



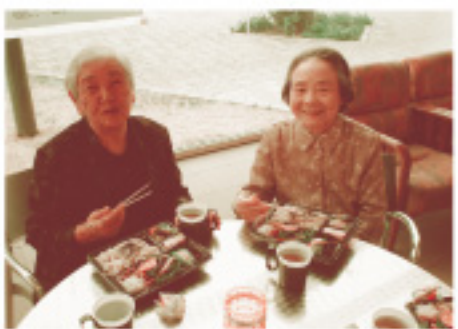
と歓声が上がりました。

5月16日には福山のバラ公園へ出かけました。見事なバラが満開でした。福山までは高速道路を走ったので、休憩で立ち寄るサービスエリアでの買い物を楽しまれたお客様も多かったようです。

「日ごろの行いが良かったのか、2日とも快晴でした。外での昼食にいつもより箸が進むお客様や、顔を真っ赤に日焼けされたお客様など、普段と違うお客様の表情を見ることが出来る外出行事。これからもさまざまな場所へ出かけることができるよう、いろいろな計画をしていきたいと思っております。



4月30日、音戸のサツキを見に行きました。1時間半のドライブでしたが、慣れない車での外出に気分が悪くなるお客様もいらっしゃいました。しかし、満開のサツキを見て気分もすっきり良くなされた。「わーきれいいじゃねー」



「残念じゃったねえ...」「日ごろの行いが悪いのは誰ね?」。お客様からこんな声も上がりましたが、「これはこれで楽しいね」と言ってくたさる方もありました。安佐動物公園へは、また日を改めて計画したいと思います。

帰り道でお客様から、「遠出の準備はしっかりね!」と厳しいお言葉をいただきました。私たち職員も、「しらく房」と一緒にまだまだ成長していきたいと思



5月19日(月)、安佐動物公園へ行く予定でした。ところが出発した直後に雨が降り始め、予定を変更して、廿日市の総合健康福祉センター「あいプラザ」に行ってきました。

いい人、見つけた!

デザイナービスセンターれんげ

平原 キミエ様(92歳)



思い出せるけえーえんよー」と、50年前の手紙も大切に保管されています。それを折りに触れて読み返して、相手の顔を思い浮かべつつ、「まだ健在で頑張っています」と、お手紙を出されています。

現在、「私」というタイトルで自分史を書く準備をしていると、ワクワクした笑顔で話される平原様。「今が一番幸せ。これも阿弥陀様のお陰」と、仏様にいつも感謝されます。いつまでもお元気で!自分史の出来上がりを楽しみにしています。

元気に笑顔で「デザイナービスれんげ」をご利用の平原キミエ様。何事にも前向きで、いろいろな事にチャレンジされる平原様は、文章を書くことが大好き。親しい方々に、月1〜2通は必ずお手紙を書かれるほど筆まめで、時には投稿もされ、何度か掲載されました。「手紙は後から何回も読めるし、いろいろなことを



介護日誌



入社して5年が過ぎ、小規模多機能型居宅介護という通所系の事業所でお世話になり始めてから、約9カ月が経ちました。

9カ月前は、初めての通所系ということもあり、緊張しながらの出勤でした。しかし優しい(?)先輩方々のご指導の下、やっと慣れてきたところです。

毎日お客様と一緒に、体操やレクリエーション等をして、楽しくお仕事をさせていただいています。お元気なお客様ばかりで、お客様の言動に圧倒されたり、お客様の言葉で元



気もらうこともあります。「逆けど...」と思うこともしばしばです。

事業所もまだ立ち上げたばかりで、手探り状態のことも多いのですが、お客様に元気になっていただけるように努めていきたいと思

小規模多機能型居宅介護「瀬野しらく房」
介護職員 津崎 善幸

ご来訪(5月・6月)ありがとうございました

(順不同)

- | | | | |
|--------|--------|------------|----------------|
| 琴紫会様 | 高祖理智子様 | まごころ喫茶様 | 南観音八丁目長寿会様 |
| 高砂会様 | しらくOB会 | ラブリーコール様 | ボランティアはなみずき様 |
| たんぼぼ様 | 高田豊子様 | 海田町商工会婦人部様 | 広島文化短期大学様 |
| 山田五月枝様 | 柴田早登子様 | 中野ルンビニ幼稚園様 | IWA D環境福祉専門学校様 |

心と体の 元気ニュース!

一杯の飲み物が体をスッキリ、元気に!

~1日に1.5ℓ以上は水分補給が必要~

- 1. 夏でも温かい飲み物をよく飲む** → 発汗が促されて涼しくなります。
余計暑くなりそうであまり気が進まないけれど、結果的には涼しくなるのです。その秘密を握るのが、汗。
- 2. コーヒーが好きでよく飲む** → 動脈硬化予防とさらにこんないいことも。
確かに飲み過ぎはよくないけれど、健康にいいこといっぱいあるのです。
①動脈硬化の予防に役立つ ②むくみを防ぐ ③リフレッシュ効果がある
- 3. 起き抜けにコップ一杯の水を飲む** → スッキリお通じがあなたのものに!
胃腸が刺激されてスッキリお通じにつながります。ただし朝食もちゃんととらないとダメですよ。