



特別養護老人ホーム

こころの丘高山 便り

第26号
R2/2/1

「楽に生きることが出来ます。」

その言葉を、ご利用者様から聞かせていただいたのは、恵那にある高齢者住宅ハートウイングで開かれた法話に参加し、副住職様を送りながら帰りのエレベータの中でご一緒した一人のご利用者様からでした。

その日は、お釈迦様が悟りを開かれた時の追体験として、7日間、夜を徹しての座禅修行が毎年行われているお話でした。その修行が明ける最終日、修行僧は列をなし、次々と老師との禅問答を行います。その中の一人が、「この修行はどれだけの功德が積めたでしょうか」と問うたところ、ひとこと「何にもならん」と答えられたそうです。『よく頑張ったな、これからも精進していきなさいよ』ということと言われるだろう、それが、『何にもならない』と言われ、一瞬、切り捨てられたような気持ちになったそうですが、よく考えると、『(功德を積んで)人に認められたい。そんな思いを捨てなさい。』ということその高僧は伝えたそうです。

そんな話を聞いて帰りのエレベータで、副住職様が、「今日はいかがでしたか」とその方に尋ねたところ、(お話を聞いて)「楽に生きることが出来ます」という感謝の言葉をいただきました。

日々変わりなく流れる時間と生活の中で、心に響く言葉やそういった時間をもつことの大切さに、はっと、気づかされました。

楽して生きるということではなく、日々の生活の営みのなかで起こる様々な出来事すべてに大なり小なり悩み事がついているものですが、前向きに一つ一つ向き合っていくという姿勢は、爽やかで、清々しい気持ちを保ち、人にも接せられるように思います。

こころの丘高山でも、法話が始まり、参加した皆さままで一緒にお経を唱和し、住職のお話を聞くという時間が始まりました。先日は、オリンピックイヤーに因んだ金銀銅メダルのお話から、比べる事は重要ではない、ましてや苦しむことでもない、自分をしっかり持ち、一生懸命日々のことに取り組む自分であればいいですよ、というお話をいただきました。

「楽に生きる」を前向きな言葉として心に留め、ご利用者の生活の場所であるこの施設での時間を大切なものとして、お一人お一人の支えになっていきたいと思えます。

施設長 岡田 充弘



1月は、

正月料理

元旦の昼食です。今年は積雪もなく正月を迎えましたが、寒さは変わらず冷え込みますね。正月メニューとして赤飯、お刺身、茶わん蒸し、酢の物をご用意しました。



3日はちらし寿司でした。



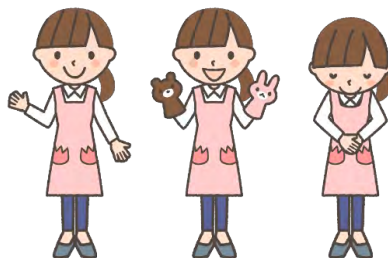
こころのカフェ

毎月第4週目金曜日 13:30~15:00 開催



餅をちぎり、枝につけ、食紅で色をつけて鮮やかに「花餅」作り、各ユニットに飾りました。

保育



ご要望に応じ短時間からお預かりする事ができます。お気軽にご相談ください。また見学も常時承っています。

ショートステイ

こんにちは！ショートステイです！今年の冬は雪が少ないですね～。雪が少ない事を良いと思う人と、雪が少なくて困ってるという人もみえます。生活をして行く事を考えると、雪が少ない方が朝の除雪作業や、通勤通学にかかる時間も少なくて良いのにな～って思ってしまう。ショートステイでも、朝と夕方の送迎時に雪が降っていたり寒かったりすると、利用者様や車の運転に特に気を遣います。



元旦レク



日本酒なら良
かったのになあ



ショートステイでは元旦に『元旦レク』と称して、ちょっとした催し物？を行いました。

お正月と言えば、羽根つきやコマ回し、書初めといった物を思い浮かべる所ですが、今回ショートでは『初笑い』して頂こうと、ショート職員による『二人羽織』と『福笑い』をメインとして、美味しい甘酒を飲みながら笑って頂こうと思いました。

正月言えばお屠蘇ですが、さすがにアルコールは…って事で、利用者様に甘酒を振る舞い飲んで頂くと、利用者様から甘酒談義や昔のことなどを聞かせて頂けたり、久しぶりの甘酒に「美味しい」と喜んでいらっしゃる顔を拝見することが出来ました。

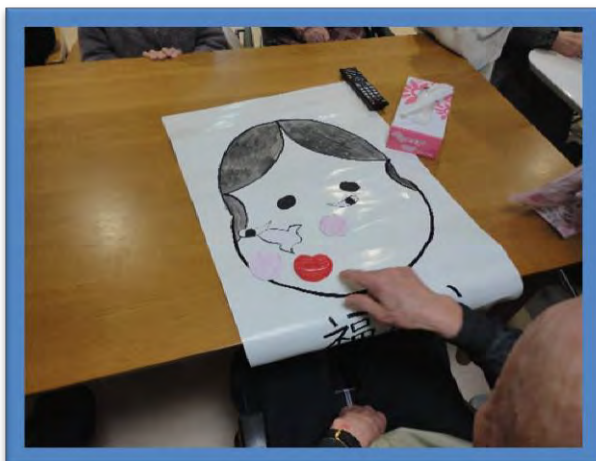


～福笑い～

最近福笑いを見かけませんよね？

今の子供たちは『福笑い』を知っているのでしょうか？なんて思っていますが、ご利用者様方はさすがに知ってみえて、職員から手渡された顔のパーツを思い思いのところに置いて行ったら…物凄いお顔の完成！！(笑)

他のご利用者様からは「そこじゃない！違うよ！」とやっている本人よりエキサイト(笑)





子供のころに遊んだ記憶も重なってか、懐かしく昔を思い出させる様な、とても楽しい時間となりました。これからはお正月だけでなく、ちょっとした空き時間のレクとしてもやって行こうかな？と思いつつ、カルタ取りとかも行なえば良かったかな？と思いました。



二人羽織

今回のメインイベント！職員による二人羽織です。口紅を塗ったり、ヨーグルトを食べてみたり…はたして上手く出来るんでしょうか？(笑)
あーあ…やっぱりこんな顔になっちゃいました！(笑)
新年早々から大笑いした1日になりました。



あらま！凄い顔！



いつも笑顔で居られる毎日を過ごせるように…
介護に関するご相談やお悩みも、お気軽にご相談下さい。

入 所 80室 社会福祉法人恵雄会
ショートステイ 30室 特別養護老人ホームこころの丘高山
〒506-0045 岐阜県高山市赤保木町1164-1
TEL 0577-33-0556 FAX 0577-33-

