



アドナイ刊

主の山に備えあり (創世記22章)

発行 社会福祉法人 十字の園
 ケアハウス アドナイ館
 細江デイサービスセンター
 発行責任者 河出 雅代
 〒431-1304 静岡県浜松市北区細江町中川7437-8
 電話 (053) 439-1200 (代表)
 439-1212 (デイ直通)
 FAX (053) 439-1211
 郵便振替 00890 - 9 - 125741
 E-mail: hm-adonai@orion.ocn.ne.jp
 URL: http://www.jyuji.or.jp/hamamatsu_city/adonai/



浜名湖ガーデンパークに行ってきました。(2021年3月22日)



「わしも族」や「濡れ落ち葉」を知っていますか。団塊の世代より前の世代です。職場でITが使われはじめた頃です。IT(イット)・・・(笑)。

この世代は日本の高度経済成長期の企業戦士で我武者羅に働いた世代でもあります。定年退職後の男が、まるで濡れ落ち葉のように、なにかと奥さんにくっついていく様子を「わしも族」と言いました。

そのIT世代を反面教師としたのが団塊の世代。趣味や料理、DIY、語学などいろいろ挑戦しますが、寄る年波によるショックは「固有名詞・人の名前」が出てこなくなる、「物忘れ」です。物忘れの症状は11種類あるそうです。①言ったことを忘れる②聞いたことを忘れる③食事したことを忘れる④出かけたことを忘れる⑤人の顔を忘れる⑥人の名前を忘れる⑦昔の出来事を忘れる⑧起った現象を忘れる⑨物をなくす⑩道具の使い方を忘れる⑪家事のやり方を忘れる。

「物忘れ」は誰しにも現れる現象で心配する必要はないのですが、怖いのは「我を忘れる」ことでしょうか。

(つるかめ)



「感謝の日」

施設長 河出 雅代

三月九日は「3・9（サン・キュー）」の語呂合わせで「感謝の日」なのだそうです。

人生を重ねていく中で様々な形で助けられたり励まされたりまた褒められたりして「良かった」「うれしい」「ありがとう」と思う出来事に出会います。そのように自分に何かしらの恩恵をもたらせてくれた人や事柄に対して、素直に感謝の気持ちをつづけて伝えていきます。また、育ててくれた親や家族、友人など陰日向となり、支えてくれていて人々にもありがとうと伝えたいものです。仕事があり、一緒に働く仲間がいること、その対価としてお給料がただで生活できることも決して当たり前のことではありません。身近な人だけでなく、私たちはもっと多くの人たちに支えられています。毎日の食事となる食材を作ってくれる人がいて、それを運ぶ人、売る人がいます。電車やバスを動かす人、電気やガス

などライフラインを管理する人などなど普通に生活していくなかで、感謝すべきことは無数にあります。

聖書には「すべてのことに感謝しなさい」と書かれています。自分にとってうれしい事ばかりでなく、災難や苦勞など受け入れがたい困難にも「感謝なさい」と言っているのです。これは簡単にできることではありません。しかし、いかなる試練の中にも何かしら与えられている恵みを考えると不平不満よりも感謝することがたくさんあることに気づかされます。また、誰にでも、どんな物事にも必ず感謝すべき良い点があります。感謝を言葉にすると相手が喜んでくれるだけでなく、自分自身も温かい気持ちになれるものです。皆様のご協力をいただき新年度をスタートさせることができ、ますことを、支えてくださったすべての皆様に感謝申し上げます。

地域のひろば

アドナイ館のフラワー教室を開かせて頂いて、早いもので十年程でしようか。

ケアハウス、デイサービス、各月一回ずつですが、花の名前等説明すると、皆様和気あいあいと、フラワーアレンジメントをマイペースで開始してくれます。フラワーアレンジメントは流派にこだわらない自由形式です。同じ材料を使っても、完成品は一品一品、個性が表現され十人十色。大胆に、スマートにと様々です。聖書に、野の花、ユリ、バラ等沢山の植物、花や木が出てきます。詩編「野の花のように咲く」

