



ペットの写真
大募集
かわいい
ペットの写真や
デジタルデータ等
募集します

<10月号>

デイケア通信

発行
ハートクリニック
デイケアセンター
tel 0467-48-2702
デイケア通信編集部

特集／初めての納涼会



一日と秋めいてくる今日この頃いかがお過ごしでしょうか？ところで今年の夏は暑かったことを覚えておいででしょうか？そうです。全国的に記録的な暑さが続きました。これはやはり、地球温暖化なのでしょう。怖いことです。

こうした暑い夏を少しでも涼しく楽しく過ごそうというところで、残暑厳しい八月三十一日（金曜日）に「納涼会」が催されたのでございます。

何せ、スタッフIさんの思いつきの様な企画でございますから、どんなもんか

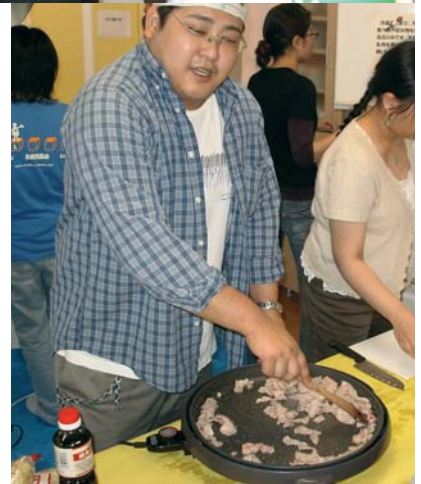


ながら参加したのでございます。

私の心配をよそに看護師のKさんが張り切っています。看護師のKさんは、たこ焼きの準備をせよと始めきれいに丸くたこ焼きを仕上げるのでした。これはもしかしたら「いける！」と思つたところにスタッフIさんが、お肉や焼きそばを担いでやって来たではあ



いなと思っておりましたし、私自身お手伝いしようと思っておりましたのですが、いつもの年だったら調子のいい夏が、今ひとつ元気が出ず、お手伝いできませんでした。ですから当日一番になってからどうなるんやろと思いつつながら参加したのでございます。



りませんか。すかさず料理の下ごしらえに取りかかり、役割分担した人達が、自分の持ち場をコツコツやり始めたのでした。

あのいつも料理という万能ネギのみじん切りなどどうでも良い様な料理ばかりのスタッフIさんが、頭にねじり鉢巻して率先して焼きそばを作っている。なんと感動したことでしよう。

こうなってくると、生きてくるのは、食べたいものがいっぱい載っている食券です。最初渡された時は、「誰がこんなに作るの？」と疑問に思っていたのでした。「食べたい！」そう思っているときに「納涼会」司会者が「始めます！」と開会を宣言したのでした。

最初の出し物は、マジックでS君がカードの数字を当てるといふものでした。それが終わると、いよいよメインイベント、ゴスペル部による賛美歌「アベ・マリア」などの合唱です。それからKさんのピアノソロ有り、会場は盛り上がりだしていきました。その後食事となり、待ちに待った焼きそばにありつきました。もちろんたこ焼きも食



べました。

確かに食べようと思ったら、コンビニでも食べられます。しかし祭りの雰囲気、屋台の雰囲気があるからいいです。美味しいのです。ありがとうございます。

そしていよいよクライマックス、なんと盆踊りを踊ろうというのです。曲は炭坑節。十周年かぶりで盆踊りを踊りました。なつかしかう。「ほって、ほって」。「かついで、かついで」…。今もあのかけ声が耳に残ります。企画担当のM・OさんスタッフKさんご苦勞様。気持ちのいい笑い声で盛り上がって終了となりました。ただ、残念なのは綿飴ができなかったことでした。

(F)



木曜日特集 ● プログラムのご紹介

華と薫

“華と薫”：決してお屋敷のドラマのタイトルではありません。木曜日の午前十時十分から十一時まで（月末の回のみ十二時まで）実施しているデイケアのプログラムです（ちなみに命名は、看護師のKさん）。

“癒し”をテーマに（？）、週替わりで「香道」・「アロマテラピー」・「フラワーアレンジメント」を行っています。

「香道」は、一定の作法に基づいて香木を焚き、その香りを鑑賞して楽しむ日本古来の伝統芸能（芸道）です。プログラムの中心は



“三種組香”。スタッフが点前（香を焚く一連の動作）をし、三種の香炉が順に参加されているメンバーさんの間をまわされ、メンバーさんは、その香を味わう、というものです。香席の流れは茶道と似ていますが、一点だけ大きく異なる点があります。それは「香を当てる」というゲーム的要素があるということです。しかし「香りを当てる」ということが第一目的ではなく、香りそのものを味わい楽しむこと、そして、香によって浮かぶイメージの中で感性を磨き、自分を高めることを目的としています。なんて書くと、なんだか高尚な雰囲気がありますが、プログラムでは、もっと気楽にやっています。かくいう私なんぞは、ただただお香の香りを聞く（香道の世界では、香りを“嗅ぐ”とは言わず、“聞く”といいます）時間が至福の時、という次第。参加されているメンバーさんと、まったく一日のスタートをきっています。

