のほどよろしくお願ひ申し上げます。



書道教室 講師 紅林定宏



### 12月3日 3階 カラオケ大会

DAM を使用して、歌謡体操・カラオケを行ないました。馴染みのある曲に合わせて体操を行うのですが、皆さん、歌に気を取られ、身体を動かすのを忘れていました。でも声かけをすると、できる範囲で大きく身体を動かし気持ちよさそうでした。

マイクを持ち、歌うのは恥ずかしそうでしたが、美声がユニット内に響いていました。「またやりたいね」と、次回を楽しみにしていました。



### 12月13日 書道倶楽部

今日は、お正月にちなんだ言葉を書きました。「もうそんな時期なんだね」と、年の瀬を感じながら、一筆一筆といねいに書いていました。書初め用紙に書くときは、配分が大変そうでしたが、納得がいくまで何枚も挑戦し、最後に仮巻に貼り完成しました。

素敵な文字がより一層引き立ち、ユニット内を華やかにしてくれています。



### 12月12日 到来物のみかんをみんなで楽しみました

ご家族様からみかんのお歳暮をたくさんいただきました。それもずっしりと重くて大きなツヤツヤの2Lみかんです。みかんを見ると「おひとつ、ちょうだい」と声がかかり、一番おいしそうのみかんを選び、ご自分で皮をむいて召し上がっていました。

柑橘の良い香りがユニット全体に広がりました。「甘酸っぱくておいしいね」と大満足のひとときを過ごすことができました。



### 12月22日 華道倶楽部

令和5年12月22日(金)に華道倶楽部を10時00分～10時30分で行いました。今回は4階のナースステーション前で金魚草、薔薇等を活かしていきました。5名の参加した利用者さんはとても楽しそうにお花を活けていました。普段は口数が少ない利用者さんも張り切って、「うまいった。」とか「なかなかうまいかないよ。」とか感想をお互いお話ししながらとても和やかなで明るい雰囲気時間を過ごせました。

華道倶楽部担当



### 12月16日 M様ご家族様より野菜沢山いただきました

以前富士ユニットに入所されていたM様のご主人さまより、「山分けしろよ(笑)」とお野菜やみかんを山のようにいただきました。

入居者様と職員でたっぷり山分け(笑)させていただきました。ごちそうさまです！ M家のみかん、美味しかったです。



### 12月14日 健康倶楽部

12月14日に4F 瀬戸ユニットにて健康クラブを行いました。富士ユニットや烏帽子ユニットの入所者様たちも参加してくださいました。

普段のメニューの他に、下肢筋力強化メニューや認知症進行予防メニューも取り入れて行いました。4F スタッフも写真係や盛り上げ役をしてくれ、入所者様たちに笑顔も見られ喜んでいただけました。



### 12月14日・18日 青島北中学校の学生さんからプレゼント

可愛いサンタクロースが菜の花にプレゼントを届けに来てくれました。手作りのクリスマスツリーには、メッセージがたくさんありました。一つ一つ読みながら、「最近の子どもはハイカラな名前だね」と、刺激を受けていました。シクラメンもプレゼントしてくれ、施設内が明るくなりました。来年もサンタクロースが来てくれるといいですね。

行事予定:(変更する場合もあります)  
毎週金曜日 華道倶楽部  
第2・第4火曜日 健康倶楽部  
第2水曜日 書道倶楽部  
第1水曜日 絵手紙倶楽部

菜の花だより・お知らせ・公開資料は、ホームページからご覧いただけます。  
発行:社会福祉法人聖啓会  
特別養護老人ホーム菜の花  
電話:054-646-7087  
http://seikeikai.info/ 編集:中村



背景の絵は、円山応挙の「群鶴図屏風」です。パブリックドメイン(著作権フリー)の画像を使用しています。今月も個別の写真を増刊号としてホームページに掲載予定です。ぜひご覧ください。懇ユニット特集も掲載中！ ←菜の花ホームページQRコード

### 12月3日 3階 クリスマスツリーを飾ろう

「一年間、あっという間だね！」とお話しながらクリスマスツリーを飾りました。赤と緑でぐっと12月らしくなりました。雪やリボンを付けて華やかになるにつれ気分もうきうき。家族でケーキを一緒に食べたのを思い出して、「みんな元気にやってるかなあ？」と子供や孫のかわいい顔を思い浮かべていらっしやるようでした。こちらは皆様お元気です。この笑顔です。ツリー以外にもフロアの壁飾りも手伝っていただきましたよ！

