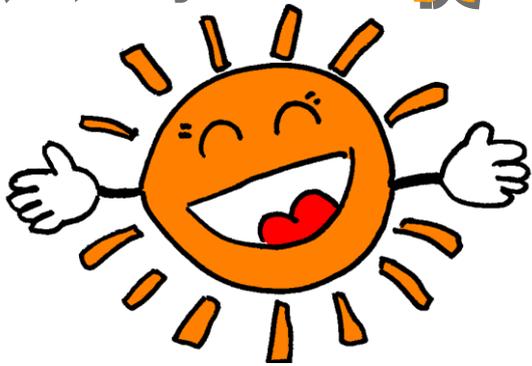


# サンホーム便り



## 長野県 志賀高原

平成二十二年もあっというまに過ぎ、平成二十二年を迎えました。今年も昨年同様、激動の一年が予想されますが、利用者皆様のご多幸とご健康をお祈りしてやみません。今年も皆様に喜んで頂ける様、職員一同頑張りますので、宜しくお願い申し上げます。

### 「年の始めに」

園長 豊野秀一

新しい年を迎え、今年一年が皆様にとって良い年でありますよう心からお祈り申し上げます。

さて、今年の干支は卯年ですが、サンホーム利用の方の中で年女の方が二名、年男の方が二名いらっしゃいます。皆さん八十四歳を迎えられる(た)方々ですが、健康に留意してお元気に過ごしていただけるように、そして八十四歳という年齢は、サンホームにおける平均年齢と同じですので、今後益々の頑張りを願っております。

今、サンホームでは来年度(二十三年度)の

事業計画を立てています。皆さんの声、ご意見を参考に進めておりますので多くの「ご意見」をお寄せ頂きサンホームでの生活が潤いのある充実したものになるよう皆で取り組んでいきたいと思っております。

ところで、社会一般に関しては、あらゆることが混沌としていて、先が見えない状況では不安が募るだけで生活意欲が萎えてしまうのが現状ではないでしょうか。

ここで日本の底力を発揮するには大胆な政策を打ち、同時に経済、財政、社会保障の改革を推進することによって、現状打破に繋がるのではないのでしょうか。今年の干支の兎に肖り耳を敬て、飛び跳ねる準備が必要だと思います。

しかし、サンホームにおいては、如何なる状況下であっても着実に歩んで参りますので皆様方のご支援、ご協力の程よろしくお願い致します。

それでは皆様、向寒の折、ご自愛ください。



新しく二名の方が入居されました。新入居の方に寄稿していただきました。

## 新入居者のご紹介

「新入居挨拶」

川下 絢一

サンホームに入園して3ヶ月目に入りますが、前居たアパートは一階に居ましたが、冬は寒くてガスストーブの為、光熱費が月九千円もかかりました。  
サンホームは畳が温かいので素足でも居られます。  
日差しが良いと昼間は二十七度にも上がって半袖で居られます。  
サンホームにお世話になって感じたことは食事が楽です。支度しないで食べられて食器を洗わなく

てもいいし私にとって天国です。  
天国に行く前に『サンホーム』という天国に寄り道させて下さい。



「私のこれまで、これからの歩み」

筒井 栄子

九州の佐賀県の塩田町の田舎に生まれ、小学、中学校、洋裁学校を卒業し大阪のおじの家に就職し、言葉・仕事・人間関係に慣れるまで大変でした。  
数ヶ月経ち、仕事、人間関係にも慣れお友達も出来、楽しい日々が続く、彼も出来、結婚をし、毎日が楽しい日を過ごしました。  
ある時彼がガンになり手術をし、一度は良くなりましたけど病気に勝つ事ができませんでした。それ

からは私一人で頑張って来ました。  
東京の妹といっしょに十年間青葉町で暮し、でもこれからの人生を考えると、今のままではいけないと思ひ、新しい生活をサンホームさんで元気に過ごしていければと思っています。