「アロマテラピー」ではこれまでのところ、ハーブティーを飲みながら、ハンド・マッサージを行ってきました。女性ばかりの参加と思いきや、毎回、男性の姿もちらほら。好みの香りのエッセンシャルオイルを選んだら、マッサージオイルを調合し、まず、自分の手や腕で、練習します。そして、同じ香りを選んだ相手と、お互いにマッサージを施します。自分で行うのも気持ちいいのですが、お互いに施術するマ

ッサージは、格段に違います!!参加されたメンバーさんにも、好評なようです。

月の最後を飾る「フラワーアレンジメント」は、外部から講師をお招きして、プロの指導のもと、毎回異なる課題にチャレンジ。ベーシックな花かごから、フラワーケーキ、ブドールまで!!八月の課題は、プリザーブドフラワーを使ったアレンジメントでした。毎回、皆で先生の指導のもと、同じ課題に取り組むわけですが、不思議と完成した作品には、その人の個性が表れていて、でも、それぞれ美しい。「芸術なんだなあ」と感心してしまいます。

“華と薫”プログラムの予定は、毎月始めに掲示板に張り出されます。これを読んでいるあなたも、ヒーリング体験してみませんか?（スタッフK）



月1特別プログラム「フラワーアレンジメント」作品紹介

6月 6月28日(木)

テーマはとってもキュートな

☆ブードル・アレンジ☆

今回の花器はカゴを使用→
基本ばかりではつまらないという事でチャレンジです



↑ブードルだよ…

ご指導頂いたのは
これまたキュートなS先生☆

お花でブードル?
どうなるのかドキドキです。



カゴの中のお花畑からワンちゃんが顔を出しているイメージでやってみましょう。

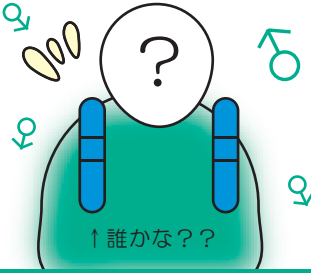
おお、なんてメルヘン!!
Kさんが大パニックの中(笑)オアシスを隠すように挿して…

7月 7月25日(木)

テーマは誕生日などのお祝いにピッタリな

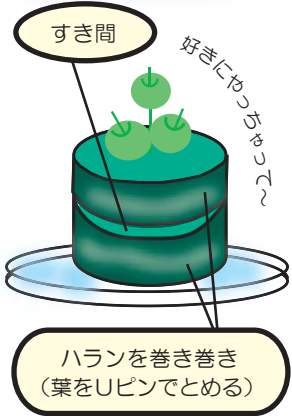
☆ケーキ・フラワー☆

初の男性メンバー登場! プログラム参加に積極的! 女性陣に交じってレッスン・トライ☆



↑誰かな??

2分の1にカットしたオアシスをケーキ型に丸く成形します。(今回はあらかじめ先生が準備)



ハランを巻き巻き(葉をUピンでとめる)

2枚のハランでオアシスを包む際少しすき間をつくりそこにも花を。面白くて素敵なアイデア! リンゴも飾れば…よりケーキらしさが出てきます☆



マトリカリアがいい香り

↑目や鼻用のボタンや舌のパーツは花に直接挿します

そんなこんなで完成です。セロハンをしてオアシスをセット。ブードルはピンクのカーネーションを11本も使いました。



←前→

すき間にも挿して演出
↑ピンほけすみません



←後→

美味しいケーキにみえますか?

完成品はこんな感じ。皆、最後まで頑張りました!

やったよヒリー隊長! ってプログラム違う! こちらは ←お持ち帰り風景。



お好きな花をコーディネートして口ウソクをたてるのも素敵な演出ですよ!

楽しかったですね♪
でも乙女は花よりケーキより団子だったり? W<完>by m.o



ひとりひとり、皆、表情が違うのよ! 作った人に似るの!

スラーツ!!

