



敬老の日



敬老の日おめでとうございます。
 9月14日は、敬老の日のお祝いをしました。
 お昼ご飯は、ステーキ御膳。長寿の方はお肉好きの方が多いため、柔らかい焼き立てのステーキを召し上がっていただきました。他にお赤飯と茶碗蒸し。デザートには季節の果物ぶどうです。ユニットには、ステーキを焼く美味しそうなにおいが漂い、皆さん笑顔で召し上がられ「毎日こんな御馳走食べたいな〜」と言われた方もあり、フロアは笑いに包まれました。

午後は、敬老の日イベント。まずは数えて100歳を迎えられる5名の方をみんなでお祝い。皆さんからは長寿の秘訣を伺いました。その後はユニットに分かれて『ご長寿クイズ大会!!』施設長の写真を見ていただき「この人は誰でしょうか?」との問題に「総理大臣!!」と答えられる青木福子さん。他にも珍解答続出。会場は大爆笑で、笑って健康!!笑って長寿!!さらに長生きしていただけるような楽しい会になりました。敬老の日当日は、わらべ館の子供たちからお年寄りお一人ずつにメダルのプレゼント。皆さん可愛い子供たちの姿を喜ばれ、明るく賑やかな敬老の日となりました。(佐久間恵美)



若山 ふみ子さん

大好きな赤飯やおこわ等の美味しい食べ物を食べる事、学校で習った書道や読書等の趣味を楽しむ事、日記を毎日つける事です。書道は校長先生から厳しく教わりました。食べ物は好き嫌いなく食べます。



100歳のみなさんに聞きました!!

数えて100歳となられる5名の方に聞きました。『長生きの秘訣はなんですか?』



青木 福子さん

長生きの秘訣は何でもよく食べる事と、何でも気にしない事よ。



益山 花子さん

長生きの秘訣はおしゃべり。私は長年商売屋で色々な方と会話してきました。それがよかったのではないかと思います。まさか私が100歳まで長生きするとは思いませんでした。



南谷 秋枝さん

毎日の規則正しい生活と自分でできることは自分で行う。今もシルバーカーで歩いてリハビリ決行中!! 毎日頑張っています。睡眠時間もしっかりと取るようにしています。



山田 きぬゑさん

親から教えられてきた質素な食事、山の物、地の物、海の物をバランスよく食べることを守ってきました。あと、毎日緑茶を飲んでいました。家事から家のことをほとんど一人でやって、良く働いてきました。



益山花子さん 99歳の誕生日の様子

9月25日に99歳の誕生日を迎えられた益山花子さん。前日には、息子さんご夫妻、お孫さんご夫妻、ひ孫さんたちとお祝いをされました。お刺身と生クリームたっぷりのケーキが大好きな花子さん。花子さんの好物をいっぱい詰めたお弁当とスタッフお手製似顔絵ケーキを沢山召し上がられました。その後、ご主人のお墓参りに行き、ご自宅にも帰られました。久しぶりに自宅に帰られ「ここに来て良かった。充分な気持ちです」と言っていました。花子さんにとって、思い出に残る99歳の誕生日となったことを嬉しく思いました。(内藤勇次郎)



すずの郷新聞 第85号

施設長のつぶやき
 台風も過ぎ、周りの自然もすっかり秋の装いとなり、葉の色づき、稲の匂い、実りの秋となつてまいりました。私たちが味覚を楽しみ、行楽や敬老のお祝い、小学生や保育園との交流会もありと、体も心も(お口もお腹も)大いに動かし、たくさんの方の秋を満喫しよう。

今日のメニュー
 大好きなお寿司を食べに出掛けた浅井みねさん。アピタの丸忠で、お寿司を注文。なんと!!一皿のポタンエビをもう一皿頂きました。全部美味い!!とポタンエビの五皿を500円食べた。みねさんでした。

国分小学校 5年生との 交流会

今年も毎年恒例の国分小学校との交流会を行い、44名の小学5年生の子供たちが遊びに来てくれました。今年には餅つき、風車作り、カラオケ、風船バレー、ボーリング、人形焼き作り、ピニャータ（メキシコのお祭りで行われる遊び）の7つのブースへ分かれて交流をしました。