～おでんバイキングの様子～

## 『冬号特集』

### 利用者様からの寄稿

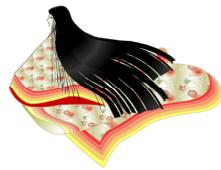
#### 「源氏と中山幹兄」

早川 昌明

去年正月十四日、中山幹兄が昨夜入院先で亡くなられた事が昼食時の食堂で、我々入居者に知らされた。あっけないお別れの知らせだった。もう暫くホームで一緒にできるものと思っていた。小生は一瞬「しまった。」と思った。勝手に兄貴分の師として仰ぎ、教えを受け、助言指針を受けていた。まだまだお尋ねしたい事があったのに。これが死という別れというものか、残念。

源氏の講座の時、「久し振りに下調べのため全帖、四度目の原文による通読を試してみた。」講座が始ま

って、冒頭の所で軽く話し始められた。これには小生、ぶったまげて仰天した。これまで古稀過ぎまで生を受けてきたが、こんな人に初めて出会った。高校古文教諭の人も二、三人いるが、須磨の巻あたりで頓挫するのが、せいぜいで、全帖五十四帖を、全巻を講座の為、四度目の通読を、何という人が、この世の中に居るんだ。谷崎源氏をはじめ現代語訳本がいくつ出版されているが、それすら小生は読んでいない。はなから読みたいと思った事がない。源氏物語は。



雲上人の世界、今風にいえばイケメン、プレイボーイの女漁り、女狩り、女たらしの話が連綿と続くうんざりだ。かなり、コンプレックス（劣等感）メンタル面で入ってきている僻み根性が入り込んで

できていると自分でも感じる、醜男（ぶおとこ）そのものといえる。中山兄が源氏の美しさに純に引かれる、どこから来ているのか、直に聞きたかったが、それは今となっては詮ないこと、誠に残念。でも、中山兄とホームで出会った事は、なんと幸運で実に多彩多義にわたって物の見方を教えて頂いた。

“鮒ずしや彦根が城に雲かか”（蕪村）中山兄より「世の中でこんな凄い意味深な、男だったらわかる句、こんな句を他にうたった俳人おられますか。」これを提示され「自分はイライラするような気分の時、蕪村の句集を開く。すると落着く。君も蕪村の句集を開いてみませんか。きっと心静まりますよ。しみじみとした味わい深い句に必ず出会いますよ。・・・。」

中山兄の味いと線まではとても行けそうにないが、小生なりにチャレンジという程ではないが句集を開いてみようと思っております。中山兄の一年忌にあたりエピソードの一つです。

「今日までのサンホームの生活を省みて」

平澤 重昭

皆様新年明けましておめでとうございます。

六十二歳で当施設へ入居してはや二十年をわずかに切る年月となりました。思い出せば言いつくせぬ職員様のご指導のもとに今日迄生活させて頂きこの上ない感謝の気持ちでいっぱいです。

元気でおられた方も次々と日を追って死亡され残念でした。

豊野施設長以下各職員様にはこれからお世話になります。

私も健康に気をつけて生活していきます。

短文で誠に申し訳ございません。これからもよろしく。



職員の初夢を特集しました。いろいろな夢を見たようです。皆様はどんな夢を見られましたか？

主任介護員 加島 千津子

縁起のよさそうな夢は見えておりません。というより、忘れてしまっているのですね。

来年見たい夢ということ・・・「広い広いサバンナにたった一人幻想的な日の出をぼーっと見ている」

そんな夢が見たいものです。

生活相談員 生天目 尊

初夢・・・縁起の良い夢を見る  
と良い年になると聞きます。

年末年始にかけてお休みを頂きましたが、普段全く手付かずの荒れ放題の我が家の掃除に明け暮れるように寝てしまいました・・・

ということ、今年が多忙になる一年になりそうです。今年も利用者さま中心に頑張ります。よろしくお願いします。



介護員 伊藤 華恵

目の前にはお寿司、左を見ればステーキ、右を見るとピザやパゲッティ・・・

ステーキを一切れ持って口に運び幸せな時間が訪れた時・・・

目ざまし時計が私を現実の世界に呼び戻し、仕事向かうのでした。

介護員 上野 浩志

億万長者です。ありふれた夢ですみません。これは年中見ている夢です。自分でも飽きてきています。ただ思う事は、お金があ

っても健康がなければ何もなりません。自分の健康と周りの人の健康を祈るばかりです。今年は兎のように弾む心で、皆が過ごせる事を初夢にしたい今日この頃です。

介護職員 野口 義治

朝のシャワーを終えた俺は、いつものように洗いざらしの長髪にトニックローションをかけ地肌マツサーシをしていると、遠くから俺を呼ぶ声が聞こえた。

『野口園長！野口園長！』まったく朝から騒々しいと思ったら、懐かしのスポーツ名場面特集したテレビ番組の中で、高校野球の三沢高校対松山商業の決勝戦延長を絶叫するアナウンサーの『とうとう延長！とうとう延長！』の声だった。そこで目が覚めた私。皆様、今年もよろしくお願ひします。

