

明日のことはわからない。それでも今日を大切に🍀

１階フロアで生活されている**丸山冨貴子さん**（以下「冨貴子さん」）をご紹介します。（ロイヤル便り始まって以来初めての、続編となります）

冨貴子さんは**現在 99 歳**。前回は「元気で過ごせれば一番!!（令和７年７月号）」という夢をご紹介しましたが、この一年も冨貴子さんらしく、一日一日を大切に過ごされてきました。　…しかし、この一年は決して順風満帆ではありませんでした。

ある日、お手洗いで意識を失い、スタッフが駆け付ける出来事がありました。血圧が低下した可能性が高いのですが、**原因は不明**…。ご本人・スタッフにとって**不安が残る出来事**でした。

その後も同じような症状が数回あり、**「健康に過ごせること」の大切さ**を改めて感じる一年となりました。



冨貴子さんは「明日のことはわからない。だから、一日一日をしっかり生きていきたい」と話すようになり、スタッフと相談しながら生活も見直していきました。
歩く時は、**安全に歩ける歩行車**を使うようになり、毎朝リハビリを兼ねて廊下をお散歩。掲示物や季節の飾りを眺めながら、途中には**仲間と挨拶やおしゃべり**を楽しんでいます。

朝食後は、**日記を書く**時間 📖
「見られると恥ずかしいのよ」と笑いながら毎日続ける大切な習慣です。



昼食後はもう一度散歩。朝よりも**少し遠回り**をして歩きます。
おやつの後は計算問題やクロスワードで**頭の体操**。
時には気持ちよくお昼寝をして体を休めることも、元気に過ごす秘訣だそうです。
夕食後、すぐに部屋には戻らず、仲間とのおしゃべりを楽しむ冨貴子さん。

「**自分の事は自分で**やり続けたい」「大きな夢はないの。でも、**今日一日を大切に**過ごしたい。」
その言葉どおり、冨貴子さんは毎日を丁寧に積み重ねながら、笑顔で過ごされています。

そして今年９月には、**100 歳の誕生日**を迎えます🎉

冨貴子さんらしい笑顔あふれる一日を過ごせるよう、スタッフ一同応援していきます。
何気ない**毎日を大切に過ごす姿**から、スタッフも「今日を笑顔で過ごすこと」の大切さを教えていただいています✨



冨貴子さん、
100 歳を越えても元気に過ごしていきましょう



★リハビリ科★『つのだせ　やりだせ　めだまだせ！　カレンダー作り』

毎月恒例のカレンダー作り。今回は、梅雨の季節にぴったりな**「かたつむりカレンダー」を制作**しました。赤・青・紫・オレンジなど、それぞれお気に入りの色を選んで制作スタート！　折り紙を丸めてうずまきを作る作業は少し**根気が必要**でしたが、「楽しいね！」「かわいい！」と、あちこちから笑顔の声が聞こえてきます😊葉っぱを付けたり、雨を描くなど、「もっとかわいくしよう！」とアイデアも次々に飛び出します。最後に口やほっぺを描き入れると、**一匹一匹に表情が生まれ**、とても愛らしいかたつむりが完成しました💖

出来上がったカレンダーは、それぞれの**個性があふれる**素敵な作品ばかり✨完成した作品を手にした皆様の笑顔も、とても印象的でした😊

ジメジメした梅雨の季節ですが、可愛いかたつむりたちと一緒に、**明るく元気に過ごして**いきましょう🌈



職員紹介のコーナー

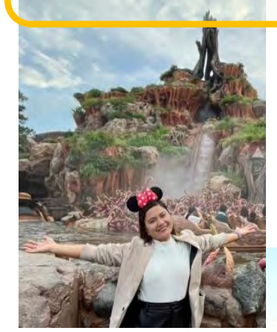
氏名　バルガス ロダリン ラトニオ　フロア名　２Ｆフロア　職種　介護助手
星座　いて座　血液型　Ａ型　出身地　フィリピン・パンガシナン　年齢　36 歳

この仕事を志したきっかけ　**祖父母のことが大好き**で、「高齢者のためになる仕事がしたい」と思い介護の道を選びました。フィリピンで介護の仕事を経験した後、「もっと介護を学びたい」と１年前に日本へ。ロイヤルで多くの経験を積み、**一人前の介護職員を目指して**頑張っています。

日本での生活　**大変なこと**：漢字や日本語の勉強をすること。フィリピンにいるご主人と 10 歳・６歳のお子さんと**離れて過ごしている**事。飛行機代が高く、なかなかフィリピンに帰れないため、毎晩、家族とは電話で話しています。**うれしかったこと**：日本のおいしい食べ物を味わったり、東京に住むフィリピンの友人と、**ディズニーランド**へ行ったこと。今度はディズニーシーに行きたいです。

休日の過ごし方　お弁当の**料理**を作ったり、**洗濯・掃除・買い物**をします。フィリピン料理の「アドボ」「シニガン」を作っています。時々、友人と出かけたり、**カラオケ**で Kiroro の「未来へ」や宇多田ヒカルさんの「First Love」(**先輩に教えてもらった**曲)を歌ってリフレッシュしています♪