『フラワー教室開催してます』

横山園芸 横山 昌子

綺麗な姿に見とれてしまう「ゆり」、ひっそり可憐な「野の花」どちらも咲き誇った後、枯れてしまいましたが、それぞれ役割を持ち、私達を楽しませて散っていきます。感謝です。未熟な私ですが、このフラワー教室で「ひと時」を過ごして頂き、花を通して、皆様の心が癒されていければ幸いです。興味のある方、何時でも気軽に参加してみませんか。お待ちしております。



雅歌「わたしは、シャロンのばら野のゆり」 二一
「人の生涯は草のよう野の花のように咲く」二一
つかを考えてみなさい」





「手を触れてくれる方」

笠井キリスト福音教会
牧師 神戸輝明

昨年から、十字の園とアドナイ館の朝の礼拝に月一回のペー
スでご奉仕させて頂くことにな
りました。きっかけは、笠井教
会員のお父様であるSさんが十
字の園に入所したことでした。

礼拝でご奉仕したついでに、S
さんの様子を伺い、祝福をお祈
りできたらちよūdよいと考え
ていました。ところが、間もな
く新型コロナウイルス感染防止
のため、自由に面会することが
難しくなりました。

しかし、そんな中でも職員
の皆様は、愛をもってお世話をし
続けてくださいました。

ルカの福音書5章には、重い
皮膚病の人をイエスが癒やした
場面があります。

「イエスが手を差し伸べてそ
の人に触れ、「よろしい。清く
なれ」と言われると、たちまち
重い皮膚病は去った。」(ルカ5
章13節)

この皮膚病は、当時「穢れ」
と考えられていた伝染病でもあ

り、まさにソーシャルディスタ
ンスを取り、隔離されなければ
ならない病でした。実際、この
病人に触れることは律法によつ
て禁じられていたのです。しか
し、イエスはここであえて彼に
「手を触れて」癒されたのでし
た。

コロナ禍で人のつながりが断
絶される世の中にあつて、今も
現場で手を触れて利用者一人一
人をお世話する職員の皆様の存
在は、まさにこの場面のイエス
の手に重なって見えます。

その後Sさんは病床洗礼を受
け、昨年クリスマス夜の夜、静か
に天に召されました。最後は職
員の皆様が総出で見送ってくだ
さり、娘さんも心から感謝をし
ておられました。僕もまた職員
の皆様にご敬意を払い、日々のお
働きの上に主の祝福と守りをお
祈りしています。

福祉情報 - その148 -

「後見人でない親族の預金引き出し柔軟に」 全銀協

全国銀行協会（三毛
兼承・三菱UFJ銀行
頭取）は一八日、認知
症高齢者の預金につい
て、医療や介護など本
人に必要な支出につ
いては、法的な代理権を
持たない親族や、社会
福祉協議会の職員などに引き出
し手続きを認めるとする見解を
公表した。各行に協会の見解を
踏まえた柔軟な対応を求める。
見解では、認知判断能力が低
下した顧客との取引のあり方を

（シルバー新報より）
二〇二一年三月五日



たべもの - 厨房より -
あれこれ

「イースター(復活祭)での卵について」

イースターにおける卵
は、死と復活の象徴とさ
れ、色とりどりに色付け
されイースターエッグと
して飾られます。イース
ターでは、肉や乳製品をふんだんに使つ
た料理が多いですが、どの地域でも卵を
使った料理が多くみられます。



シンプルにゆで卵で食べる地域もあれ
ば、卵を使ったケーキ
やプディングを食べたり、イタリアでは卵を
殻ごと混ぜ込んだパン
があります。(O)



ケアハウス



「歳月の確かな重み
これからの私」
入居者 小阪陽出子

「月日は百代の過客にして行きかう年もまた旅人なり…古人も多く旅に死せるあり」



アドナイ館の庭先にて

昔習った芭蕉翁の「奥の細道」の一節をふと口ずさむ今日比頃、私も又人生の晩年を比の地で過す事なるうとは考えもしなかつた事である。しかし此の地の静かさと、人の優しさに接して今迄に生きて来た自分の人生とやがては去って行く自分についてじっくり向き会える最高の場所であることを心から嬉しく

