

蒼

souten

天

’ 07 第4号 (冬号) 通巻26号

発行日 2008年1月1日

社会福祉法人 青空会

生活介護事業所 あおぞら

〒852-8143

長崎市川平町1074-11

TEL 095-843-9001

FAX 095-843-8203

メール aovorakoubou@nifty.com

ホームページ

改装中

はじめに

生活介護事業所あおぞらが始動して半年がたちました。通ってくる仲間たちはみな元気です。猛暑のこの夏も発病して休むこともなく、皆で乗り越えました。ありがたく感謝しています。

仲間たちの健康な心身作りを目標に、積極的に散歩を実施しています。外を歩くことは、四季の移り変わりを肌で感じることができ、ご近所の方々とのご挨拶、コミュニケーションに役立ちます。また、骨に縦の刺激を与え丈夫にする等々、長生きをするために必要な運動が凝縮されているそうです。

現在、主に2コースを歩いています。1コースは、バイパスを挟んで向側のけやき台団地にある公園までの登りで往復2.6km。2コースは、バイパス沿いの道を八幡神社までのアップダウン続きの往復ですが、このコースは5箇所(往復1.8kmバックミラー、2.2kmトンネル、2.6kmカイダン、3.0kmウリチ、3.5kmジンジャ)で分けられています。コース選びは参加者の数や体調、天候、日課、曜日などによって出発前に決めます。3名の職員と、隊列がだらだらと長くないように組んだコンビが互いに協力し合い、全体が一体になって歩きます。職員は、道路の中央に出ないように間隔があかないようにと目配り気配りで緊張の連続です。また、隊列の側を通過されるドライバーの方々の緊張もしっかり認識しなければなりません。転倒でかすり傷を負う位はありましたが、幸い事故に繋がることは起きていません。地域の皆さん、ドライバーの皆さんにとっても感謝しています。

記録を見ますと、4月の総歩行距離は14日で54km、5月は17日で42.6km、6月は16日で41km、7月は11日で24.2km、8月は4日で8km、9月は7日で16.6km、6ヶ月の総歩行距離は69日で186.4kmですから、そばのバイパスに乗ってそのまま高速の長崎道から九州道で小倉まで走った距離ぐらいでしょうか。平成6年6月から13年3ヶ月、優に5000kmは超えたのではないのでしょうか。

一回の距離はわずかですが、「歩ける日は歩こう」を合言葉に積み重ねた距離には驚きました。結果ボランティアの学生さんの息が上がっているのを横目で涼しい顔をしている皆がいます。しかし昨年から全員参加の日が徐々に減少しています。今後は側のグラウンドを利用させていただくなどの別メニュー参加者が多くなるでしょう。何事にも依存して手助けをしてもらうことが当たり前だった仲間たちが、個々にその差はあれ、積極的に生き生きと活動を楽しんでいる今の支えのひとつが散歩であることは否めない事実だと思えます。

海水浴

7月に入った頃から「海水浴、楽しみね〜」が合言葉のように飛び交った1か月。いよいよ7月28日土曜日の抜けるような青い空の下、あおぞらの仲間たちが待ちに待った海水浴が、大瀬戸町尻久砂里浜で行われました。今年は毎週水曜日に乗馬でお世話になっているポニーランド長崎の仲間たちも参加し、総勢約30名の賑やかな海水浴でした。

ジリジリと痛い位の太陽が照りつける中、海の中はひんやり冷たく、皆で「ヒャー」と恐る恐る肩までつかりました。浮き輪をつけプカプカ気持ちよさ気に波を楽しんだり、魚のように水の中をくるくる回ったり、波打ち際で温泉のようにつかったりと、思い思いに海水浴を楽しみました。その後はお楽しみのバーベキュー。暑い中で食べる熱いお肉に焼きソバの「美味」なこと！！ 最後は、海水浴恒例の西瓜割りと盛り沢山の内容で、お腹も心も満たされた楽しい1日でした。 (朝美 記)

バス旅行

9/26(水)秋晴れ?残暑厳しい夏晴れか?暑い日差しの中、佐賀「有田ポーセリンパーク」へバス旅行に出かけました。

到着すると直ぐに昼食。待ちに待った食べ放題バイキングへ。1時間ほどのバス移動の疲れを感じることなく、佐賀の食材・郷土料理など豊富なメニューを次々とお皿へ並べ、日頃の食欲・本領を發揮し、どのテーブルでも満腹・満足の笑顔が見られました。

