

医療法人社団 松籟会 宇都宮西ヶ丘病院 〒320-0004 栃木県宇都宮市長岡町 842 TEL028-621-3171

院内カラオケ大会

●院内カラオケ大会



長岡の百穴仙人

H30.7月12日(木)院内カラオケ大会が行われました。デイケアからも多数参加しました。若手の町田智代さんが97点で2位、塩原隆広さんが95点で5位と頑張りました。又、H・Mさんと長岡の百穴仙人がプロ目賞で88点ながら水で流せるティッシューパーのBOXを貰いました。他の参加者も院内からの参加者も精一杯、一生懸命唄っていて応援も盛況でした。来年も楽しみです。



バス旅行

●バス旅行

ドリーム



2018年7月24日、天気はくもりはれ。午前9時50分に栃木県福祉プラザに集合して日光旅行を催行。参加人員はメンバー20名、スタッフ5名でスタートをきりました。駐車場に停まっている福祉バス友愛号に乗り込み、午前10時に日光に向けて出発。街中をぬけて東北自動車道に入り、緑にかこまれた道路をひたすら日光に向かって走り続けました。

第二いろは坂の登り口に着くと熊出没の立て札がありました。いろはにはほへとちりぬるを、わがよたれそつねならむ。うひのおくやまけふこえて、あさきゆめみしゑるもせずん。

(色は匂へど散りぬるを、我が世誰ぞ常ならむ。初の奥山今日越えて、浅き夢みし酔いもせずん。)の前半分の坂をバスで登りました。山高ければ谷深し。

10時50分頃、明智平ロープウェイに到着。16人乗りの小型のロープウェイに二組に分かれて乗り込み、3分程の空中旅行。眼下に緑がうつそうとしていました。やはり何となく緊張してしまい、展望台に無事着くとフツと肩の力が抜け、安堵しました。展望台は結構広さがあり、日がさしたり、くもったり、時折疾風が吹いていました。見晴らしは良好で雲か霧をかぶった男体山、静かで平原のように見える中禅寺湖、中禅寺湖から流れ流れ落ちる華嚴の滝が小さく見え、その右下にさらに小さく白雲の滝が見えました。みんなで記念写真をパチリ。

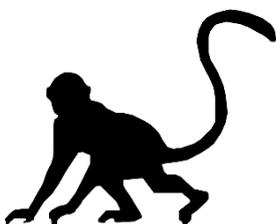
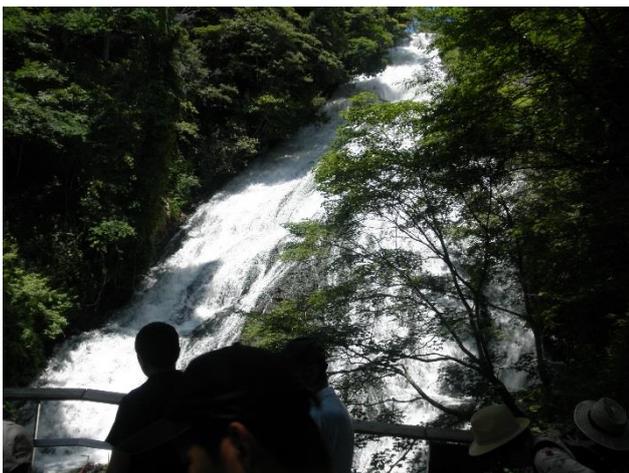


予定時間を過ぎて湯滝へ着くと、まだ可愛い小学生の団体がシートを広げてお弁当を食べていました。余り大きくない滝が岩盤をすべり落ちるのを臨場感たっぷりのロケーションで見られ、その音に驚き、涼を感じ、慣れると少々うるさくもあり、生活に根ざした近所の滝という感じで好感がもてました。滝のすぐそばの店で売っている鮎の塩焼きが目に入り、時間がないので店のおじさんをせかして串刺しを1本買いました。バスに戻ってみると運転手さん以外、誰もおらず。バスの外で鮎を立ち食い。頭から尻尾までガブリとはいかず。せかせかせいで骨には火が通っておらず、骨を丸ごと残し、身のみ食べました。それでもおいしかったことは言うまでもなし。予定時刻を過ぎて湯滝を出発。赤沼茶屋へ。着いたのは12時半過ぎ。先に注文しておいた料理を食べー休み。店内には小林亜星他二名が名前を連署した色紙がかかっておりました。1時半頃か？赤沼茶屋を後にしました。

第一いろは坂へ突入。第二いろは坂に比べても第一いろは坂は急なカーブの連続でバスの車窓から見える谷に冷や冷やしながらかも外の景色を楽しみながら坂を下ってきました。第一いろは坂にも熊出没の札がありました。