「今年の抱負」

介護員 宮原 紀子

今年の初夢は見ませんでした。利用者様、皆様方と共に健康で楽しい年が送れます様にこれからも頑張りますので宜しくお願ひいたします。

栄養士 大塚 千尋

私が今年見た初夢は、仕事関係の書類が机の上に山のようになっ  
ていてどこから手をつけていいかわからなくなってしまう恐ろしい夢でした。現実にならないよう、計画的に仕事に取り組みたいと思います。

調理員 真藤 肇

残念なことに、今年初夢を見る  
ことが出来ませんでした。

代わりとっては何ですが、今年  
の目標として、味はもちろん、  
目でも雰囲気でも楽しんで満足  
できる食事の提供を心がけてい  
きたいと思ひます。今年もよろ  
しくお願ひ致します。

調理員 栢下 美津子

健康を維持しながら卓球を続け  
ていきますが、関東主催の一月二十  
九日・三十日の試合で優勝した夢  
を見ました。実現できるよう頑張  
ります。

調理員 谷合 澄枝

主人を亡くして早五年。  
夢で恋しちゃった！出会いがあっ  
たのです♪  
その彼は・・・  
私の大好きな主人にそっくりで  
した。  
今年も素敵な出会いがありますよ  
うに・・・。



調理員 後藤 千寿子

新しい年の初めに一年間の目標を立て、その目標に向かって邁進して行きたいと思います。



調理員 斉藤 淳二

残念なことに最近では夢を見ることが少なくなってしまうました。ですがやりたい事はけっこうありまして、何とか実現したいと思いつつ頑張っています。

手近なところで北海道をバイクで一周すること。もっと大きな夢は、アメリカ大陸横断・・・  
気持ちいいだろうな！

「初夢を見る前に・・・」

事務員 高野 睦子

元旦の朝、湯島天神でおみくじをひいたら、なんと！第一番の大吉をひきました。

今年は何か達成感がありそうな予感。皆様から色々な事を教わり、また一年勉強します。

宿直パート 手塚 之康

ゴルフ大好き人間の六十三歳です。ゴルフを始めて三十五年。最近では年間三十回程のラウンドプレーを行っています。永年の夢であるホールインワンがいつに出ました（本当ならうれしいな！）



## 行事報告

「サークル発表会と作品展示会」

介護員 伊藤 華恵

十月三十一日（日）サークル発表会が行われました。毎年、平日に行っていますが、今年度は家族の方や知人の方にも見に来てほしいという利用者さんの希望で日曜日に行いました。

作品展示会は、発表会前より利用者さんがサークルや趣味で作成した色々な作品と、一階にあるディスプレイの作品も一緒に展示し見学に来た方にもお褒め言葉を頂きました。

「家族会（介護の日）」

生活相談員 生天目 尊

平成二十二年十一月七日、介護の日（十一月十一日）とかけて家



## ～家族会の様子～

族会を行いました。

介護の日は「いい日、いい日、いい日、  
毎日、あったか介護ありがとう。」  
を念頭に、「いい日、いい日、いい日」にか  
けた覚えやすく、親しみやすい語  
呂合わせから来たようです。

当日は笑いの療法士赤川浄友氏  
を招き、老いとは何か、笑いの効  
能についてピアノの弾き語りを含  
めて講演が行われました。

おじいちゃんやおばあちゃんが  
ごくありふれた生活の中で孫に話  
した内容が、実は今大事であるこ  
と、現代社会の心の問題を鋭く突  
いた話や、自らピアノの弾き語り

