

聖母の園

平成25年

4月号

平成25年4月1日発行

◆ 〒245-0063 横浜市戸塚区原宿4丁目35番3号 ◆ TEL 045-851-6053 / FAX 045-851-6212

聖母の園でも2月下旬より梅が咲き誇り、次に桜の季節となりました。
平成25年度は聖母の園年間大目標を基に、地域の皆様と共に歩んでいきたいと願っております。



平成25年度 聖母の園年間大目標

高齢化の進展に伴い介護、医療を必要とする方が増大しているなか、聖母会の理念を基に、ひとり一人を思いやり、尊重し、その人らしく安心した生活が送れるよう、その方に最も必要なサービスを提供することに努めます。

また、災害や感染対策において危機管理を徹底し環境整備や職員の体調管理、ボランティア、来園者等への情報提供を正確に行い安全面の強化を図ります。



坂本 きみ江さん



聖母の園では100歳以上の方が10名いらっしゃいます。

今回は代表して坂本きみ江さんに100歳の感想と長生きの秘訣など聞いてまいりました。

坂本さんは大正2年1月27日、7人兄弟の末っ子として山梨県に生まれました。幼いころから文章を書くのがお好きで、ある時、作文を書いたら100点満点の所を120点取ったのよとお話してくださいました。



そんな坂本さんは毎日、新聞に掲載してあるクロスワードを楽しまれています。お部屋には今まで解いた新聞が高く積み上げてあり、持つのも一苦労なほど分厚い広辞苑、その他に和英辞書など3冊を使って分からない言葉があったら調べているそうです。「100歳にもなって新しく覚える言葉があつてとっても面白い。」「クロスワードが完成した時がすごく嬉しいよ。」と笑顔でお話される坂本さんに頭が下がります。

一方で、運動神経も抜群な坂本さん。棒体操に参加されたり、歩行器を押してタッタと園内を（実は）走っております。100歳の走りに周りの人間はただただびっくり！頼もしい限りです。

インタビューの最後に、100歳を迎えた感想を伺うと「めずらしいこととは思いますが嬉しくてたまらないとは思わないよ。」と。長生きの秘訣も「あれやこれや心配せず、ボーっとしているのが良いんだよ。」とお話してくださいましたが、普段の坂本さんを見ているととてもボーっとしているようには思えません。やはり色々なことに興味を持ち過ごすことが長生きの秘訣ではないかと坂本さんから学んだように思います。

博学で笑顔の素敵な坂本さん。いつまでもお元気でいてください♪



ヨガ体操

加藤眞智子先生の御紹介

プロフィール



- 昭和 17 年 横浜生まれ
- 昭和 37 年 東京女学館短大卒業
結婚(1男1女)
- 昭和 48 年 大槻ヨガ入門
- 昭和 58 年 加藤ヨガ学院新宿教場開設
- 昭和 63 年 大槻ヨガより独立
- 平成 1 年 株式会社カトウヨガと改称
- 平成 6 年 厚生大臣認定 健康運動指導士取得
- 平成 19 年 NPO法人日本YOGA連盟理事になる
- 平成 21 年 「1分ヨガ」海竜社より出版
NPO法人国際総合法人ヨガ協会入会
- 平成 24 年 戸塚原宿「聖母の園」にて月1回指導開始

ヨガとの出会いは、実は「私の命が一番喜ぶ生き方(使命)を身に付けるための勉強と訓練法の出会いだったのです。「自分を愛し・他人(ひと)を愛し・ひと(人間)を愛し自分が生きる生き方」との出会いだったのです
大自然界に守られ、めぐり来るすべての事柄から学んでいくことにより、人生はなんともみい尽くしようのない程の沢山の貴いおかげさまとご縁によって成り立ち、生かされている。という事を実感しております。

ヨガの楽しさで私をここにまで育て導いてくれた「ヨガ」それは単なる健康や美容法だけのものではなく、その本質は自然界(万物)と人間、そして人間同士の中にいかに愛ある調和を求めていくかという哲学を自己の実践を通して学んでいく生き方の勉強と訓練法を説いたものです。

ヨガ入門以来40年の月日のおかげさまで日々変動の事柄を活かし、生きる喜びを愉快と捉え力が少しづつ身について来ました。
私の人生を皆様の人生とともに大いに愉快地生きてゆきたいと思っています。

聖母の園との出会いは、藤井様の伯母様が聖母の園に入所されておりました。藤井淑子様が私を聖母の園へと御紹介されました。

藤井さまは私のヨガ指導を大変熱心に20年以上現在も受講して下さいている方なのです。さらには私の生長過程をみとどけ、適切なアドバイスをして下さる人生の先輩として学ばせていただける有り難い方なのです。

私が指導中に東京新宿の聖母ホームで高齢者の方と指導している話をしました事から私の所属するヨガ協会かつNPO法人としての使命を志しているという意を察して下さい、昨年(平成11年)に原宿に同行下さり田村副施設長とデイサービス遠藤相談員にご縁をつなげて下さいました。平成11年12月から月1回の指導を開始し皆様との楽しい、嬉しい出会いが1年になろうとしています。

ボランティア総会のお知らせ

- 開催日 / 平成 25 年 4 月 7 日 日曜日
- 場 所 / 聖母の園 集会室



日頃より、聖母の園にお力添え下さっているボランティアの皆様には、深く感謝いたしております。



「平成 25 年度ボランティア総会」を開催致します。年に 1 度の交流・勉強会です。ご多忙のことと思いますが、お誘い合わせのうえ、ご参加くださいますようお願い申し上げます。また、プログラム等詳細につきましては、決まり次第担当者よりボランティアの皆様へご連絡させていただきます。

ボランティアさん募集

① 活動内容 / 特養ご利用者のシーツ交換お手伝い

活動曜日：水曜日 午前 10：00 ～ 11：00

② 活動内容 / デイサービス 補助

(ご利用者へのお茶出し・整容・お話し相手等)

活動曜日：火曜日・土曜日 午前 9：30 ～ 午後 4：30

(短時間でも可 時間はご相談に応じます)

※その他、随時募集しておりますので、下記担当までご相談下さい。

連絡先

高齢者介護総合センター 聖母の園 電話 851-6053
ボランティア担当 倉野・安齋 までお問い合わせ下さい。



お詫び

この度、当施設におけるノロウイルス集団感染対策では、皆様に多大な御迷惑をおかけいたしましたことを深くお詫び申し上げます。

今後、このような事の無いように職員一同、より一層のサービス向上と感染症対策に努力して参りますので、今後ともよろしく願いいたします。