

# 渚の風 なごみ通信

2013年 4・5月号

## ☆お花見散歩に行ってきました☆

4月5日。この日は絶好のお花見日和でした。なごみ苑では以前から「お花見に行きた〜い」と利用者さんからの希望もあったので、午前と午後の2グループに分かれてお花見散歩に出かける事にしました。



午前は7名の利用者さんが一庫公園まで行き、公園内の満開の桜に「きれい」の声が上がっていました。風が吹くとヒラヒラと舞い散る花びらに自然と利用者さんの笑みもこぼれ、飲み物で一息つきながらゆっくりと景色を楽しみました。

午後は能勢の郷まで23名の利用者さんが出かけました。しっかりと歩ける人は管理棟の辺りまで歩き、少し足元が不安な人も桜の美しさにつられてか、普段よりもしっかりとした足取りで周囲を散歩しました。飲み物と桜餅でほっこりし、気持ちもリフレッシュできた一日でした。



## ☆パンバイキングを行いました☆

なごみ苑はお弁当屋食なのですが、月に一回「食事会」と称したちょっとしたイベントを行い、いつもとは違った昼食を利用者さんに食べてもらっています。5月の食事会はパンバイキングとスープとサラダでした。パンは午前中に職員と利用者さんでお店まで買いに行き、サラダとスープは畑から収穫した玉ねぎを使ってなごみ苑で作りました。

サンドイッチにクリームパン、ソーセージなどの惣菜パンと、何種類ものパンが盛り込まれたトレーを各テーブルに置くと、それを見た利用者さんは大喜びでした。いざ食事会が始まると、何を食べようかな～と迷う利用者さんがいたり、先に自分のお皿にパンを置いて取られないようにしたりと様々でしたが、パンを食べている時の表情は皆さん一緒にとても嬉しそうな表情をされていました。その表情を見た職員一同も、嬉しさで心のお腹がいっぱいになった気持ちになりました。



## ☆一杯いかがですか？☆

なごみ苑では野草茶の製作・販売を行っています。現在はスギナ茶の製作に取り組んでいます。

スギナはトクサ科の多年草で、田んぼのあぜ道や河の土手などで見られます。冬に枯れて翌年春に生えてきた特殊な胞子を持つ茎がつくしになり、夏には栄養茎を出し、これがスギナ茶になります。インターネットで等で調べた情報によると、スギナ茶はリン・カリウム・カルシウム・マグネシウムなどのミネラルが豊富で、解熱・利尿・鎮咳作用があると記載されています。



5月頃になると利用者さんと職員が若菜を摘み、水で洗った後に天日干しをして作ります。是非一度お試しください。

## ☆新人職員紹介☆

皆さんこんにちは！！4月からなごみ苑でお仕事をさせていただいている「矢野 努(やの つとむ)」と申します。なごみ苑の利用者さんは皆さんとても元気で、毎日とても楽しい気持ちでお仕事をさせていただいています。分からない事も多くまだまだ半人前の私ではありますが、元氣と笑顔をモッ



トーに利用者さんと一日一日を大切に楽しく過ごせるよう日々精進していきたいと思っています。

トレードマークはこの坊主頭です(笑)。皆さん、どうぞよろしくお願いします。

社会福祉法人 産経新聞厚生文化事業団  
生活介護事業所 なごみ苑

〒563 - 0361 大阪府豊能郡能勢町今西 204 - 1

Tel (072) 734-1103

Fax (072) 734-1435