

# トラストガーデン宝塚通信

2015年  
秋号



## ご入居者インタビュー

### 鷺田 君子様

「老後に住みたい場所」とお考えだったトラストガーデン宝塚に入居され、早10年がすぎました。鷺田様と娘の森谷様にホームでの暮らしなどをお伺いしました。

### 暮

らしなれた街、ここ宝塚で新生活のスタートを切ったのは10年前でした。お部屋がゆったりしているので、家具のレイアウトも考え、自

分らしい空間にと入居する前から、ここでの暮らしを楽しみにしていました。娘の森谷様も「ここなら母のこれからの人生を、ゆとりをもって過ごせる」と安心したとのこと。

### ホ

ームでの楽しみはいろいろあるけど、「うたう会」や「健康体操」でお友達と歌ったり、身体を動かしたり



することが、入居者のみなさんと交流できよい刺激をもたらしています。外出も自由にできるので、いつも巡回バスに乗って駅や病院、商業施設にでかけるの。一日に15便もあるから気軽に外出できる環境も魅力のひとつです。

**食** 事も外食、ホームの食事、自室での調理とその日の気分で選んでいます。最初は朝、昼を作っていました。年齢を重ねるとあまり無理はできないけど、できることは自分でしたいので最近は昼だけにしています。「スタッフも母の気持ちさをさりげなくサポートしてくださり、その時々暮らし方を決めていけることが、日々の充実感につながっている。」と鷺田様。

「ここではいろいろな人と支えあっていると感じます。一人の時間も、仲間との時間も大切にしながら、自分のペースでこれからも暮らしを楽しんでいきたい。」と素敵な笑顔と優しい眼差しでお話いただきました。

## スタッフ紹介



看護チーム

### 私

たち看護師は、ご入居者の健康管理や緊急時の対応など安心なお暮らしをサポートという重要な役割を果たしております。

24時間体制でご入居者の顔色や仕草などから、いつもと違う小さな変化を読み取ります。体調が良くないのか、心のケアが必要ではないかなど、おひとりお一人の気持ちに寄り添い、その方の尊厳を守りながら看護の面からアドバイスやかかりつけ医との連携でお手伝いいたします。

ご入居者を自分たちの両親と同じ人生の先輩として、年齢と共に訪れる変化を一緒に受け止め、今という時間を共有し心身状態を保っていただけるようにと、日々の暮らしの中で接しております。

通信の読者のみなさまへ。

インフルエンザの流行する季節がやってきます。

手洗いや十分な睡眠で予防に心がけられるとともに、予防注射も忘れずに接種してください。

## 大浴場が大幅にリニューアル



癒しと高級感溢れる空間へ生まれ変わりました



**お**部屋のお風呂もいいけど、やはり大きな湯舟で仲間と語らいながら、ゆつくりと入浴するのを楽しみにされているご入居者もたくさんいらっしゃいます。このたび2ヶ月に及びリニューアル工事も終わり、11月よりトラストガーデン宝塚に新たな寛ぎの空間がうまれました。今までよりも更に気持ちよく開放感あふれる空間で、上質なリラクゼーションをお届けいたします。

## ラジオ体操

午前9時30分から集  
会室でおこなわれる  
体操には、多くのご入居者  
が毎朝の日課としてご参加  
され、スタッフと一緒に軽く  
汗を流されております。健  
康の促進以外にも、体操の  
前後には、ご入居者同士が  
楽しくお話される時間とな  
り今日のお  
出かけ予定  
などコミュニ  
ケーションを  
深める時間  
にもなってお  
ります。



## 落語会

9月13日社会人落語  
で活躍されている  
「夢屋風六さん」「河内屋  
雷三さん」「夢屋我風さ  
ん」をトラストガーデン宝  
塚にお招きし、落語会を開  
催いたしました。高座扇子  
と手拭いの二つの道具だけ  
で様々な場面を表現して笑  
いを生み出す話術の伝統  
芸能に、多くのご入居者が  
楽しまれ、笑いに包まれた  
時間となりました。



## バイオリン演奏会



**定**期開催されるバイ  
オリン演奏会、今回  
は琴との競演。午後のひと  
とき、ご入居者のリラック  
スできる癒しの演奏を奏  
でていただきました。ま  
た、演奏会の途中では、歌  
う楽しみとして童謡や唱  
歌をみなさまと一緒に歌  
われ盛り上がりました。  
フロアに広がるその歌声  
は、優しくもあり懐かしさ  
感じさせてくれます。演奏  
会後の、カフェタイムで  
は、コーヒの良い香りと  
先生から世界の音楽の話  
や、ご入居者様同士で懐か  
しの歌などの話を語らい  
ながら、和みのひと時を楽  
しまれております。