

# くつろぎ

こんなことがあったとさ

く 特養かわら版 く  
令和2年11月号



植木主任が  
パーティションを大量に購入！  
コロナ感染拡大防止のため、  
着々と対策を進めています。



特養の食堂にも  
クリスマスツリーが  
登場しました。

一部制限を設けていま  
すが、ご家族との面会  
も継続して実施中です。



寄せ鍋を  
自分たちで作って  
食べたりもしました。



10月初旬ですが、  
ひまわりの丘の玄関前で  
手持ち花火を楽しんだりも  
しました。

11月には、  
ケーキを手作りして食べたり、  
ハロウィン仮装を楽しんだり  
しました。

困図を勝手に深読みして、傷ついてしまう事、  
感してしまふ事も珍しくはありません。  
段にすぎず、その一つ一つに深い意味や本当  
に伝えたい事、思っていることは隠されても  
含まれても聞かぬ、人の言う事に過剰に反  
応してしまふ事が少なくありません。私に向  
けられた言葉の意味や、存在しない裏側の意  
図を勝手に深読みして、傷ついてしまう事、  
感してしまふ事も珍しくはありません。

## 振り回されないこと

何だか、否定的な事を  
うな気がする、さっきの  
含まれているような気が  
て他者の言葉に振り回さ  
心が過剰反応を起こして  
意味づけをして受け入れ  
から。ほとんどの場合は、  
言葉に否定や悪意なんて  
おらず、そのように受け  
自身の心があるだけなの  
相手の発言はコントロ  
ありません。しかも、そ  
れば心がざわつき疲弊す  
のは何もありません。そ  
でできることは、選択す  
意味にとらわれず、相手  
れ理解はしながら、認め  
は慎重に行う事。  
もちろん、心を込めて  
は存在します。思いや気  
は伝える場面は、誰しも  
はずです。そうであれば  
分や感情に任せて投げ放  
のとの違いは判断できる

特養生活相談員

## 元ちゃんの「やんわりした」人生の歩

12月28日(月)	餅つき大会
12月16日(水)	化粧クラブ
12月9日(水)	書道クラブ
12月6日(日)	卵焼き作り
12月5日(土)	料理クラブ
12月	宇賀神床屋(毎月)は再開して(月2回)。

こんなことやります



## 職員紹介コーナー

今年度よりBグループのリーダーになりました  
杉山結香です。

私はドイツニーランドが好きで、春夏秋冬と季節ごとに行っていました。今はコロナの影響もあり、なかなか気軽に行けなくなってしまったのが残念です。

9月から新エリアがオープンしたので、現状が落ち着いたら行きたいと思います。  
キャラクターはグーフィーが好きで、グッズを集めています。グーフィーのグッズはあまり売っていないので、もし見かけた際は教えてください。

コロナの感染が拡大してきているので、手洗い・消毒・マスクの着用を忘れずに予防していきましょう。



## フミ方

言われているよ  
発言には悪意が  
する：そうやっ  
れてしまうのは、  
勝手に解釈や  
てしまっている  
、相手の発した  
ものは含まれて  
入ってしまった  
に。  
ールのしように  
れに振り回され  
るだけで得るも  
うなると、自身  
ること。解釈や  
の言葉を聞き入  
受け入れる作業  
発せられる言葉  
持ちを言葉にし  
が経験している  
、少なくとも気  
たれただけのも  
と思いません。

## 編集後記

こんにちは。特養の松本です。

コロナの影響で、今年度の特養の定例行事は実施方法や内容を大きく変更して行いました。敬老会は別室での個別開催にしたり、運動会はハロウィンパーティに内容を変更したり、職員それぞれがコロナ対策含め、工夫しながら開催しました。

コロナ禍のため、外出が難しいことは現実問題として存在しますが、何も出来ない訳でもありません。個人的には、料理クラブを毎月開催したり、花火をやったり、小さなことをコツコツとやっています。

来年度の特養の行事がどうなるかはまだ未定ですが、少しでも楽しい機会が作れるよう、職員一同で取り組んでいきます。



畑中 元

発行 ひまわりの丘 特養 広報部 畑中元(編集長)・松本顕太