

らぱすたいむず



庭のヒマワリも花盛りを過ぎ、朝晩は少し過ごしやすくなりました。みなさまいかがお過ごしでしょうか。ラ・パスでは、七月の七夕にちなんで、玄関ホールに七夕飾りをしました。入所者様やデイケアの利用者様に願い事を書いていただいた短冊を夜空の星に祈りが届くようにと、笹に飾りつけました。今年度は、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、ラ・パス内での行事も自粛させていただいております。入所者様や利用者様にもご心配をおかけしている中、七夕飾りが一服の清涼剤となり、みなさんに楽しんでいただきました。短冊は、飾りつけを行う前に、筑前町の大己貴神社で本願成就の祈祷をしていただきました。

天の川

横(かじ)の香(か)ね(ね)き(き)こゆ(ゆ)考(考)星(星)と

織(お)女(め)た(た)な(な)ば(ば)た(た)つ(つ)め(め)と(と)今(い)宵(よ)会(あ)い(い)ら(ら)し(し)も

(天の川に楫の音が聞こえる。彦星と織女星が今夜逢うに違いないよ)

「令和」の出典となった日本最古の歌集である万葉集には、七夕を詠んだ歌が百二十首もあそびます。



大己貴神社宮司さんにご祈禱していただきました

ラ・パス

七夕プロジェクト2020



「いつまでも健康でいられますように」

「家族が幸せでいられますように」

「コロナが早く収束しますように」

七夕の前日、みなさんに書いていただいた短冊を持って大己貴神社で祈禱していただきました。神社に行くのは、初詣くらいという職員も、早朝の神社のおごそかな雰囲気思わず背筋が伸びたようです。

短冊を持ち帰り、職員が切り出してきた竹に、こよりをつけた短冊を一つひとつ笹に結びつけながら、子供の頃を思い出したり、他愛のない会話をしたり。古くから大切に継承されてきた季節の伝統行事に心が和みました。古くさらさらと風に揺れる七夕飾りを見て、みなさまにも「きれいかね〜」と喜んでいただきました。



職員が飾りつけをしました。

※大己貴（おおひなち）神社

筑前町弥永にある我が国で最も古いといわれている神社のひとつ。十月には秋季大祭の「おくんち」、二月には「大黒様里帰りまつり」など、地域に密着したお祭りが今も引き継がれています。

『織姫と彦星と恋話と』

コロナ禍の閉そく感が続くなか、ラ・パス内に彩りを添えようと、広報委員会メンバーが七夕飾りを思い立ちました。

プロジェクトミーティングで、「七夕といえば、織姫と彦星の恋物語よね！今でいう恋話やん〜」とある職員が口に出しました。今こそ遠く離れていてもオンラインで姿も見ることができると話もできますが、昭和の時代にはパソコンも携帯電話も普及していませんでした。利用者のみなさんの青春時代は、どうやって会う約束していたのだろう・・・。短冊に願い事を書いていただく際にお話を伺いました。「若い頃は電話がなかったから、手紙をたくさん書きました」「車がなかったから自転車で行ってました」「ほとんどの人がお見合い結婚で、自由な恋愛はできませんでした」と当時を振り返ってくださいました。平成生まれの職員たちには想像もつかない話のようです。はたまた、片思い。これは、今も昔も変わらないようですよ。みなさんの甘酸っぱい恋の話。思い出してみませんか。



【7月の季節膳】

3色そうめん、白身魚と夏野菜の天ぷら、枝豆腐の梅ソースかけ、生ハムサラダ、もずくのすまし汁、七夕ゼリー

写真は利用者様にも召し上がっていただいたお膳です。

平安セレブも食した素麺

「七夕に食べると大病にかからない」と平安時代の書物にも書かれている素麺は、食欲の落ちがちな夏でも喉を通りやすく、栄養価の高い旬の食材を合わせることで、夏バテ防止に格好のメニューになります。疲労回復に効果的なビタミンB群が多く含まれる豚肉や大豆製品、ビタミンCや食物繊維が豊富な緑黄色野菜がおすすです。



花言葉は「純粹な愛」

7月にオープン4周年を迎えた有料老人ホーム筑前梨ノ木城では、白い胡蝶蘭が出迎えてくれます。入居様が愛情を注いで育ててくださるおかげで、毎年咲き続けています。

高貴で清楚な雰囲気を持つ胡蝶蘭。花が終わったら、茎を根本近くまで短く切って、10日に1回コップ1杯の水を与えてあげましょう。大切な方からの贈りものもお手入れ次第で長く咲かせることができますよ。



