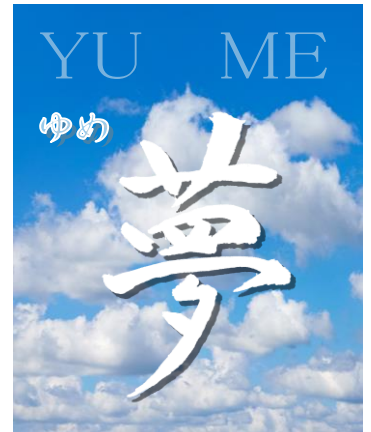


長寿園に入居して、もうじき二年になる。
入居の決め手は「食事」と「費用」である。
東京生まれの東京育ちで、社
会人になってからは埼玉県の所
沢市に入間市と、人生の半分以
上を埼玉で過ごしてきた。
そんな住み慣れた所を離れ、
施設に入ることを考えるようにな
ったのは、一人身で糖尿病、
そして料理が大の苦手であり、
前々から探していた。入居前は



長寿園理念

「人生の目的は円満幸福の生活にある」との信念に基づき
高齢者がそれぞれ円満で幸福な
生活ができるよう所要の協力と
支援を行うことによって社会に
貢献します。

【発行】

一般財団法人長寿会

小田原市入生田 475

TEL. 0465-24-0002(代)

編集 / 広報委員会

自分らしく

入居者
伊東 久



宅配ご飯を取り寄せたりしてい
た。冷凍で配達されるので、留
守の時はボックスに入っている
から、食品自体は大丈夫ではあ
るが、食べる迄の準備が負担で
ある。施設に入れば、その心配
がなくなる。今は車も運転して
いるし、元気なうちじゃないと
自分で探せなくなると思い、紹
介所に行ったり、インターネッ
ト等で調べていた頃、既に施設
に入居していた知り合いから資
料が届いた。しかし、その施設

は高額でも入れそうもなく、
その知人と話をしていううちに
長寿園を知ることとなる。また、
紹介業者か
ら届く資料
の中の一つ
に長寿園を
見つける。
自分一人
だけなので
大きな部屋
は必要なく、
外出につい
て確認した
所、自由に
できるとの事で、費用面と入居後
の生活を思い描いて、長寿園の
入居を決断する。
入居してからも趣味のスキー
には行っている。積雪での走行

ドライブに欠かせない四駆車



を必須とするため、車は四輪
駆動にしている。入居前から
乗っていた四駆は、かなりの
年数を乗っていて、経年によ
るトラブル等の不安があった
ので、入居して間もなく車を
新しく買い替えた。もちろん
四輪駆動である。さすが、新
しいだけあってスキー場まで
のドライブも快適で心地良い。
スキーシーズンを迎えるのが
楽しみである。

高一(一六歳)か
らスキーを始めて、
七八になるので、ス
キー歴は六二年に
なる。一般的なスキ
ーの技術を評価す
るスキー検定(SA
J)は一級を取得。
何かとお金がかか
る指導員の資格に
ついては、必要ない
ため取っていない。それと、も
う一つ、ポールを滑った速さで
認定されるメダル検定(SIA)
はゴールド(最上級)を取得
(次の頁へ)

している。百分の一秒でも速い方が良い。

ただ、今はもうそんな事は、どうでも良い。楽しく滑って、午後二時頃には終わって、温泉に入ってから飲む。これが楽しい。今でも入間市のスキークラブに入っていて、気心の知れた仲間と年に一回、スキーを通して楽しく過ごしている。入居してから、これまでと同じように生活する事ができて、長寿園を選んで良かったと思っている。入居して変わった事と言えば、共同浴場に入浴できる事と食事の支度をしなくてよくなった事である。

共同浴場は温泉成分が含まれているのか、身体が良く温まる。埼玉にも温泉があるが、長寿園の浴場はその温泉と同じように温まり、とても満足している。

食事については安心して、糖尿病に配慮した献立により、血糖値が下がっていて、血圧も入居前と比べて改善されている。ただ、肉については周りで食べている皆様の半分の量である

(笑)。

糖尿病の他にも持病があり、入居してからも所沢の病院に通院している。三ヶ月に一回、ロマンズカーに乗って行っているが、これが良い息抜きになっている。帰りには、ちよっと不良おやじになって、焼き鳥を食べちゃったりしている(笑) 寛大な心で見逃してくれることでしょう 期待していきま〜す 心の声)。

という事で、長寿園での生活に不満や困った事はなく、入居してからの方が安心して充実した生活を送っている。感謝・感謝です。



愛車と愛用のスキー板で



夏の夕涼み

コロナウィルスが五類に引き下げられ、夏のイベントが開催されました。屋上でのビアガーデンで盛り上がり、温泉場を思わせる懐かしい射的。薄暗くなつてからは、線香花火でこの夏を楽しみました。

長寿園の日々



朗読の会

- 八月 一八日 C棟夏イベント
- 一九日 A棟夏の夕涼み
- 三〇日 小田原ちょうちゃん作成
- 九月 一六日 敬老の日作品展
- 一八日 祝賀式典・アトラクション
- 一〇月 三日 朗読の会
- 九日 体力チャレンジ
- 三〇日 C棟秋の行楽
- 十一月 二九日 A棟秋の車窓行楽



小田原ちょうちゃん作成



敬老の日



秋の行楽

熱海梅園で紅葉を楽しんで来ました。園内は紅葉が見頃を迎え、いいタイミングで楽しむ事が出来ました。



コーラス会再開

入居者 大友 達子

私は音楽がとっても好きで、中学からずっとコーラスをやっています。

平成19年6月に長寿園に入居すると、なんと同好会というか、サークルなのか、コーラスをやっていて、「やった～あ、入んなきゃあ！」と思って、いつやるのか聞いて、早速参加!! やっぱり音楽は良いですね。特にコーラスでの歌声は聴いていて、耳にとっても心地良く、気持ちも癒されます。ピアノも弾いたりするけど、コーラスは普段の生活では発声することのない通る声を出したり、歌を唄う場があることは、とても良いと感じています。

コーラス会を続けていると、生活にメリハリができて、潤いを感じられます。関心のある方は、その一歩を踏み出して、一緒にハモりましょう♪



園内販売再開

生活課 武井かおる
生活課 清水千代子



新型コロナウイルスの影響で食料品等の日常の買い物困難な状況に置かれ、週一回の外部から来られるイトーヨーカ堂園内販売も中止になり、注文販売のみという形になっていました。

現在は、コロナウイルスが五類に移行となり、注文販売以外に月に一回ですが、園内販売を再開する事になりました。ご入居者は、ご自身の目で商品を選び、手で触り、買い物を楽しまれています。そ

して、買い物もできて、入居者同士の会話も増え、人と人の繋がりが多くなったきっかけにもなっています。今後もお入居者が楽しく買い物ができますように、イトーヨーカ堂さんと共に買い物支援に心掛けたいと思います。



椎野課長夫妻の長男「暖仁君(ハルヒト)君」七五三のお祝いでした。