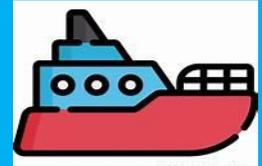


ゆうらくせん
遊楽船10月号

施設長 福永政和

朝夕の涼しさによろしく秋の気配を感じるようになりました。皆様、お元気にお過ごしのことと存じます。

さて、9月16日は「敬老の日」。兵庫県のある村で始まった「としよりの日」、村づくりに年寄りの知恵を活かそうという思いから昭和22年に最初の敬老会が開かれたのが起源のようです。この考えが全国に広がり、昭和41年に国民の祝日として制定されています。

現在つかわきには65歳以上の方が15名、うち70歳以上が10名、皆さん元気に過ごしていらっしゃいます。最高齢者は宮永史子さん、今月8日で83歳を迎えます。この日の昼食は赤飯、天ぷら、茶碗蒸しにケーキでのお祝いでした。皆様もご家族や親戚で敬老の日のお祝いをされたところも多かったのではないのでしょうか。県内の最高齢は111歳、百歳以上が2025人（うち新百歳は1018人）と言いますから、今後、まさに人生100年時代が到来と言われる所以です。

敬老の日の前、9月11日は父（前理事長）の14回忌でした。母や兄妹・家族で集まり、こうして穏やかな生活ができていくことへ感謝しながら、懐かしい時代を語り合うことでした。生きていたら数え年100歳、開園当時、父が植えた栗の木は今年も大きな実をたわわにつけています。利用者の皆さんの施設での生活が潤いと楽しみになりますようにと願い、植樹してから30年近くなります。実りの秋を感じながら、栗拾いを楽しみ、ゆでた栗を美味しく頬ばる姿にきっと父も喜んでいるのではないかと想像します。

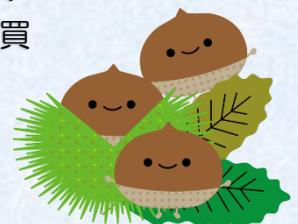
また、9月22日は「秋分の日」、この日を中日として前後3日の一週間は秋の彼岸。「彼岸」とは亡くなった人のいる極楽浄土を意味し、この期間は墓参りなどして先祖を供養し、感謝を捧げる習わしがあります。

このように、日本には高齢者を敬う祝日や亡くなった人を供養する習慣など「感謝の心」を大切にす温かい文化があります。代々の先祖をはじめ、父や母の苦勞があって私たちも今、こうして幸せな時代を生きています。本当に感謝ですね。

ところで、現在、つかわきで過ごされている利用者の皆さんも、年を重ね高齢へ向かう方々が多くいらっしゃいます。やはり健康が一番です。自分の足で歩き、自分で食べる、自分でできる機能を少しでも長く維持できることが一番の幸せです。

健康長寿の秘訣は、よく食べる、こまめに体を動かす、趣味を持ち年下の人との積極交流、くよくよしない、よくしゃべりよく笑う、口癖はありがとう（感謝の気持ちをもつ）、新しいことへチャレンジする（趣味、旅行、おしゃれ、買い物、外食など）のようです。

暑さも少しずつ和らぎ、行楽には一番のシーズンになってきました。これからも利用者の皆さんが笑顔で過ごせるように、心も体も健康であるための取り組みを、職員と共に重ねてまいりたいと思います。



2班 京都・大阪の旅(9/24~27)

5名の利用者さんが3泊4日の京都・大阪の旅を満喫してきました。京都では東映太秦映画村や嵐山、清水寺など散策。
大阪ではユニバーサル・スタジオ・ジャパン(USJ)で一日中楽しみました。京都の情緒あふれる街並みや神戸の中華街での食事など、ドキドキ・ワクワクの4日間でした。





さくらんぼ班 外出

18日(水)、さくらんぼ班湧水町方面へ外出し、竹中池そうめん流しの食事や買丸池湧水の散策を楽しんできました。このところ、さくらんぼ班は月に一回の外出を実施しとても楽しみにされています。外の空気は格別らしく、リフレッシュして皆さんとても嬉しそうにしていました。



サツマイモの収穫・栗拾い



実りの秋。台風の影響を受けましたが、今年も栗がたわわに実をつけてくれました。前理事長が植樹して30年余り。つかわきの利用者の皆さんと共に大木に成長した栗の木は、いつも私たちを見守ってくれているようです。

また、今年もサツマイモが大きく育ち、たいよう班、陶芸班、こすもす班で協力しながら収穫に精を出しました。

Happy Birthday

9月22日(日)、9月生まれの利用者さんの誕生日を皆さんでお祝いしました。東 静さん、川添悦子さん、平秋子さんの3人です。プレゼントを手に嬉しそうでした。もう一枚は、敬老の日の記念写真です。

自治会主催9月の誕生会