をして曲の歌詞から人間とは何か、  
生き方とは何か等、その内容から  
感じられる意味合いを深く講演し  
て頂きました。

レジュメに沿った研修や講演に  
慣れていきましたが、ピアノを用い  
た講演は音を通して聞く人の胸に  
自然に沁みこむようにスツと入っ  
て来ました。

また今年度初の試みとして、デ  
コレーションしたケーキとお茶を  
用意し、利用者さま、ご家族さま、  
職員と語らいの場を設けました。  
例年よりも三者の話し合いの時間と  
多くの参加がありました。

サンホームでは今後もより質の  
高い生活と支援を目指し取り組ん  
で参ります。

### 「紅葉ミニドライブ」

介護員 上野 浩志

十一月十七日、利用者十七名、  
職員四名で色鮮やかな紅葉が有る  
事を、祈りつつ奥多摩方面の御岳  
に出かけました。暫くすると、西

に山が見えはじめましたが、緑が  
多く紅葉が見えませんが、ちょっと  
さみしい気持ちになりました。山  
に近づくと麓では、ちらほらと紅  
葉を見る事ができました。ワト  
驚く様な紅葉ではありませんでし  
たが、木によっては色づきの良い  
ものやこれから赤くなるものも見  
られ、気分的には満足したもので  
した。そして、御岳美術館に到着。  
この美術館は、多摩川の上流、御  
岳渓谷遊歩道に面した景勝の地に  
位置し、明治・大正・昭和にいた  
る近代美術を展示してあります。  
彫刻・絵画等を鑑賞した後は、渓  
谷の寒さを感じながら、紅葉をバ  
ックに、記念撮影を優雅に？行い  
ました。昼食は、四季折々のそば・  
うどんが堪能できる、「きり山」で、  
もみじそばや天せいろそば等をい  
ただき、皆さん秋の味を満喫し大  
変に満足されていた様子でした。  
その後、へそまんじゅう屋、農協  
直売センターで、買物をして無事  
帰園。参加できなかった利用者さ  
んも、昼食外食デーでお寿司やオ  
ムライス等を出前しました。おい

しかったとの声も聞かれ、皆さんが笑顔で過ごされた1日になったと思います。



## ～紅葉ドライブ～

「立川混声合唱団

コンサート開催」

生活相談員 生天目 尊

平成二十二年十二月二十三日、  
天皇誕生日のこの日に毎年恒例の  
立川混声合唱団によるクリスマス  
・コンサートが一階多目的ホー

ルにて行われました。

子供の頃から親しみのある童謡から、テノール歌手による独唱、クリスマス・ソングまでとレパートリーに富み、途中途中で代表者による話しも笑いを誘いました。

童謡は会場全体で合唱して昔を懐かしみ、テノール歌手の圧倒的な声量に驚き、また感動し、クリスマス・ソングはゴスペル調でタンバリンや鈴を利用者と共に叩き・鳴らして踊りを踊りながら盛り上がり、最後は照明を落とし、しっとりとした歌い上げてそれまでに熱くなった会場を程良くクールダウン。アンコールでは歌詞が無くても親しみのある童謡を会場全員で合唱しました。

メリハリのあるコンサートは一時間半に渡る時間を感じさせない楽しいコンサートとなりました。合唱団の美しいハーモニーで終始する事を想像していましたが、合唱団のイメージとは違って会場全体を包み込んだ一体感のある参加型のイベントでした。年末の忙しさも忘れて楽しめる時間という貴

重な素晴らしいクリスマス・プレゼントを贈って頂きました。参加者も立川合唱団のメンバーも目をキラキラさせて会場を後にしていたのがとても印象的でした。

音楽を通して地域とサンホームを繋げる良い機会です。今後とも永く続けて参りたいと願っております。来年も元気でコンサートでお会いしましょう。

「クリスマスケーキ」

栄養士 大塚 千尋

クリスマスといえばサンタクロースにプレゼント。それと美味しいお食事にケーキが定番ですね！！

ということ、ささやかですが今年もお食事をちょっと豪華に、そして3時のおやつとしてケーキを提供させて頂きました。

昨年までケーキはケーキ屋さんで購入していましたが、今年は手作りにチャレンジしてみました。

事務の高野さんと一緒に朝からスポンジ作り。そして午後は介護員の伊藤さん、野口さんも加わり出勤職員総出でデコレーションを行いました。上に飾ったのは定番のイチゴ・・・ではなくブルーベリーとラズベリー。体にいいフルーツを選ばせていただきました。