その後、有田焼工房にて「絵付け体験」。六寸皿に色鮮やかな季節の花々や、キャラクター、想いのこもった一筆書き等、サスガッあおぞらの画伯たち！！ 様々な絵皿が完成していました。焼き上がりが楽しみですネ。

パン工房のパンや、宗政酒造の焼酎・清酒・有田焼の陶磁器をお土産に、有田ポーセリンパークの旅を楽しく過ごすことができました。

又、このバス旅行にご支援いただいた宗正酒造の宗政寛様に深く感謝いたします。ありがとうございました。 (路子 記)

ひめ日記

私のルーツはイギリスだそうです。ここよりずっと緯度が高いので冬の寒さは大丈夫ですが、夏の暑さはきらいです。特に今年。灼熱の太陽に焼かれた道路は夜になっても歩きたくなかった。仰向けで開きの状態で寝ていたら、ハシタナイとお父さんに叱られましたが、純毛を着ているのですから仕方ないですよ。ソバによって来てもお義理に尻尾だけ少し振ってやりました。やっとうつ伏せで寝られるようになってきました。

自己紹介

今年の4月から看護師として働かせていただいています市川ミサ子です。

住居は三川町です。自宅から歩いてあおぞらまでは20分。こんな近くにあおぞらという生活介護事業所があることを知りませんでした。

約半年間、利用者さんたちに触れ、元気さ、生きようとする魂をたくさん感じました。おかげさまで私自身、日々若返っている気がします。

利用者さんたちの安全と健康を見守りつつ励まさせていただきます。

あおぞら日記

- 7月 1日 ひめの誕生日。
3日 家族会。
6日 ボラ一下田さん。
7日 セタ。
11日 U.Tさん誕生会。乗馬。
12日 プール。来客1名。
13日 来客1名。
19日 歯科通院（3名）。プール。
20日 エアロビ（久保純子先生+サントピアの仲間たち）。来客1名。
24日 諫早養護学校実習予定打ち合わせ。
25日 乗馬。
26日 プール。法人監査（長崎市）。
28日 海水浴。
30日 来客1名。
- 8月 1日 乗馬。
2日 プール。
3日 諫早養護学校より見学者3名。

- 6日 折り紙展見学（昭和堂）。
- 7日 家族会。
- 9日 S.Kさん誕生会。
- 13日 15日まで夏休み。
- 16日 プール。
- 22日 乗馬。
- 24日 プール。
- 29日 ポニーランド長崎の仲間が来訪—交流会。諫早養護学校生実習打ち合わせ。
- 30日 ボラー前川さん。
- 31日 外食（浜勝）。職員会議。

- 9月 4日 家族会。
- 5日 乗馬。
- 6日 T.Nさん誕生会。プール。来客3名。
- 10日 諫早養護学校生1名実習（～14日迄）。
- 12日 乗馬。来客1名。
- 13日 プール。来客1名。
- 14日 来客4名。
- 15日 長与町ふれあい祭参加（4名）。長崎北ライオンズクラブ CN40 周年記念式典。
- 19日 来客1名。
- 20日 プール。
- 21日 エアロビ（久保純子先生＋サントピアの仲間たち）。
- 26日 バス旅行。
- 27日 来客2名。
- 28日 来客3名。職員会議。役員会。

あおぞらへのご援助一覧（7月～9月）

本間悦子様、長崎北ライオンズクラブ様、下田あゆみ様、藤川修様、林道夫様
川平ショッピングセンター森田様、小佐々研介様

＊北ライオンズクラブ C n 40 周年記念式典に際して、過分なご寄付をいただきました深く感謝申し上げます。

後援会会費（19年4月～）

大嶋尚武様、音淵正久様、川越孝洋様、飛永秀昭様、徳永亜希雄様、坂本禎子様
広田千秋様、松井早苗様、広田秀樹様、三戸正数様、宮嶋秀治様、今関公雄様

編集後記

8月末より送迎職員に西本さんが加わり宮嶋は引退しました。5年目の今村さんと隔日勤務となります。共に本職はタクシー運転手さんですから、仲間たちは安心して乗っています。