



緑の園



1月号

ヒルトップハイツ  
グリーンプラザ



デイサービスセンター  
だより



第115号

令和9年1月1日発行

Ritchie Blackmore's Rainbow/Rising(1976)



あけましておめでとうございます。  
令和3年もどうぞよろしく  
お願いいたします。

あけましておめでとうございます。

輝かしい新年を皆様方にはお健やかにお迎えのこととお慶び申し上げます。

一年のスタート。新年の幕開けです。



一月一日のことを元日、または元旦といいますが「元」の字には初め、「旦」には日の出、朝という意味があるそうです。

元日の朝のあいさつである「おめでとう」は慶事や祝事を祝うあいさつの意味があるそうです。

また、正月に祝うお屠蘇は一年の邪気を払い無病息災で暮らせますようにと願って飲む薬酒で現在では元旦だけでなく松の内(7日まで)に飲むお酒をお屠蘇と呼んでいるそうです。

今年は午年です。野を駆ける馬のように勢いのある躍動感と疾走感に新年の縁起を込め、華やぎそして活力のある一年となるようお祈り申し上げます。

今年もマウレ山荘様からクリスマスのケーキをいただきました。

今年もマウレ山荘様から特別養護老人ホーム丸瀬布ヒルトップハイツ、地域密着型特別養護ホームグリーンプラザ及び養護老人ホーム緑の園、丸瀬布デイサービスセンターのご利用者様へクリスマス用のケーキがプレゼントされました。



ヒルトップハイツとデイサービスは17日、グリーンプラザと緑の園は24日にそれぞれ届けていただき皆さんおいしく頂戴いたしました。

マウレ山荘様にこの活動に際しましては心から感謝いたしますとともにお礼申しあげます。

ごちそうさまでした。ありがとうございます。

今年も新型コロナウイルス感染予防。ワクチン接種を実施しました。



新型コロナウイルス感染症に関しては数年前の状況からは予防やその対処法(治療等)につきまして確立したように思われますがまだまだその症状であったり後遺症の問題であったり十分気を付けなければなりません。

ヒルトップハイツ、グリーンプラザそして緑の園のご利用者様の予防接種を先月の8日と15日にヒルトップハイツで(15日は吹雪で延期)と緑の園及びグリーンプラザのご利用者様の同じくご希望のあった方20名と22日にそれぞれ接種を行いました。

感染リスクを可能な限り少なくするために予防接種はとても有効です。

何より手洗い、マスク、換気は予防の基本です。(終)



## 『観察』することの意味について

一年の計は元旦にあり。新しい年を迎える今年もよい年であることを願い、改めて自分を律する意味も含め、いつもの会議ネタを紹介したいと思います。(これまでの間に一部を抜粋しながら紹介していますが会議資料の全文を紹介するのは今回が初めてです。)

これから紹介する『「観察」することの意味について』は平成28年7月、私(おばら)がヒルトップハイツで行った会議の会議資料です。

「観察」することは「(ただ漠然と)見る」ことではなく「見ようと思って観る」ということです。

お年寄りの状態の変化に気づくということは普段のお年寄りの状況を把握することから始まります。

日常的な「観察」つまり「見ようと思って観る」ことを習慣づけることによって今まで見えなかつたものが見えてくる「発見」につながります。

それは、例えば笑顔等表情の変化であったり、何らかの身体的なサイン(排泄や痛みの存在等)への「気づき」です。

「きっと変化がある」、「きっと通じる」という気持ち、待つこと・想うことを意識して「観る」ことが必要かと思います。

あなたの考えを観察しなさい、何故ならそれが言葉となるからです。

あなたの言葉を観察しなさい、何故ならそれが行動となるからです。

あなたの行動を観察しなさい、何故ならそれが習慣となるからです。

あなたの習慣を観察しなさい、何故ならそれが人格となるからです。

あなたの人格を観察しなさい、何故ならそれがあなたの運命と



なるからです。

「考え方方がその人の運命を決める」

マーガレット・サッチャー

習慣は人が作りますが、良い習慣は人が作ります。

良い習慣を作り上げることとは、普段から小さなことほど丁寧に、当たり前のことほど真剣に取り組むことが仕事の基本です。

仕事の大部分は当たり前のことで成り立っています。小さな作業の積み重ねが結果、大きな仕事やお年寄りからの評価につながっているということを認識し、意識さえしないことにも普段から真剣に取り組むこと。

※身だしなみを整える。

※あいさつをする。

※ルールを守る。

※集合時間に遅れない。

※丁寧な言葉遣い。

このような小さな決まり事をないがしろにしない

姿勢が私たち職員への信頼感につながります。

私たち職員がお年寄りを想って「観る」ことは「気づき」につながり「お年寄りを守る」ための大切な職責のひとつだと思います。

と、10年前に会議でお話ししました。

新しい年を迎えるにあたり自分を律するためにもあえて紹介させていただきました。

新しい年が皆様にとって幸多い年となりますことをご祈念申し上げます。

どうぞ今年もよろしくお願ひいたしす。



～さて、先日ティーサービスで麻雀にまぜてもらっていた時に「おおっ、ドラ5枚もきたとか、この勝負もらった!」などしゃべっていたら「そんなことないしょ、ウソばっかりいっていたら誰からも信用されなくなるよ、いうんでない」とたしなめられました。

それ以来、調子のいいウソはつかないようにしようと強く心に誓いました。

今月もどうぞよろしくお願いします。(おばら)