

母の日



益城町ジョギングフェア ～阿蘇くまもと空港・テクノ周辺～



第33回益城町ジョギングフェアに天望庵職員にて参加しました。5キロの部に4名、3キロの部に1名参加し無事に完走する事ができました。完走後は豚汁がふるまわれ、もちろん完食しました♪



のぞみ



緒方 康子様

熊本市北区龍田陳内一丁目三一三〇
特別養護老人ホーム天望庵
・短期入所生活介護事業所
Tel 096(339) 7111
・天望庵通所介護事業所
Tel 096(339) 7142
・天望庵居宅介護支援事業所
Tel 096(337) 1117

バスハイク



5月13日、15日に動物園にバスハイクに行ってきました。両日とも天気に恵まれ、少し汗ばむ気候ではありましたが、久しぶりの初夏の空気を楽しんできました。
熱中症予防のため、帽子を被り、こまめに水分補給心掛けました。3名ずつと少人数での参加になりましたが、ご利用の方達も、久しぶりに間近で見る動物達に興奮冷めやらぬ様子で楽しんでおられました。



お誕生日 おめでとーございます！

特別養護老人ホーム

10日 本田 登美子様
11日 奥村 宣子様
16日 西村 京子様
27日 沖 和彦様

通所介護（デイサービス）

15日 島村 テル子様
9日 中川 晃代様



あとがき

この時期になると、外はスツキリしない天候の日が多く、出かける事も億劫になるものです。休日など特に外出する用事がなければ自宅で過ごす時間が長くなる方も多くいるのではと思います。

私は、元々自宅で過ごす事が好きで、その理由は可愛いニャンズとのんびり過ごせる時間に癒されるからです。新入りの子を迎えて約1年が経ち、今では先住猫君と2匹仲良く遊んだり、時には激しいバトルが繰り広げられています。お互い毛繕いをしたり、一緒に丸まってお昼寝したりと可愛い姿を沢山見せてくれます。

天望庵での仕事に就かせて頂くうえで1番大切なことは、身体の健康と心の健康だと思います。特に、心の健康は目に見えるものではなく他人からも自分自身でも良好に保つ事が出来ているかは分かりにくいと思います。利用者の方々、ご家族、職員間等での対人関係など日々の仕事で楽しさややりがいもありますが、その分疲れなどから知らずとストレスになってしまいう事もあると思います。そういった心の健康を良好に保つ為に、私にとって我が家のニャンズはとても大切な存在です。私を癒してくれるニャンズに感謝しながら、これからも身体と心の健康を良好に保てるようにしていきたいです。

特養ケアマネジャー 鶴長 美香



介護支援専門員
正垣 志保

皆さんは身体を動かすことが好きですか？私は最近ランニングを始めました。始めたきっかけは娘が陸上部に入り、練習を楽しそうしているのを見て「私もやってみよう」と思ったからです。

最初は400mを1周するだけでへばっていましたが、段々と走れるようになり、今は大会にエントリーして10km完走できるようになりました。

しかし慣れてきたとは言え、走っている最中は孤独でとてもきついです。そんな時は人と比べず、自分のペースを守ることを意識しています。そしてゴール後のビールはさぞ美味しいだろうとか、ゴールしたら何を食べようとか考えながら走ると、いつの間にかゴールが目前にあります。マラソンは人生に例えられることがあります。が、困難に感じる事があっても、出来ることを一歩一歩刻んでいくと、いつの間にか道が開けてくると信じ、何事も逃げずに受け入れていきたいと思っています。最後に、今年はハーフマラソンを走ることが目標です。



母の日



毎年5月第2日曜日は母の日です。今年は、5月11日御家族と家族会から盛大なお花が届きました。ご利用者と一緒に写真を撮り記念に残したいと思ひます。



天望庵通所介護事業所 巨大壁画『富士山』



久しぶりに巨大壁画に挑戦しました！お題は日本のシンボル『立田山』と言いたところではありますがやはり『富士山』でございます。下絵を八分割し、それぞれの部分を貼り絵で担当してもらいました。最初は色の合いでどうなることやらと思つてましたがご覧の通り素晴らしい物が完成しました。次回の作品がたのしみですね！

また、五月の中旬にはおやつに『どら焼き』作りを楽しんでいただきました。美味しかったです◎

どら焼き作り

