

### 「健康平安を祈願」

新春明け早々、一月のAユニット・ショートステイの行事で、初詣神社として全国的に有名で、伝統のある進雄（すきのお）神社（市内柴崎町）に行ってきました。

この日は朝から晴天に恵まれ、午前、午後に分かれて参加されたご利用者の代表六名の皆様は、それぞれ大変喜ばれ出発前からいろいろな話題に花が咲いていました。

中でも、K様にとって進雄神社が以前住んでいた家から大変近いこともあり、とても懐かしい様子で、また歴史ある進雄神社の近くに住んでい



たことを何か誇らしく感じているようでした。初詣を終えた帰り道には、同行者の皆さんの協力を得て、K様が当時住んでいた家まで寄り道をし、心に詰まった多くの思い出を辿ってきました。穏やかな陽射しと、ひんやりした空気が、一年の幸せを祈願して、皆様の笑顔にまた、こちらにも幸せを頂きました。（Aユニット・ショートステイ S）

### 「喫茶店の思い出」

1月の行事でDユニットでは、デザート作りを行いました。

出来上がったコーヒーゼリーを、おやつ時間に利用者様にお出しすると、期せずして「わあ！美味しそう！」「コーヒーのデザート大好き」などの声が上がりました。

そして、「昔はオシヤレして、よく友達と喫茶店でコーヒーを飲んだよ」と話が弾み、職員に昔の思い出話してくれました。「これでも昔はモテたんだよ」と、少し照



れながら話をする、周囲に笑いが広がり、中には「もつとデザート食べたいな」と言われる方もいらつしやいました。

今回のお菓子（デザート）作りは、利用者様の若き日の思い出やご家族の事など、たくさんのお話を聞く事も出来て、職員にとっても大変有意義な時間になりました。（Dユニット K）

### 「初詣とラーメン」

新年を迎え、初の行事となる初詣に、E・Fユニットを代表して北澤忠太郎様と佐藤せい様が参加されました。

このうち、北澤様は新春にあさわしくとても活気ある様子で、総社神社の境内では、他の参拝客にもさかんに声を掛け



ておられました。佐藤様も久しぶりの外出で「いい気分転換となった」と話されていました。

初詣の帰り道には、当初の予定を変更し北澤様の強い要望で「ラーメン店」にし、食事と休憩を取ることに。ここはラーメン好きの北澤様ごひいきの店で、この日も大いに満足感を味わったようでした。（写真）

施設に戻った後も、その余韻を感じさせ、職員に「あそこの店が一番うまいよ」などと嬉しそうに話してくれました。

今回、代表参加の初詣ではありましたが、お二人のご様子から、E・Fユニット皆様の良い一年のスタートが出来たと思われました。（E・Fユニット S）

### すこやか生活目誌

まだまだ寒い日が続いていますね。皆さん風邪をひいていませんか。体を温める食材と言え「おねぎ」が思い浮かぶでしょうか。

生姜の辛み成分ジンゲロンには血行を促進し、代謝を高める効果があります。同じく辛み成分のショウガオールには抗酸化作用が期待されます。

ねぎの香り成分アリシンも血行促進作用を持ちます。また、エネルギー生産に必要なビタミンB1の吸収を助け、疲労回復効果もあります。

薬味として使うのはもちろん、生姜はおろしてはちみつとお湯で溶いて飲んだり、ねぎは食べやすい大きさに切り甘味が出るようによく焼いて食べたりするのも良いかもしれませぬ。



（管理栄養士）

### 編集後記

『石の上にも三年』私は今年の三月で高崎花の苑での業務が丸三年となります。思い返せば大変なことも多かったです。が、何とか皆様のおかげでやってこれました。などと回想しているどころではなく、高崎花の苑三号館の開設が目の前に来

ています。大げさに言うとお仕事は『戦場』と化すのです。高崎花の苑には優秀な武将が何人もいます。私自身はB級ですが、タクトを振り、戦わなくてはなりません。

日高病院のとあるお方が言っておられました。『戦略』を成功させるためにミクロな視点で『戦術』があるのだと。ビジネスモデルについてもっと勉強しておくべきでした（汗）

（管理者）

