

すずらん

医療法人清照会 湊病院 竹野センター
発行：令和5年5月30日
発行責任者：加賀 司
編集担当者：野月 恵子
K・S Y・Y Y・S J・Y
Y・K S・T Y・R K・S

ガーデン湊



作業は大変だけど出来るのが楽しみです (Y・K)



鎌で草刈りをしました。
大変だったけどいい運動になりました。(S・T)

畑作業は暑くて大変ですが、野菜を収穫できる
ことを考えると辛さも半減します。(Y・Y)

バトミントン大会



とても楽しくできました。
優勝できて嬉しかったです。(J・Y)



バトミントン大会とても面白かったです。
またあったら出たいと思いました。(K・S)

七夕製作始めました…



今回はメンバーさん主体で七夕飾りを作っています。どんな飾りになるか楽しみです。

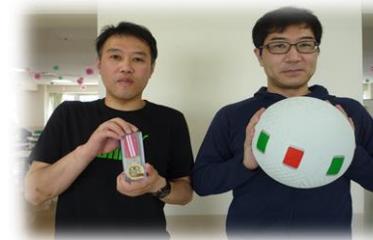


バレーボール大会in山形

5/14 山形で開かれた障がい者のソフトバレー
大会に出場しました。フルセットの接戦で勝ち
優勝しました。自分の意志を貫き、皆さんの
気持ちを伝え様々なことを繋いだ大会でした。
(K・Y)



大会に参加しているスタッフ、メンバー15人
全員が楽しかったと思えるように望めたことが
良かった。(N・S)



Yさんの随筆

上の子が4歳くらいの時、怪我をして室岡整形に通っていた。すぐ混んでいてかなり待った。そうすると、そこのおじいさん先生が家の子に「マリービスケット」を2枚ずつくれた。上の子はもちろん、下の子にもくれた。下の子はおぶられながら両手にもらい、バリバリ食べていた。私はおぶっている下の子のバリバリという食べる音がおかしく笑ってしまった。やっと生えてきた歯で一生懸命食べているからだ。先生のおかげで怪我はすっかり直った。良い思い出だ…。

Sさんのおすすめ本紹介

今回紹介する本は、窪美澄（くぼみすみ）さんの『夜に星を放つ』です。この物語は5つの短編から成り、星座を通してその折々の主人公たちの心情が語られます。コロナによる自粛期間や離れ離れになった家族という様々な事情を抱えた主人公たち。けれども喪失感や閉塞感と共に生きる姿からは、“それでも、生きていく”という静かな覚悟や決意が感じ取れます。興味のある方は是非読んでみて下さい。

Rさんの自炊の楽しみ

5/3～5/5のGW中に自炊をしてみました。朝食はシリアル、目玉焼き、野菜サラダ、カップスープです。シリアルは食物繊維などの栄養が豊富で、お通じにとっても良いです。昼食はペペロンチーノ、野菜スープです。ペペロンチーノはゆでたパスタにあえるだけで、トッピングをかけます。2食入りで¥200位。安くて簡単です。夕食は冷凍餃子、納豆、野菜サラダ、パックご飯、シジミ汁です。冷凍餃子は蒸し焼きで、みそ汁はお湯を注ぐだけです。野菜サラダはカット野菜でお皿に移して食べるだけです。自炊は食べたい物が食べれるので嬉しいです。買い物は歩くのは大変だけど、スーパーの食材を見るのは楽しいです。限られた予算で買い物をするのは大変ですが、次は焼肉のタレを買って肉炒めを作って食べたいです。私は清里に入所していて、今までは3食給食を食べていました。自炊訓練が始まって好きな物を食べているせいか体重が1kg増えました。今後は太り過ぎないように自炊訓練をしていきたいです。

Wさんのおススメ映画

徐々に邦画を取り上げます。能年玲奈改め、のんさん主演「さかなのこ」を解説します。これはさかなクンの自伝を映画化した、愛と挫折とおさかなの物語。割と青春残酷物語で笑えるところもあります。人間諦めずに頑張っていれば何とかなるという話です。のんさん演じるミー坊は男か女か分かりません。もしかしたらさかなクンという人種なのかも…。本物のさかなクンも出演していますが、割と酷い扱いです。沖田修一監督です。高校教師役でドラクドラゴンの鈴木拓が出演しているが、彼は本当にさかなクンの同級生です。おさかな大好きミー坊は寝ても覚めてもおさかなの事を考えているちょっと変わった子。そんな彼（彼女）に理解を示すのは母と近所の変わり者、魚魚おじさん（さかなクン）だった。高校生になってもそれは変わらない。何故か不良グループの中心人物になり、彼らと仲良くなってしまいます。やがて成人し何とかおさかな関係の仕事に就こうと奮闘するが、ことごとく挫折。暗中模索するうちに、本当の夢であるおさかな博士になりたいと思うようになる。こんな感じのお話。面白いので是非見てください。



編集後記

デイケア新聞195号をお読みいただきありがとうございます。4月に行われたバトミントン大会は大盛況でした。今は東西のデイケア一丸となり七夕製作に取り組んでいるところです。今回はどんな飾りになるか楽しみです。

(野月)

〒031-0813 青森県八戸市大字新井田字松山下野場7-15
TEL: 0178-25-0011 FAX: 0178-25-6721
医療法人 清照会 湊病院デイケアセンター