### 12月25日 クリスマスはお寿司(おかわりも自由！)

今日は、毎年恒例！！待ちに待った握り寿司の日です。「べっこうはあるかな」「のり巻も食べたいな」と、わくわく心を踊らせて待っていると、10貫盛りのお寿司が配膳されました。「わあ～すごい！！」と、歓声が沸きました。おかわりも自由でしたので、「まぐろが食べたいな、2つもらえる」と、満足するまで召し上がっていました。お腹一杯・心一杯のご馳走ランチになりました。

### 12月22・23・25日 各階でクリスマス会

4階クリスマス会を行いました。清水さんのギター演奏は素晴らしくて、利用者様も大声で歌う方や、自分流に歌う方、恥ずかしいけど口だけ動かしている方、楽しそうに手拍子している方、皆さん、思い思いに楽しんでいました。清水さんに見惚れて、最後まで手を振っている方の笑顔が素敵でした。職員は、サンタクロース・雪だるま・トナカイになり、プレゼントを一人一人にお届けしました。皆さん、嬉しそうに笑顔で受け取ってくれました。

### 12月14日 ひだまりをお散歩

久しぶりにお散歩に出かけて、外の空気を吸って、冬の季節を感じて。皆さん、嬉しそうな表情をしていました。残念だったのは、富士山を見ることが出来なかったことですが、内瀬戸川には、カモがたくさんいました。皆さん、真剣にカモを数えていました。「今日は最高です」「楽しかったです」と、楽しいひとときになりました。

### 12月19日 みかん狩り

菜の花の畑にもみかんがたくさん実りました。天気も良く暖かい日でしたので、お散歩がてらみかん狩りに出かけました。「甘いのだれかな」「大きいのを探していこう」と、皆さん、思い思いのみかんを探り、ユニットに戻りました。「数日、おいたほうがいいのかな」「やっぱり食べよ～いただきます」と、ほおぼっていました。「甘いよ、ひとつ食べな」と、周りの方にお裾分けをしたいと和やかなひとときになりました。

### 12月29日・31日 年越しそば

そばが、細く長く伸びることから、健康長寿や家運長命など願って食べられた説もあり、今でも年越しそばの習慣が残っているようです。「年越しそば・・・！？もうそんな時期かね」と、年の瀬を感じていました。菜の花でも少し早いですが29日に召し上がりました。「美味しかったよ」と、ペロッと食べ、ご満悦のようでした。これで来年も元気に過ごすことが出来ますね。

### 聖ユニット特集 ♪ 憩ユニットはどんなユニットですか？

穏やかでありながらも、それぞれの強い個性と主張が光ります☆  
ご飯もおやつも毎度完食！ご長寿&福々しい皆さんです。

### 職員の皆さん、2024年 新年の抱負と頑張りたいことは？

**佐藤葉子**  
認定介護福祉士を目指します。

**早川有希子**  
家族との時間も自分の時間も大切にしたいです。

**前田有美**  
体力をつけて日々を健康に過ごしたいです。

**小長谷稜**  
健康第一！

**高橋ことみ**  
今の自分を見直したいです。

**漢人朝美**  
体を鍛えて、健康になりたいです。

## Healing

意味 くほっとする・心と身体を回復・大宇宙に充滿する命

1月のHealingは、☀️ 光る年に・・・☀️ です。

令和6年1月激動の年の幕開けです。  
人生90歳で時間に換算すると788,400時間になるようです。  
皆様は今現在のどの位の中で人生の大事な時間を過ごされていますでしょうか？  
「人生とは選択の連続である」と、かのシェークスピアの格言です。正しく「自分の人生を決めるのは自分自身の選択」です。私達も“選択して今がある”選択したからには自分に責任があるわけで、全て瞬時に又は、時間をかけてでも、選択が求められます。  
選択(判断)はナイチンゲールの言われる“毒か薬か”を常に考えると、この人に何をしたらいいのか、「薬になる為の行為か毒になる行為」かが解りやすいと思います。気持ちの持ち方も同じで、幸か、不幸か心の持ち方(選択)で人生が変わります。  
菜の花の職員の日常は常に前向きモードの良いサービスを選択し、クリスマスは自作のトナカイに乗って、又お正月にはお琴の曲(春の海・六段など)を全館に流し甘酒のサービスで楽しい時を過ごされました。  
面会時にK様の娘様から「母の手がすべすべで嬉しかった何時も冬になるとあかざれで、手が可哀そうでしたけど、安心しました」と言われました。  
菜の花を選択して下さいましたご家族様と  
福祉の仕事を選択した職員の一年が☀️ 光る年☀️ になりますように・・・。