味も甘さを控え、ヘルシーなケーキにしてみました。

コーヒードケーキを食べながらのクリスマスケーキパーティーがスタート。

ケーキを切っていると後ろからきれいな音色が・・・

ミュージックベル同好会の皆様の音合わせがちょうどいい BGM となっていました。

ある程度ケーキを配り終わり、皆様が席についてからミュージックベル同好会の方々の演奏が開始。

きれいな音色を聞き、クリスマスソングを歌い、ケーキを食べ・・・と皆様とても和やかで楽しそうな雰囲気にも包まれていました。

素敵なおクリスマスケーキパーティーになったと思います。

ただ、ケーキを切るときにせっかくのデコレーションが崩れてしまったのが残念に思いました。



## ～クリスマスケーキとミュージックベル～

### 『忘年会』

介護員 野口 義治

平成二十二年度の忘年会が昨年の十二月二十日に行われました。夕方五時半からの開催でしたが、在席されている利用者様皆様にご参加頂きました。

園長挨拶の後、ビール、日本酒、

ワイン、ジュース等で乾杯、その後お食事が始まりました。昨年同様お寿司をメインに鍋料理、和え物、果物等が並びました。

食後のビンゴゲーム・職員によるマジックショー・利用者様も参加されたカラオケショーは大変盛り上がり、楽しい時間を皆さんで共有する事が出来ました。

### 『初詣』

介護員 野口 義治

一月四日、新年会の昼食を終えた後、午後一時より参加希望の方々にお集まり頂き、昨年に続き府中の大国魂神社に行きました。利用者さん十七名、職員五名の総勢二十二名で行って参りました。

まだ四日という事で参拝客・出店も多く、お正月の雰囲気は十分味わう事が出来ましたが、神社の周りでは駐車場を求める車が溢れて大変な混雑ぶりでした。ちょっと疲れる初詣でしたが、十分楽しめた半日でした。

# 行事予定

『新春カラオケ大会のお知らせ』

一月十八日

生活相談員 生天目 尊

平成二十三年一月二十八日(金)午後二時～四時まで、一階多目的ホールにて毎年恒例の新春カラオケ大会が開催されます。

地域の施設対抗でカラオケのど自慢を披露して頂き、競って頂きます。声を出す事は健康にも繋がります。他施設との交流の場でもあります。多くの方のご参加をお待ちしております。

## 『節分』

二月三日

介護員 宮原 紀子

二月三日、節分をおこないます。豆撒き等楽しい節分にしたいと思っております。どうぞ、お楽しみにしてください。

## 『ひな祭り』

三月三日

介護員 上野 浩志

三月三日にひな祭りがあります。

二月に皆様と雛人形の飾り付けを行う予定です。桃の節句、上巳の節句でもあるひな祭りを、季節を感じながらお祝いしたいと思えます。

## 「三月お楽しみドライブ」

三月十六日

介護員 伊藤 華恵

三月十六日 お楽しみドライブに行きます。昨年は町田の温泉に行きましたが、今年はまだ計画中ですのでお楽しみに！

次号は春に発行いたします。春の様子中心にお伝えいたしますので、ぜひお楽しみに。また俳句・詩・文章・写真などの寄稿は随時、受け付けております。担当の野口、宮原までお声かけ下さい。

## 【編集後記】

光陰矢の如しとはよくいったも

日回会  
財 28  
賜 2  
援 1  
月 1  
恩 1  
人 1  
法 1  
社 1  
法 1  
同 1  
都 1  
福 1  
京 1  
東 1  
東 1  
サ 1  
東 1  
平 1  
行 1  
発 1

TEL 042-391-3274  
Fax 042-391-3366  
E-mail sunhome-sodan@douen.jp

サンホームだよりに掲載されている文章・個人名、写真等は個人情報保護の観点から全て御本人又は保証人の承諾を得て掲載しております。

ので、平成二十二年もあっという間に過ぎて行き、年が明け平成二十三年がやって来ました。果たして今年はどういった年になるのでしょうか？  
どうか、平穩無事な一年でありますように・・・、  
そして、できれば実り多き年でありますように・・・。  
皆様にとっても、当然私にとってもね(笑)・・・。  
(Y・N記)