思っている。

私は昭和六年大阪で七人兄弟の二女として生まれた。昭和六年は満州事変の始まった年でありその後支那事変、太平洋戦争へと続く血で塗られた歴史の端緒の年でもある。

戦域が拡大するにつれ生活も張り詰めたものになったが昭和一六年に始まった太平洋戦争は徐々に物が無くなり、私達大家族の生活の苦しさは両親を徹底して苦しめた。その内私と姉は小学校から女学校に進学する。空襲が激しくなり私は軍需工場に動員され戦闘機の銃打に必死に働いた。又その時の給食の美味しかった事は飢えていた私達には唯一の嬉しい一時であった。昭和一九年の堺市の空襲は逃げ場を失った人々が折重なつて死んでおり、姉などは黒焦げの死体をまたいで歩いたとその悲惨な様子を涙ながらに語つたのも忘れられない。兎に角昭和二〇



夫と共に

年戦争は終わった。

昭和二四年四月私は銀行に就職する。就職して先ず驚いた事、余りにも封建的な身分制度がある事、職階が色々ある中で、見習いと呼ばれる人達が働いており、女性の賃金は男性の半分である事だ。主として男性の補助的な仕事、世の中は男女同権が叫ばれており民主主義が徐々に口の端に上り始めていた。職場にも労働組合が出来その下部組織婦人部で私は男女格差と賃金差別を女性の問題として若い人達と取組んで行く中で結婚し、二児に恵まれ、女性としては数少ない定年まで働き続けた。何よりも今言いたい事、それは平和である事それに勝るものはありません!!

春近し手を結び合いひたすらに歩けるしあわせ川添の道

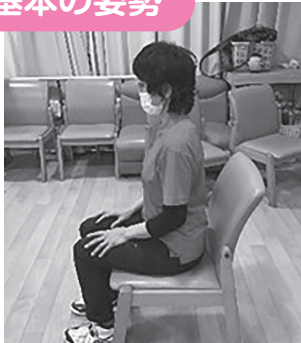
ケアハウス日誌

- 1月
- 13 自動車文庫
- 13 買い物ツアー
- 20 防災訓練
- 21 ビューティーヘルパー
- 22 フラワー教室
- 28 よろず相談(施設長)
- 2月
- 10 自動車文庫
- 10 買い物ツアー
- 12 芳樹会役員会
- 17 芳樹会総会
- 18 ビューティーヘルパー
- 19 フラワー教室
- 22 防災訓練
- 25 よろず相談(施設長)
- 3月
- 10 自動車文庫
- 10 買い物ツアー
- 18 防災訓練・防災委員会
- 18 ビューティーヘルパー
- 19 フラワー教室
- 22 春のウォーキングツアー
- 25 よろず相談(施設長)

紙芝居、聖書輪読会、筋トレ、ブンネ、読書会、気功等も開催しました。

コロナ禍で活動量が減ってしまった方に、お家で出来る簡単なエクササイズをご紹介します。椅子に座って出来ます。ぜひチャレンジしてみてください。

基本の姿勢



細江デイサービスセンター デイサービス エクササイズ

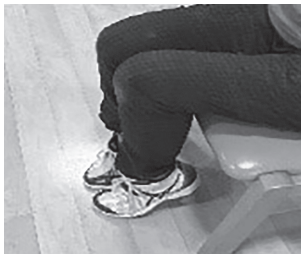
椅子の背もたれから背中を外し、椅子に浅めにかけます。少しでも体を支える筋肉を使うため体を起こします。

足首の運動 1



少し両足を前に出します。両足の踵をつけたまま、爪先を上げ下げします。この時なるべく高くつま先を上げて下さい。10～20回ぐらい。

足首の運動 2



少し両足を椅子側に引きます。両足の爪先を床につけたまま、踵を上げ下げします。なるべく高く踵を上げて下さい。10～20回ぐらい。

太ももの運動



足は楽にして交互に膝を伸ばして足を上げ下げします。足首は返します。出来れば椅子の座面の高さまで上げられると効果的。10～20回ぐらい。

(((♪ デイサービス日誌 ♪)))