というわけで七人七色に出来ました~☆

- ・可愛いものがつくれて楽しかった。花に興味を持った! Kさん
- ・このアレンジを友人の誕生日にプレゼント。とても喜んでもらった。Tさん
- ・出来るのか不安だったがやってみたら意外と簡単にできて嬉しかった。Nさん

感想

目撃者F氏の声: キレイだなと思い写真を撮った。

☆先生、ご指導いただきありがとうございました☆

記事・レイアウトM・Oさん

心理教室 プログラム

四月から名前を変えた「心理教室プログラム」（以前は「心理教育」でした：マイナーチェンジ）。内容は変わらず、メンバーの皆さんに、「こころの病」についての知識を蓄えていただくことを目的に、月替わりで、主要な病気について、スライドを使って解説させていただきます。プログラムを開始したその昔：時には、メンバーさんとマンツーマンで実施した様なこともあり、プログラムをやっていて、意味があるんだろうか？と自問したこともありました。でも、現在は、だいぶ安定してメンバーさんが参加してくださり、心強く感じています。

心理教室の目的は、先程も書いた様に、「こころの病」についての知識を蓄えていただくのですが、病気の知識を蓄えるメリットは、何でしょうか？最大のメリットは、主体的に療養生活に臨むことができる、ということですよ！考えてもみてください。自分の病気につけられた診断名（診断名は、あくまで病気につけられたもの。自身自身につけられたものではありません！）について、何も知識が無かったとしたらまさに、右も左もわからないまま、療養生活に臨まなくてはなりません。こんなに心細く、そして、効率の悪いこととは無いのでしょうか。ご自分の病気について、一般的な経過を知り、今後、どのような治療が行われていくのか、そして、自分の処方されている薬は、何を目的にして処方されているものなのか、知っているからこそ、

その必要性を納得して取り組めるといふものです。残念ながら、時間に非常に限りのある診察場面では、そのようなことをゆつくりと医師から伝えられることは難しいのが現状です。そして、現在は、情報の氾濫している時代ですから、自分で望めば、いろいろな媒体を使って、病気について調べることができますが、氾濫しているだけに、どれを選んでも調べればよいのか、わからないかもしれません。ですから、ケアでそのお手伝いをしたいと考えています：おがましいですが。

毎回、配付資料の残部を置いてあります。ご興味をお持ちになりましたら、ぜひ、一度、プログラムに参加してみてください。そして、取り上げてほしいな、と思うテーマがありましたら、ご提案下さい（内容によっては、取り上げられない場合もあります）。

（スタッフK）

ぴめさんの徒然短歌

こんがりと 焼けた素肌は 小麦色
胸に残る 夏の思い出



隊長の愛の讃歌

提出する 自分の履歴 綴りつつ
私の思いを 受けしペンかな



特集／外出プログラム

8 / 21
辻堂海浜
公園プール

爽やかな過ごし易い季節となりましたがいかがお過ごしでしょうか？デイケアでも外出プログラムなど、皆様に楽しく過ごしていただくための行事を盛りだくさん、ご用意しておりますのでぜひご参加下さい。でも、外出プログラムってどんなことをしているのかな？と疑問に思っているあなたのために、この夏の外出プログラム、デイケア、プールに行く、をお送りした



いと思います。

今年の夏は記録的な猛暑でした。毎年記録的な気がするのですが、それも「地球温暖化」せいでしょう。そうです、毎年気温が上昇しているのです。（たまたま暑かった今年の夏を、思い出していただけたでしょうか？）その残暑たけなわの頃、デイケアでプールに行ったのです。八月二十一日火曜日でした。場所は藤沢市辻堂の辻堂海浜公園に在る屋外プールです。参加者は十五名でした。向かいには湘南海岸と国道一三四号線に面した、格好の行楽地です。メインには波の出る大型プールが人氣のスポットとなっています。まるで海にいる様な波打ち際で、思わず大はしゃぎしてしまいます。そんな大プールの中で波に向かって泳ぐも



よし、浮き輪とともに波間に漂い続けるもよし、はたまたビーチバレーに興ずるもよしとやさしい波に浮かれちゃいますこと請け合いです。そんななかには「ひたすら泳ぎ続けたい」とお考えの方もいらっしゃるかもしれません。ご安心めされい。そんな方のために「流れるプール」というのがございます。緩やかな流れにそってゆったり泳ぐもよし、水の抵抗を受けながらゆっくり歩いてシエイプアップするもよし、です。もしかしたら太陽に肌をさらけ出して“日焼けする”などという手もあります。気持ちも体も開放的になることによって癒されるものもあるものです。別に、肌もさらさず開放的にならずとも、スタッフ相手に“ウノ”をやるという手も残されています。現にこの夏はOさんが、スタッフ相手にウノカードを使った新ゲームを楽しんでいました。