餅つき、人形焼きのブースでは、皆でワイワイ協力し合っておやつを準備をしたり、風車作りでは真剣な顔で風車を作り、カラオケでは子供もお年寄りも好きな歌を歌い、時代は違いますが皆で楽しく過ごし、ピニャータ・ボーリング・風船バレーでは子供もお年寄りも身体を動かして楽しみ、それぞれのブースで様々な時間を過ごすことができました。

みんなでおやつを食べた後は、小学生の皆さんから歌とリコーダー演奏を披露していただきました。『ふるさと』や『赤とんぼ』などお年寄りにも馴染みのある歌を聞いて涙される方や、一緒に口ずさみながら喜ばれている方もみえました。

子供達と過ごす時間はあっという間でしたがとても楽しい時間になりました。
(木野哲矢)



日課のハトの観察 宮崎タケ子さん



ある日、西館の中庭の紅葉の木に鳥の巣ができていました。宮崎タケさんがちょっと来て欲しいと手招きで呼んで下さり「あー！！」と教えて下さいました。そこには頭だけひょっこり出した鳩の雛が二羽いました。西館の喫茶が開かれている時には他のお年寄りの方も鳩の様子を気にされておられ、親鳥が餌を運んでくると歓声が上がり話題になっていました。10月6日に一羽が巣立っていき、次の日にもう一羽も巣立っていきました。毎日鳩の親子の観察をして、台風の日も心配して見守っていただけに、今は少し寂しい残された巣を眺めているタケ子さんですが、来年もまた来てくれるのを楽しみにしておられます。
(筒井早織)



馴染みの鰻店と 理容店へ 石黒武男さん

今年の4月17日にすずの郷に入居された石黒武男さん。娘さんから、散髪は「ヘアーサロンマツダ」に行っていたという話を伺い、9月13日に馴染みの店「魚熊」と理容店「ヘアーサロン・マツダ」へ出掛けました。まずはお昼ご飯を食べに魚熊へ。久しぶりに行かれたとのことで、武男さんはキョロキョロと店内を見渡しておられました。ご自身でうなぎ並井を選ばれ召し上がられました。懐かしい雰囲気になり、食が進み、大好きな鰻は殆ど食べられ「美味しいな」とおっしゃられました。昼食のあとはヘアーサロン・マツダへ。約1年振りに行かれたそうです。普段は寡黙な武男さんですが、店主より「昔は散髪しながら家や仕事の事等をよく話されていた」とのお話を伺い、すずの郷の来られる前の武男さんの様子を知る事が出来ました。稲沢に昔からある「ヘアーサロンマツダ」は、すずの郷の理事長も長年利用しているとのこと。武男さんが伺った日の午前中には、偶然にも理事長が来ていたと店主から聞き、その話題でも話が盛り上がり、思いがけなく楽しい時間を過ごすことができました。帰りには「最近では会えなかったから心配していたけど、顔を見れて安心しました。また来て下さいね」と嬉しいお言葉をいただきました。これからも馴染みのお店や大好きなお肉やお寿司のお店と一緒に喜んで頂きたいです。
(野田正史)



馴染みの店で懐かしい店主と記念撮影



8月の武光観光は、琵琶湖で汽船に乗りランチビュッフェを楽しんでいただきました。この日の天気はあいにくの雨予報ではありましたが、皆さんの『武光観光を楽しみたい!!』という熱い思いが届いたのか、クルージングのときだけ天候に恵まれました。

船に乗り込んですぐに、バイキング方式で昼食を楽しみました。食事を食べている間にいつのまにか船が出港したのを誰も気づきませんでした。それぐらい静かで優雅なランチタイムでした。

皆さん好きな物を召し上がられ、美味しくランチをいただいた後は、デッキに出て琵琶湖の景色を堪能しました。立って景色を見たいと早瀬りつ子さんが車椅子から立ち上がり、手すりにつかまって景色を楽しまれる様子を見て、鈴木千代野さんも後に続いて立ち上がられ、船から身を乗り出し一緒に船の旅を楽しまれていました。

今回、～イケメンと行くクルージング～ということで、一緒に行きたいスタッフをご指名された入居者さんもおられ、大好きなスタッフと一日一緒に楽しんでいただきました。一緒に参加されたご家族さまも「イケメンと一緒に写真が撮れて、一生の思い出になりました」とこの企画を楽しんでいただき、いつもと違った船の旅を入居者さん、ご家族さまに楽しんでいただけた9月の武光観光でした。
(松本孝子)

武光観光だより ～イケメンと 琵琶湖クルーズ～