



# アルムの丘から

第 37 号

発行日 令和元年 7月 8日 編集・発行 グリーンアルム広報委員会

郵便番号:382-0034 住所:長野県須坂市大字仁礼7番地10 電話番号:代表026-215-2662

## ケアハウスピュアリッツ入居者の感想を集めてみました

### 男性 80歳

時の流れは早いもので、アルムにお世話になって2年3ヶ月が経ちました。

一抹の不安を抱いての入居でしたが、自営当時のストレスから解放された上に、最近、独居老人の孤独死が社会問題化していますが、その様な不安からも解放され心安らかに日々を送らせて頂いています。ただ、入居前の忙しい生活とリズムがあまりにも違い過ぎていますので、時間潰しと健康維持の為毎朝ウォーキングを日課にしています。頸椎損傷と脊椎管の後遺症のため一日の歩行距離はせいぜい 2.5km位。然し塵も積もれば何とやら入居以来の歩行距離は約1600km超、私の故郷に届く程になりました。この散歩のお陰で、近隣の方々とも顔見知りになり気分転換には最高です。その様な訳で言う事なしのアルムの生活ですが、ただひとつ不満と言うか悩みと言うか、男性では私が一番の若年、他の方々は男女含めてかなりのご高齢の為、日常会話が思う様に成り立たないのが何とも淋しいです。贅沢な悩みかな？

### 女性 61歳

早いものでケアハウスに入居して4か月になります。初めのうちは不安で一人部屋がこわくて眠れませんでした。今は一人の生活にも慣れてよく眠れるようになりました。ケアハウスでは、水曜日と日曜日にカラオケとかレクリエーションをやっています。とても楽しいです。4月の25日にはお寿司屋さんが来て、お寿司を握ってもらって食べました。久しぶりのお寿司でとてもおいしかったです。5月29日には「湯っ蔵んど」へ昼食を食べに行きました。とても楽しかったです。これから暑くなります。身体に気をつけたいです。



## 不安から解消され、心安らかな日々...

### 女性 87歳

ケアハウスに住んでみて、

- 1、医療・職員の連携が良く取れていて安心
- 2、食カロリーが1400～1500 年齢的に最適な量だと思う
- 3、全員助け合う気持ちがあるので心強い



### 男性 93歳

当介護施設にお世話になって、約三年経ちました。当初孤独な「ひとり生活」に不安を感じておりましたが、入所されて居る方々の安定した生活を見聞するにつけ、生活に順応し慣れていくことの大切さに気付きました。更には生活している皆さんと接する機会(集会活動)の大切さにも気が付きました。漸く孤独の生活にも余裕を持って過ごすことが出来るようになり、楽しく過ごす昨今になりました。ありがとうございました。

### 女性 84歳

日頃迷惑ばかりかけていますが、大変良くしていただいて感謝しております。

### 女性 93歳

自然に恵まれたアルムの丘は春が来るとケンケンと雉の声、5月には郭公もしきりに鳴いてあたりは緑に包まれます。小鳥のセキセイは、毎日窓近々に来てピイピイ声をかけてくれるし屋上で巣作りもしています。6月には明徳山側から不如帰(ホトトギス)が「テッペンカケタカ」と二声三声鳴く声。こんなに身近に鳥達の元気をもらえるところで暮らせるなんて本当に幸です。職員さんやヘルパーさんに支えていただいて今日も笑顔で過ごします。



ケアハウスピュアリッツは、高齢などのために独立して生活することに不安があり、家族との同居や援助を受けることが困難な方で、60歳以上の方がご利用できる施設となっています。

個室が26室とお二人部屋(御夫婦、御兄弟、親子)が2室あり、各種設備や床暖房を完備しています。お部屋の広さや利用料金(入居者の前年の収入に応じて県からの補助金があります)は、お気軽にお問い合わせください。





グリーンアルム施設内の地域交流センターにて

# 『アニマルセラピー』を 開催しました



6月27日



長野県動物愛護センター「ハローアニマル」へ、動物ふれあい訪問を依頼してから、早3年目…。今年もセラピードッグとセラピーラビット、ハローアニマルの動物たちが、グリーンアルムへ来てくれました。

可愛い犬やウサギの入場から、犬の得意芸の披露、また、動物達とのふれあいの時間など、楽しい時間はあっという間に過ぎてしまいました。昔飼っていた動物を懐かしみながら犬と触れ合う方、少し緊張した面持ちで動物と触れ合う方、満面の笑みで犬の得意芸を楽しまれた方など、普段とは違う利用者様の姿に、私達職員も癒されたひと時を一緒に過ごす事ができました。

来年のアニマルセラピーまでしばしのお別れとなりますが、また、一緒にふれあえる日を楽しみに、利用者様と思い出話に花を咲かせていきたいと思えます。



第16回

# アルム祭

令和元年8月4日(日) 13:30 ~ 16:00

令和最初のアルム祭です。  
パーと盛り上がっていきましょう。

## 舞台催し物

2年ぶりの登場!

- ◆ フラダンス (ハーラウ ナーレイ オナープアナニ)様
- ◆ メセナ市民交響楽団 様
- ◆ 仁礼少年神楽の会 様
- ◆ 大盆踊り大会



## ゲームコーナー

### 喫茶・軽食

- ◆ おやき、ジュースの販売
- ◆ 無料のおやつも用意しています。

### 作品展

### 健康診断コーナー

- ◆ 骨密度測定

皆様のご来場を  
お待ちしております



## 編集後記

日本国民が注目の中4月1日に新元号の発表がされ、2022年ぶりの生前退位により5月から新元号が「令和」へと変わり2か月が経ちました。

私たちが当たり前に使っている元号ですが、使われる始まりや、改元について調べてみると知らない事が沢山ありました。

日本で最初に元号が採用されたのは、西暦645年の孝徳天皇の時代の「大化」から始まり、かつては天皇の代替わりに限定せず、自然災害などがあつた際にも改元されていたことがあつたようで、天皇一代に一つの元号とする「一世一元制」が採用されたのは、意外に最近の明治時代からのようです。元号が使われて以来、1300年余り経過し、「平成」まで247の元号があつたようですが、なぜ元号は漢字2文字(4文字の元号が5つ存在しました。)なのか疑問でしたが、昭和54年の元号法で「元号は漢字2字であること。」と決められていると言つことも初めて知りました。

「令和」と改元された新しい時代は、令和の意味に込められたように「人々が美しく心を寄せ合う中で、文化が生まれ育つ。明日への希望と共に、1人ひとりが大きな花をさかせる。」の言葉ごり、夢や希望が開花して行く時代になれば良いと願っています。  
(市村)