ラ・パスから 2020 巣立ち

ラ・パス内の居宅介護支援事業所の軒先に、ツバメが巣を作りました。親ツバメが何度も何度も行き来して完成させた巣に、4羽の雛が寄り添い、口を大きく開けて親を待つ姿はとても可愛らしく、観察するのが日々の喜びとなりました。梅雨の晴れ間。職員や猫たちが見守る中、1羽ずつ巣立っていきました。最後の1羽を、何度も何度も親兄弟が誘いにきて、ようやく全員が大空へと羽ばたいていく姿に物語の始まりを予感しました。

職員紹介



第一回目は、ラ・パス入職三年目の二十代の女性介護職員です。

Q 今の仕事に就くようになったきっかけは？

A 祖母に認知症の症状が出始めたことから、介護の仕事に興味をもつようになりました。

Q 働いてみてどうですか？

A 以前は、車両整備の仕事をしていました。異業種からの転職ですが、やりがいのある職業だと思っています。認知症の入所者様からやさしい言葉をいただいたり、落ち着いて生活していらっしやる姿を見たりするとうれしく思います。

Q 休みの日は何をしていますか？

A 先日、初めて陶芸に挑戦しました。ろくろを廻すのが楽しかったです。世界にひとつのコーヒーカーップが完成しました。また、介護福祉士の資格を取得するための勉強も頑張っています。



健康寿命を延ばそう！

～STASTAくらぶ開催～

健康寿命を延ばすためには、地域の方との交流や認知症や介護の予防活動を行う環境の整備がとても大切です。また、継続できたとしても、一人で実行するよりも多数で行うほうが、効果が高いとも言われています。そこで、ラ・パスではリハビリ部を中心にチームを結成し、地域で「自主的に」「楽しく」活動できる場、「STASTA(すたすた)くらぶ」を、7月21日にもやい広場で開催しました。

くらぶでは、作業療法士が腕や肩の痛みに関するお話や、簡単にできるタオル体操などを伝授。和気あいあいとお話しをしながら取り組みました。「楽しかった！」「肩が軽くなった！」と声をいただくことができました。ラ・パスでは今後も、地域の方々の健康に役立つ活動を展開してまいります。



外出や人との交流が減り、家の中で過ごすことが増えてくると、認知症や要介護のリスクが高まると言われています。予防するためにも、人との会話を楽しんだり、散歩や軽い運動を行いましょう。

四十肩？五十肩？若くても要注意！！

名前に「肩」の字が入っていたり、痛みが出る場所が主に肩であったりするために、原因は肩にあると思われがちですが、正確には肩甲骨周りの筋肉が固まってしまうことが痛みの正体です。タオルを両手で持ってまっすぐに腕を挙げ、頭の後ろを通すようにタオルを下げる動作を20回ほど行なって肩甲骨をほぐしましょう。

スタッフ募集中！

ラパスでは介護職員を募集しています。介護の仕事に興味があってもなかなか踏み出せなかった方も大歓迎です。お気軽にお問い合わせください。

TEL0946-23-1322

編集後記

七夕特集いかがでしたか？今年は、織姫と彦星は無事に逢うことができたでしょうか。逢いたいと思えばスマホで簡単に連絡をとりあえる時代になりましたが、昭和の時代には携帯電話もなく、約束したのに逢えなかったというほろ苦い経験のある方もいらっしゃるかもしれませんね。ソーシャルディスタンスが求められるようになり、人と人の距離が開きがちな時代だからこそ、お互いを思いやって心を近づける。そういう気持ちを大事にしたいものですね。(N)



私たち社会福祉法人寿泉会グループは5つの施設で構成されています。

介護老人保健施設 ラ・パス / 指定介護老人福祉施設 甘木愛光園 / 住宅型有料老人ホーム 筑前梨ノ木城 / グループホーム 愛らんど / 軽費老人ホーム ケアハウス雅

明日は「何かにすたすた」はきませんか？

すたすた STASTA くらぶ

お互いに助け合える地域を目指して！
すたすた歩いて (STASTA) + 明日 (As) に向かって
歩行寿命を延ばしましょう！

参加費無料・予約不要

会場 **もやい広場**
(本通り商店街内)

毎月第3火曜日
13:00～16:00

健康教室 | 筋トレ | カフェタイム | 何でも相談

こんなお気持ちはありませんか？
▶ 再就職してまだまだ働きたい！ ▶ 自分の趣味を追い求めたい！
▶ 気象に生活して地域貢献したい！ ▶ 家族に命を継ぎたい！

STASTA くらぶ 事務局 担当: 森田・竹下
TEL 0946-23-1322 (ラ・パス内)

お問い合わせはこちらへ
スタッフ同時募集！明るく元気な方をお待ちしています