



2016年テーマ 「心動いて元気になる」

ゆたかなビレッジで、人と出会い、心を動かされ、また元気に明日もやっついこうと思うエピソードを毎月ご紹介いたします。

第9回 「花」



先月ご紹介した自炊に続いて、実はもう一つ始めたことがあります。それは「花を置く」ことを続けているのです。このどちらも、俳優の渡辺謙さんがニューヨークのブロードウェイに挑戦された時に、お仕事、生活、「自身の健康を考えて続けていることだ」として紹介されていました。私も「やってみるか」そんな軽い気持ちで始めてみたのです。渡辺謙さんは、ほとんど外食はなし、自身で自炊する。ある朝は「うな重」を食べている場面もあった。海外では、日本食ブームもあり、ニューヨークのマンハッタンでも日本食材が手に入るとか。食べたい物を自分の手で作る生活を拝見していると、私も「もう少し日々の食事を丁寧にしなるとな」そう強く感じました。そしてもうひとつ「花」を飾ることも紹介されていた。渡辺さんは花束サイズの花を飾っていた。こちらは身の丈に合わせて「一輪挿し」を置くことにした。花を飾る技量も未熟であるため「置く」ことにした。置くことは私にもできそうであるし、気も楽である。謙さんの「花」を飾る理由は「日々の移り変わりを感じるため」と素敵な言葉を語っていた。私は「殺風景な我心に色があればな」と思ったからだ。これも続けてみると以外な収穫もあった。たしかに謙さんの言う通り、綺麗に咲き、最期は散る。綺麗であることもしっかり見て感じることであるし、また枯れたことも「まだ大丈夫か?」「もうダメかな?」そう見ながら感じる。日々の一瞬を大切にしないで、感じ取れない感覚であるかもしれない。そして現在だが「花置き」は一輪がまた一輪と増えています。私の周りの事務所さんも始めてくださっています。花屋さんによると「オフィスフラワー」と言って流行りだそうです。何でも職場環境が改善する効力をもっているとのこと。この二つの生活の中でできる活動を皆さまにも「おすすめできます」と言っても、ほとんどのご利用者様ご家族様は「とっくにやりますわよ」そう言葉をいただけそうですね。

ゆたかな
ビレッジ
介護事業所の
話題をご紹介します

：（▽） スタッフキッチンスタジアム 始まります。
：9月より月に一度、スタッフ企画による「キッチンスタジアム」食事会を開催いたしております。
ご利用者さまにもお手伝いいただくこともありますが、楽しく、美味しく、会をすすめていきます。
(参加自由です。ご家の方も是非どうぞ)



次回日程

小規模多機能型居宅介護ゆたかなビレッジ横浜 :28年10月13日(木) 12:00~

デイサービスゆたかなビレッジ :28年10月19日 12:00~