

# 花も実もなる通信

発行年月日  
令和8年2月

発行人  
阿部 正徳

先月は長多施設長からの挨拶でした。

私のご挨拶としては今年初です。本年も通信を楽しみにされているとお声も多く聞かれますので、プレッシャーと戦いながら頑張ります。

さて、少し前の話になりますが、お正月の事です。地域の神社へ初詣に出かけ、おみくじを引きました。末吉でしたが、今回のおみくじの内容が素晴らしく…。ご紹介します。

吹きあれし あらしもいつか おさまりて 軒端にきなく うぐいすの こえ  
身の煩いも散り失せ 禍い事もなくなり 旧の道を守って 辛抱おこたらなければ幸福  
身にあまって家の中も明るく楽しく暮らされます 信心なさい  
病い なおる 信心せよ

なんとも現状を表しており、良いお言葉を授かったと考え、年明け神社で涙をしてしまいました。良い年になりそうです。必ず「なおる」と信じ、毎日楽しく過ごします。

読書が生活の一部となり、楽しみなのですが、面白いことが書いてありました。

私の患っている病気は「3G」の人がなりやすいようです。3G? 皆さんわかりますか?

正解は「我慢して 頑張る 頑固者」です。頭文字のローマ字をとって「3G」です。私は目にしたとき、大爆笑でした。「全て当てはまる…。今年目標は3G脱却です。

当てはまる方、要注意ですよ!! それでは今月号もご覧ください。

(1月22日作成)



## 2月予定



梅音（梅花実音楽会）：12日（木）ハーモニカ演奏  
24日（火）尺八演奏

あべの会：2月は開催ありません

調理レク：10日（火）おでん おにぎりを皆さんで握ります  
3月に昼食のアンケートを予定しています。ご協力お願いします。

体重測定：19日～（測定値は連絡帳「体重測定表」に記載します。）

お風呂の日：16日（月）～21日（土）入浴剤を入れます。

ヤクルトレディの訪問販売：毎週水曜日

理美容サービス：毎週水曜日（事前予約制）2枚目ご参照ください ※追加利用のご希望がありましたら、ご相談ください。



## 空き情報

空き状況はお体の状態やお住まいの住所によって異なる場合がございます。  
ご相談お待ちしております。

	月	火	水	木	金	土
男	×	○	○	×	○	○
女	×	○	○	×	○	○

サービス提供時間：9:45～15:15



梅花実全館Wi-Fi使用できます  
スマホの設定お手伝いできますよ。好きな動画を見ていただくなど、ご活用ください。



社会福祉法人

栄和会 ひらおか梅花実

デイサービスセンター

札幌市清田区平岡3条3丁目1番8号  
TEL:011-884-8882 FAX:011-884-8801



←詳しくはこちら↓

うめはなみ

検索



## お汁粉を作りました

今年も調理レクを行います。今年最初は「お汁粉」です。本来は南瓜団子をお汁粉に入れる予定でしたが、いろいろありまして…。急遽、白玉団子に変更になりました。微妙な水加減にお叱り（違います。愛のある指導です）をいただきながら、ちょうど良いお団子に仕上がりました。お汁粉の味も良く、美味しくいただき、鍋の中身がすぐになくなってしまいました。出来上がりの写真：撮り忘れてしまいました。皆さん活躍されている写真をお楽しみください。



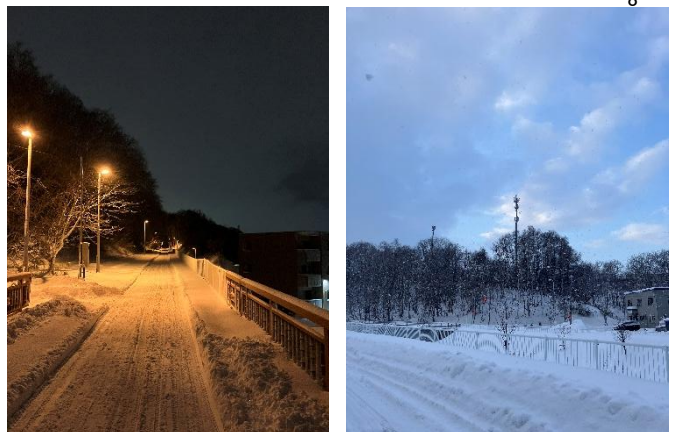
## 梅花実音楽会（梅音）やっています

毎月この通信でもお知らせしていますが、梅音活発に開催しています。一月も尺八にハーモニカ、アコーディオンと盛り上がっています。アコーディオン演奏は七年ぶりに実施。今も変わらないあの音色。デイサービスの方、特養に入所されている方を合わせて五十人程の皆さんの心をグツとつかみました。懐メロ最強です。



## まさのりのマラソン放浪記

関係各所の皆さん、ゴメンナサイ。実は私、ランニングを再開しています。「風邪ひいたらどうするの」とのお言葉をいただくような気がしますが。大晦日より体調の良い時には朝走っています。（筋力低下防止、有酸素運動は体にいいのです）思えば昨年八月より休止していたランニング。「やっぱこれこれの感じ」。にやにやしながら走っています。（気持ち悪いですね）好きな事に取り組めるって素晴らしいし、生活の質があがります。阿部、今年の目標はマラソン大会出場です。



厚別区内のとある場所。冬Runは最高です。景色がきれいです。自分自身とのミラータイム。

## 理美容サービス導入

先月号で理美容サービス導入に関してお伝えしましたが、ご好評をいただき、毎週ご予約をいただいております。皆さんで多いコースはカット、顔そり、シャンプーの3点セット。二千八百円です。ご不明な点は職員までお願いします。ちなみに理美容室は当施設の三階にあります。お部屋はこんな感じです。料金表が欲しい方は阿部まで教えてください。