フィリピンのおすすめスポット　街並みが美しく、おいしい食べ物も楽しめる**「マニラ」がおすすめ**です！





過去の「ロイヤル便り」は ⇩ コチラ ⇩

ロイヤル便りへの要望・アンケートは ⇩ コチラ ⇩

インスタグラムは Instagram ⇩ コチラ ⇩

介護老人保健施設
春日部ロイヤルケアセンター
住所：埼玉県春日部市藤塚２６２２番２
TEL：048（733）5771／FAX：048（733）5778

フロアより 活動報告

♠１Ｆフロア♠『🌸みんなで見守る百日草🌸』

「夏日！真夏日！猛暑日！その次は何だっけ…？😅」そんな会話を楽しみながら、晴れた日には**日光浴**をしています。梅雨に入り雨の日が続くと、「お花たちも喜んでいるね☺」と、**窓から中庭を眺める**のも楽しみのひとつです。

今年、中庭のプランターに仲間入りしたのは百日草🌸　ある利用者様が**「この花が一番好きなの」**と話してくださったことがきっかけで、「みんなで育ててみよう！」と種をまきました。芽が出る前から一緒に水やりをし、「芽が出たよ！🍸」「葉っぱが虫に食べられてるね」「今日は土が乾いているよ」と、毎日の成長を利用者様・スタッフで**優しく見守って**います。

少しずつ大きくなっていく百日草は、利用者様の笑顔とともに、私たちの楽しみ・笑顔も育ててくれています✨色とりどりの花が、**百日以上元気に咲き続けてくれる**ことを願いながら、これからも、みんなで大切に見守っていきたいと思います🌸💘



◆２Ｆフロア◆『青空散歩 ～近くの花と遠くの山～』

近年は暑さや寒さが厳しくなり、過ごしやすい春や秋があっという間に過ぎてしまいますね。

２Ｆフロアでは、お天気に恵まれた日には**中庭へ出て、青空散歩**を楽しんでいます😊
広い空から降り注ぐ暖かな日差しと、心地よい風を感じながら歩くと、皆様の表情も自然とにっこり☺
「今日は気持ちがいいね！」と、いつもより**足取りも軽やか**です♪

花壇には色とりどりのパンジーが咲き誇り、「きれいだね。」「お花屋さんでも見たことがあるよ。」と、花を眺めながら会話も弾みます🌸

中には「お部屋にも飾りたいな」と、大切に**一輪持ち帰り、即席の花瓶に飾る**方もいらっしゃいました✨
ふと視線を遠くへ向けると、「あの建物は何だろう？」「あの山は男体山かな？」「いや、筑波山じゃない？」と、皆様で景色を眺めながら話に花が咲きます🗻

近くの花を愛で、遠くの山を眺める――。ほんのひとときのお散歩でしたが、季節を感じながら心も体もリフレッシュできる、笑顔あふれる時間となりました🌸



♣３Ｆフロア♣『楽しい一日の過ごし方♪ ～魚釣りレクリエーション🐟～』

「今日の**夕飯のおかず**を釣りに行きましょう！」そんな掛け声で始まった今回のレクリエーションは、みんなで楽しむ魚釣り大会です！カラフルな魚がたくさん泳ぐ中、「鯛が釣れたよ！」「今度はあんこうだ！」と、皆様の嬉しそうな笑顔があふれます☺

「緊張して手が震えるよ～！」と言いながら**真剣に狙う方**や、「こっちも釣れた！……あれ？これは何？」「カッパだよ！」と、思わず大笑いする場面も😆♪さらに、「あら、大変！隣の人の魚とくっついちゃった～！」と、あちこちで**賑やかな声**が聞こえ、フロアは笑い声に包まれました✨

レクリエーションが終わると、「釣った魚が本当に食べられたらいいのになぁ～」との声も。煮付けにしようかな？それとも塩焼き…🤔？　…残念ながら、**お持ち帰りはできません**でした😅（笑）

笑顔と笑い声があふれた楽しい魚釣りレクリエーション🎣　これからも、皆様に「また参加したい！」と思っていただけるような、**楽しい時間**をたくさんお届けしていきたいと思います☺



♥デイケアフロア♥『外食レクリエーション、再開しました！🍜』

新年度を迎えた４月、コロナ禍でしばらくお休みしていた外食レクリエーションが、再スタートしました！
今回訪れたのは、**お蕎麦屋さんの朝日屋**。「何を食べようかな？」とメニューを眺めながら、それぞれお好きな一品を注文しました🍜「久しぶりの外食で嬉しい！」「おいしいけど、お腹いっぱい😆！」久しぶりの外食に、皆様の笑顔があふれ、大満足のご様子でした♪さらに食後は**ウエルシア**や**ローソン**でお買い物も楽しみました🛍

施設へ戻ると、さっそく購入したおやつを囲んでティータイム🍵　「おいしいね♪」「また行きたいね！」と**お土産話で盛り上がり**、笑顔いっぱいの一日となりました☺

これからも、外出や外食を楽しみにしながら、**リハビリにも前向き**に取り組んでいただけるよう、楽しい行事を企画していきたいと思います✨