午後2時過ぎに日光東照宮に到着。個々人の自由行動で参拝、見物をするに。五重塔をながめた後、石段をのぼり東照宮に入りました。平成の大修理を終えた陽明門を見、三猿を見、私は眠り猫は見ず（みんなは見に行っただけです。）薬師堂に入り鳴き竜を見ました。昔の各人が手を叩いて、天井の竜の鳴き声を聴いたのですが、今は職員の方が拍子木を打ち、それで竜が鳴くのを参拝客が皆で聴くという方法でした。また、竜も鳴くのは頭部だけで腹や尾の部分の下で拍子木を打っても何もきこえてきません。個々人が手で打った昔がなつかしい。お天気も良く学校が夏休みに入ったせいか、平日にもかかわらず境内は人で賑わっていました。外国人観光客も多く、アジアや欧米から来たのであろうと思われる人々を見かけました。何十年ぶりでみた日光東照宮は様変わりしているように思いましたが、私の思い違い、気のせいでしょうか。何とも不思議な気がいたしました。1時間程の観光を終えて帰路に着きました。

帰りも来た時のように4時頃無事に帰還。宇都宮に帰ってきてバスを降りると、もわっとした空気に包まれ、日光が涼しかったことが今になってよく実感できました。福祉プラザ駐車場にて解散。おつかれでした。お世話様でした。楽しい旅行ができましたが、おみやげを買う時間が無かったのが心残りです。



コラム

●あなたの幸せな時は

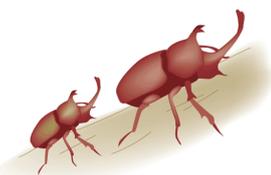
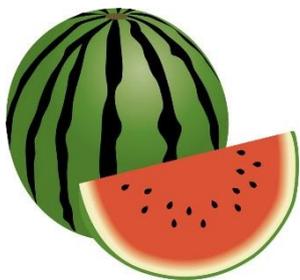
料理好き



あなたの幸せな時はどんな時ですか？家でのんびりとTVを観ている時、友人と一緒にゲームをしている時、彼女と二人きりで食事をしている時、一人又は数人で旅行を楽しんでいる時などいっぱいあります。

自分は、ウィンドウショッピングや色々な料理作り、ビデオ鑑賞等しています。時にはのんびりと自分のくつろげる時間も大切ですね。ゴールデンウィーク等国内外どこかへ旅行へ行くのも楽しみ？幸せ？

皆さんも幸せ時間を見つけてみませんか？



●コラム

1/2 世紀ばあば

Good by！ 青春の宝物達。

Welcome！ 初秋の足音。

巡り巡って今を宝物にしたいじゃないか。



■編集後記■

●料理好き

皆さんはご存知かと思いますが、関東甲信越地方を除き連日テレビで大雨のニュースを見て唖然としてしまいました。西日本と北日本の雨量が一番多く降ったことに初めて天災の怖さを思い知りました。早く温暖化を止めて欲しいこの頃です。

●ドリーム

暑中お見舞申し上げます。暑い暑いと言いたくないけれどやっぱり暑い。猛暑です。いつまで続くのでしょうか。8月7日は立秋なのですが、冗談のようにきこえます。まだまだプールとうなぎとビールが主役でしょうか。氷とスイカも？

●人面魚

猛暑・熱帯夜・台風12号と気象観測史上稀にみるという過酷な日々が続く、それが当たり前の上、あきらめ気分さえも漂っております。当然、少数精鋭とはいえ担当スタッフの荒川さんには多大なご迷惑をおかけしているであろうと申し訳ない気持ちで一杯です。この後記もを一日遅れております。御免！もっと余裕をもって編集会議に臨みたいものです。私事ですが、自分の記事位自分でパソコンに打ち込みたいとパソコンBで新年度から頑張っておりますが、こちらも荒川さん頼みです。そのうちベランダの猫大明神の隣に荒川大明神像を並べたいと思っておりますが、荒川さん如何ですか？

*デイケア「長岡の森」って

どんなところ？

「生活リズムを整えたい」、「仲間作りをしたい」、「日中の居場所が欲しい」、「就労に向けて準備をしたい」こんな希望や悩みはありませんか？デイケア「長岡の森」は、プログラム活動やメンバーとの交流を通じてステップアップしていく場です。少しでも興味・関心のある方は、ぜひ見学にいらして下さい♪

◎プログラム活動とは…プログラムとは、主に個人やグループで取り組む活動のことで、その種類は創作や料理・スポーツ・麻雀など様々です。主治医やデイケアスタッフと話し合いながら利用者の興味や目的に応じて選択できます。必ず参加しなくてはならないものではなく、その日の体調に合わせて、ゆっくりと一人で過ごすこともできます。

◎スケジュール

活動日：月曜日～金曜日

(土日・祝日は休み)

●活動時間：

デイ・ケア（1日）

午前 9：30～午後 3：30

ショート・ケア（半日）

午前 9：30～午後12：30

午後12：30～午後 3：30

ひびき
響
反響 残響 響宴 交響

デイケアメンバーの皆様へ 「原稿大募集！！！」

「響」では、プログラムや季節ごとのイベント・行事の紹介、利用者の日々の体験談等を掲載中です！

撮影した写真やイラスト等も募集していますので、原稿をお持ちの方は、お近くの編集委員またはスタッフまでお声掛けください♪



医療法人社団 松籟会

宇都宮西ヶ丘病院

*原稿については、原文のまま掲載させて頂きました。誤字・脱字等がありました際には、ご容赦下さい。

——月刊デイ・ケア機関誌・発行元 医療法人社団 松籟会 宇都宮西ヶ丘病院 「デイ・ケア 長岡の森」——

発行日 2018年（平成30年）8月1日 vol.35