資生堂

工場見学

9月はじめの外出は、TVや雑誌等でもお馴染みの☆無料で遊べる



スポーツ☆「資生堂鎌倉工場見学！」に行ってきました。

デイケアからも近く、見学に要する時間も約1時間半なのでしっかりとご飯も食べ、のんびり午後出発。

てなわけで「いざ見学！」→鎌倉だけにね……うふ。

ちなみにスタッフはデイの「ビッグ・マザーKさん」が力強く引率！中に入るといきなり沢山の化粧品が並ぶラウンジ。

私たちの他にも、個人単位や、ヘアメイク系の専門学校生であろう集団も2組一緒でした。

見学の流れは次の通りで

1. 工場概要説明（お茶も頂戴）
2. VTRによる工場案内（各ポイントにモニタ在）
3. 見学（生産工程）

徹底した衛生管理のもと、案内スタッフの説明を聞きながら、化粧品の生産工程を見る事が出来ました。

全国に4箇所ある生産工場のうち、最も古い鎌倉工場では、化粧水、乳液、クリーム、口紅といった女性向け化粧品を中心に約三千品種、年間約八千万個の生産を行っているそうです。

特に口紅は、世界中で販売されている資生堂口紅のほとんどが、ここ鎌倉工場で作られています。……ってワオ！大船から世界へ！（鎌倉というより、苦笑）

確かに海外でも見た事あります。あの口紅が大船発とはなんとも驚きです。日本品質への信頼は長年の企業努力の賜物でしょう。

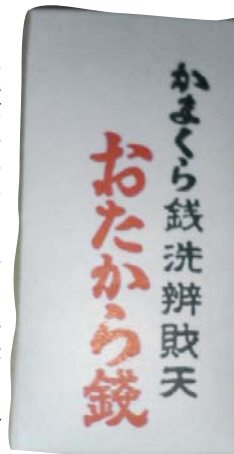
そんな資生堂の本質は、こだわり続ける「資生堂品質」にあり！

資生堂独自に定めた厳しい品質基準に基づき、原料の品質チェックや様々なシーンを想定した厳しい検査工程など、たかさんの高いハードルを設定し、クリアすることで、資生堂の化粧品はできあがります。また、



今は男性もお手入れする時代！

袋の中にそっと添えられた鎌倉銭
洗弁財天の御寶銭（おたからせん）
は毎年工場長自らが足を運び、大量
の五円玉を洗ったものだそうです。



見学が終わっても、お客様とのご
縁を末永く大切になさっているお気
持ちに感激です。

（工場見学から数日後、デイ宛に御
礼状まで：天晴れ！）

そんな感慨にふけりつつ再びラウ
ンジに戻ると、すでにズラッと並ぶ
化粧品を試しまくる女性陣！5万
円のクリームに翻弄される姿が印象
的でした（笑）

そんなわけで大興奮の面々を見て
いると（自分も含め）やっぱり日本
は平和なんだなと感じた二〇〇七年
九月十一日でした、苦笑。

（M・O）

参考資料&引用 資生堂鎌倉工場ホ
ームページ

もっと具体的に知りたい方、行けな
かった方は以下のサイトへ！！

<http://www.shiseido.co.jp/kamakura/html/index.htm>

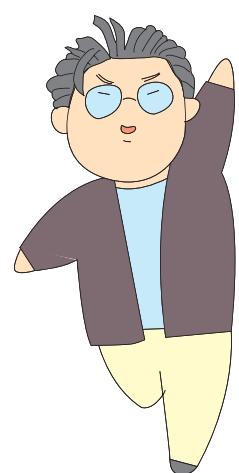
「良い品を 良い人で」お客様の喜び
を 私たちの喜びに
そんな資生堂が掲げるスローガンが
品質への取り組みに終わらず、様々
な環境への取り組みも行っていまし
た。
おおくなんて素敵なお企業なんだ！し
かし素敵っぷりはそこで終わらず、
念願のお土産GET！旅行に便利そ
うなスキンケア製品のセットや口紅
は秋の新品が試供品で、それに美し
くなるための冊子等が入っていました。
もちろん男性には男性用の製品が。

具体的な内容を集まった
メンバーとスタッフで
煮詰めてから実施します。
ちなみにこの活動の名称は
こちらに決定です。

ハート・トゥ・ハート
Haert to Haert
～私たちに出来ること～

デイケア内での募金活動を始めにあたり
運営・管理を手伝って頂ける方を募集します。
10月1日から告知を掲示しますので
興味のある方、協力して頂ける方はご参加ください♪

編／集／後／記



なんだか随分と涼しくなったと思
えば季節は「秋」もう十月ですよ!!
今年も残すところわずかです。怖っ!!
今回はプログラム紹介に加え、夏
の残り香を感じる内容が盛り沢山の
仕上がりとなりました。「納涼会」
は、見切り発車（デイケア恒例？
笑）の企画でしたが、終わってみれ
ば無事にスタッフもメンバーも一丸
となり、楽しかったよね？
他にも新しい企画が始動します。
皆様のご理解を頂きながら、より
充実し活動的な場所としてデイケア
を活用して頂けるよう、メンバーの
一員として、お力添えできればと思
います。
以上、今月は記事作りにも精を出
してみたM・Oでした！

