Owl Court
ふくろうの家だより
その55 2021年4月
●発行／株式会社私の青い空
●編集／アウルコート真駒内広報室　〒005-0016　札幌市南区真駒内南町4丁目5-3　☎011-588-1122

開設14周年にあたり

代表取締役　武田 治信

春の光がうららかな４月、アウルコート真駒内は開設14周年の記念日を迎えました。この１年は、特にコロナ禍ということもあり、入居者様やご家族、関係機関の方からたくさんの労いの言葉を頂戴し、支えていただいていることを実感する日々でした。改めて感謝申し上げます。

早14年も経ったことに驚きを覚え、開設当時を振り返ってみました。2007年はプロアマ含めスポーツで日本人が大活躍の年でした。米大リーグでは、イチロー選手がオールスターゲームでMVPに輝き、松坂大輔、岡島英樹両選手が所属するレッドソックスはワールドシリーズを制覇。野球は日本でも星野ジャパンが韓国・台湾を制し、翌年の北京オリンピック出場権を獲得しました。ママとなった後に世界選手権で７度目の金メダルを手にした谷亮子選手、反町ジャパン・なでしこジャパンも翌年にオリンピック出場を果たしています。東京国際女子マラソンでは野口みずき選手が大会新で優勝。世界フィギュアスケート選手権では安藤美姫、浅田真央、高橋大輔の３選手が表彰台に立ちました。

他方、政治の世界では、宮崎の知事選挙で東国原英夫氏の宮崎フィーバーがあったものの、失言問題や官僚の汚職事件が相次ぎ、数々の食品偽装も発覚。これらは途切れなく今に続いているようで嘆息を禁じ得ません。また、この年は秋川雅史氏の歌う「千の風になって」が大ヒット。死者が生者を思いやる詞が多くの人の共感を呼び、千の風現象を巻き起こしました。

コロナ禍からの再生は、人々のひたむきさや思いやりに支えられてこそできるのかもしれないと、14周年の記念日に考えを巡らせています。

アウルのひ・み・つ　第50回

新・午後の体操

風船バレーが人気と、３年前に本欄「アウルのひ・み・つ」でお伝えした午後の体操。この１月から、回数を週３回から４回に増やし、１回の時間を30分から20分に短縮し、内容も一部見直しました。

その理由は入居者様の加齢。風船バレーを楽しめる方が減ってラリーが難しくなったことから、火曜・木曜は柔軟体操や筋力強化の運動だけに改編。風船バレーのない日は１階のレストランではなく２階の多目的室を会場とすることもあり、１階まで出向くのが負担と感じていた方も参加しやすくなりました。

また、プログラムには新たにDVDを観ながら行う体操を採り入れ、「ソーラン節」や「北国の春」など童謡･民謡･演歌の幅広いジャンルの曲と画像に合わせて、皆さん歌いながら楽しく運動。能動的に体を動かしていただけるように、午後の体操は工夫を続けています。

いやし課　りりこ＆ここな

▲豆まきでの登場にスタンバイするりりこ(左)とここな

スタッフ　リレーエッセー

季節を感じるアウルコート

介護員　古澤 有喜子

アウルコートに入職して、この4月で1年となります。介護関係の仕事を10年以上してきましたが、アウルコートはとても季節感のある施設だと感じました。館内の装飾、旬や祭事を大切にした食事内容など、今まで私が働いてきた施設とはひと味違うように思えます。中庭に植えられた木々や館内にある温室スペースの植物などからも、季節を身近に感じることができました。

今はコロナの関係で外出行事などはなかなかできませんが、今後も季節感いっぱいのアウルコートで入居者様に喜んでもらえるように頑張っていきたいと思います。

●介護付有料老人ホーム(一般型特定施設入居者生活介護)
アウルコート真駒内
〒005-0016　札幌市南区真駒内南町4丁目5-3
TEL.011-588-1122　FAX.011-588-1133
入居相談受付中 0120-916-768

交通機関
●地下鉄南北線「真駒内」駅下車
●じょうてつバス「真駒内駅前」停で真駒内線に乗車(約5分)「南町4丁目」停下車(徒歩約4分)

アウルコート真駒内　検索　http://www.owlcourt.jp

外出できない今だから、厄除けの祭事を丁寧に
伝統行事で健康と長寿を祈願

鏡開きでおしるこ

昨年からコロナ禍で外出できない日々が続いています。ハリのある暮らしを維持し、活動量を減らさないように、館内での行事が増えました。なかでも、伝統行事はできるだけ忠実に実施し、行事に本来込められていた厄除けや家内安全の願いを入居者様と共有しています。

成人の日の1月11日（月）は鏡開き。館内に飾っていた鏡餅をおしるこにして、召し上がっていただきました。鏡餅は一口大にしてホットプレートで焼きましたが、嚥下の難しい方には米粉のお団子を用意するなど、どなたでも楽しめるように工夫。お下げしたお供えをいただいてみんなで邪気を払い、無病息災を願いました。

▲「甘くておいしいね」とみなさんにっこり

▲助六寿司の海苔はちぎれやすいカット入り

▲豆まき用の大きな枡は職員の手作り

▲かわいい鬼の魅力にメロメロ

落花生で豆まき

太陽の道筋を24分割した二十四節気で立春の前日となる節分は、文字通り季節の分かれ目。1年の始まりだった立春を迎える前に、宮中行事の儀式にならって旧年の病気や災害を鬼に見立てて追い払い、新年の幸せを願って豆をまいたとされています。

今年は124年ぶりに3日ではなく2日となり、アウルでも2月2日（火）に豆まきをしました。よく見る俳優のお面の鬼やいやし課の鬼が各テーブルをまわり、落花生で「鬼は外!」「福は内!」と賑やかに鬼払い。お昼の献立は煮豆で、お豆もおいしく召し上がっていただきました。

鏡開きも節分も、ふだんの行事にはあまり参加されない方々が足を運ばれ、盛会となりました。時節柄、厄除けの伝統行事に希望を託されたのかもしれません。今年のアウルは例年に増して暮らしの歳時記を大切にし、気持ちを前向きにする行事を企画していく予定です。

アウルの四季彩々日記

●昨年12/19（土）

スイーツなクリスマス

少し早めのクリスマス会では、六花亭のショートケーキに舌鼓。代表のサンタクロースと施設長のトナカイが配るプレゼントはクッキー、じゃんけんゲームの賞品はお菓子の詰め合わせで、スイーツいっぱいの会となりました。

●1/1（金）

御神酒で新年のお祝い

元日は恒例の新年交礼会。よそ行きの装いで集った入居者様は、彌彦神社のおみくじで今年を占い、職員から新年のあいさつを受け、おせち風の朝食を堪能。今年は去年にも増して御神酒をご所望の方が多かったです。

●3/3（水）

参加して楽しさ倍増のひな祭り

アウルのひな祭りは参加型。入居者様と職員とで事前に飾り付け、当日に片付けます。意見を出し合いながら協力して作業するのも、春を迎える行事のひとつとなっています。今年は2月15日（月）に飾り付けを行いました。

ひな祭り当日は、ひな人形を愛でながら、ひなあられと甘酒でおやつの時間。毎年甘酒には舌の肥えた大先輩ならではの多様なご意見をいただくのですが、今年は高評価が多数。実はシェフが交代しており、作り手の違いを見抜く繊細な味覚に職員一同驚かされました。