	レクリエーション				
	第1週	第2週	第3週	第4週	第5週
1月	新年レク	個別グループ活動	個別グループ活動	個別グループ活動	個別グループ活動
2月	節分レク	個別グループ活動	ひな祭りレク	個別グループ活動	個別グループ活動
3月	個別グループ活動	個別グループ活動	個別グループ活動	個別グループ活動	個別グループ活動

(((☆ デイサービスの動き ☆)))

【デイ会議】 1/21 2/18 3/18	【出張】	【サービス担当者会議】 1/5,1/6,1/20 2/15,2/16 3/4,3/12	【実習】	【ボランティアの皆様へ】 現在は新型コロナウイルスの影響によりご配慮頂いています。状況が落ち着いた際は、またお願い致します。
--------------------------------	------	--	------	---

受水槽を更新しました。

アドナイ館設立から28年経ち、どこもかしこも老朽化が進んでいます。受水槽も例に漏れず…当初外壁が湿る程度だったのが、気が付けばポタリポタリで、いつしかポタポタに。

困ったものだと修繕見積を取るも予想通り見たくない数字でトホホ…

漏れずが、漏れて、ため息が漏れる始末。何言っただか…

修繕費用が足りず唸るばかり、折ってみても改善するものではないと思いつつ、皆で天を仰いでいたら、何と善意のお金。足りない分は寄付金で賄え、気が付いたら工事完了。皆様に感謝感謝です。



新職員紹介



塚田 えり子
出身地 浜松市
部門 デイサービス

隣の特養十字の園の中にあります「デイサービスセンター」みをつくしから異動しました。一生懸命に仕事を覚え、利用者様と楽しい時間を過ごして行けたらと思っております。館内でみかけたらお声をかけて下さい。

曳馬野

退居した友より嬉し 花だより	したい事しかできなくて老いの果て いつまでならん許される事	朝焼けの優しい光に包まれて 友と歩きぬ アドナイの幸	分かつべき人なきリンゴひとり食む エデンの古き生を思いて	隣の特養十字の園の中にあります 「デイサービスセンター」みをつくし から異動しました。一生懸命に仕事 を覚え、利用者様と楽しい時間を過 ごして行けたらと思っております。館 内でみかけたらお声をかけて下さい。
アサガオ	佐和子	香代子	春海	

アドナイ館は天然空間

自然豊かなアドナイ館。小鳥たちがピーチクパーチクとにぎやかです。そんな小鳥たち、中には年に数回、食堂やロビーの窓ガラスにぶつかって、しばらく動けなくなる鳥がいます。

職員の中にもよく物にぶつかる天然の人がいるなあと思いつつ、ココは動物も天然になるのかな？ あっ野生動物だから天然でいいのか。ぶつかった小鳥たちは皆元気に飛んでいきます。



オセロ大会を開催しました。

コロナに負けるな！寒い冬を吹き飛ばせ！脱・引きこもり！と題し、皆様に参加していただきオセロ大会を開催しました。感染対策を考慮し、大会は12月～1月末の長期間となりました。普段穏やかな皆様ですが、勝負魂に火が付いたのか？大会後もオセロ熱は冷めやらず、ロビーでは日々熱い戦いが繰り広げられています。

あとがき

アドナイ刊をお読みいただきありがとうございます。

この春、アドナイ館最大のイベントは、浜名湖ガーデンパークでの「春のウォーキングツアー」でした。二八名の皆さんと春を満喫することが出来ました。暖かい日差しの中、今が旬の「菜の花」や「チューリップ」が咲き競って見応えがありました。展望台から見る景色も圧巻でした。ともに楽しむウォーキングは心も体も満たされ、免疫力アップに効果的でした。(N)

「献金者ご芳名」

(敬称略)

献金感謝

1月分	5件	32,675円
2月分	7件	49,000円
3月分	8件	147,675円
合計	20件	229,350円
4～12月累計		2,076,885円

- *1月* 鈴木章子・信州教会・松戸教会・東中通教会
- *2月* 四元めぐみ・神山洋志・上野貢一・山本規・友田忠男・深谷春男・おとぎ保育園
- *3月* 江間紗綾香・匿名二名・藤沢教会・隠岐教会・渋谷教会・下谷教会・名古屋北教会