盲養護老人ホーム三国寮　　大分県豊後大野市三重町内田 2672 番地 1　　☎0974-22-1899

広報みくに

三国寮基本理念

一、高齢者の尊厳を守ります。
二、地域に開かれた施設を目指します。
三、視覚障がい者施設としての専門性を高めます。

2024 年　夏号

笹の葉に想いを乗せて

7月2日、七夕の飾りつけを行いました。当日の早朝に山から切り出してきた長さ5mほどの竹2本に、飾りのついたこよりを結び付けていきます。「竹を回して下さ~い」「飾りをこっちにも持ってきて~」と声を掛け合いながら器用に手を動かし、6月上旬から準備してきたたくさんの七夕飾りがあっという間に飾りつけられました。短冊に書いた皆さんのお願い事が天に届きますように・・・。

菖蒲湯

今年もご厚意に預かり、ボランティアの衛藤伊都代様方のショウブ畑に職員2名で行ってきました。5月の行事として長年続けられていますが、最近では葉ショウブがなかなか手に入らないので本当にありがたいです。おかげさまで、入居者の皆さんにさわやかな香りと季節のお湯を楽しんでいただくことが出来ました。ショウブ湯には腰痛や神経痛を和らげたり心身をリラックスさせたりする効果があるそうですよ。

おやつ作り

恒例のたこ焼きづくりをしました。3班に分かれて職員が手伝いながら、鉄板に流し入れた生地の中にたこを入れ、焼き加減を見て竹串で丸く仕上げていきます。今回もふっくらと焼き上がり「たこがいっぱい入っていて美味しい」と大好評でした。

ベストショット

母の日に娘さんから貰ったプレゼントを大事そうに抱きかかえている姿がほほえましく、思わずシャッターを切りました。

手芸クラブ

毎回趣向を凝らし、簡単でかわいい小物などを製作しています。今回は紙コップに花や紙紐を飾り付けた小物入れが完成。どこに置こうかな、何を入れようかな、と考えるのも楽しいですね。

調理実習

献立も入居者の皆さんが担当。夏にぴったりな冷やし中華が彩りよく出来上がりました。

誕生日のお祝いケーキに思わず笑顔

高塚愛宕地蔵尊参拝

6月30日、寮のマイクロバスで日田市まで出掛けてきました。当初予定していた日は警報が出るほどの大雨でやむなく延期。参拝当日は絵にかいたような快晴で、本殿のお参りに始まり『恵みの玉』や『お抱え地蔵』に触れ、『水かけ地蔵』や『閻魔大王』などをゆっくりと参拝することができました。昼食は『童話の里くす』で美味しいお弁当を頂き、そのあと買い物も楽しみました。高塚地蔵さんのお願い事は一生に一つだけ叶うと言われています。皆さんなら何をお願いしますか？

編集後記

土用の丑の日と言えばうなぎ。我が家ではかば焼きを玉ねぎとニンニクで煮込んだうな丼が出てきます。個人的には皮がパリッとして山椒が効いたものが好きですが、家庭の味とお店の味の違いと勝手に解釈しています。下の写真は大人気の三国寮特製うな丼です。これを食べて入居者の皆さんはこの猛暑を乗り切りました。

ヨガ運動教室

R６年７月から、土谷渚先生によるヨガ運動教室（毎月１回予定）が始まりました。『ヨガ』と聞くと何だか専門的で難しいイメージがあるようですが、実際は椅子に腰かけたまま出来る簡単なストレッチです。ほんのりいい香りのアロマを焚き、鳥のさえずりのＢＧＭを流しながらゆっくりと体を動かしました。途中で少しずつ水分補給するのも体に負担がかからずいいですね。入居者の皆さんにも「気持ちよかった」「今度はいつ来てくれる？」と好評です。これから末永くよろしくお願いします。

揚げたてのサックサクをどうぞ

７月８日の昼食は、七夕天ぷらバイキングでした。今回も事前に要望を聞き、サツマイモ、茄子、大葉、おくら、南瓜、かき揚げ（玉ねぎ・大葉・エビ）を皆さんの前で天ぷらにしました。揚がったものから順にお皿に運ぶと「衣がサクサクしておいしい」と食が進み、売り切れが続出しました。

日帰り温泉 ～ おぎの里

今回思い切って温泉行きを企画しました。コロナ禍を挟み５年ぶりです。「やっぱり温泉は違うなぁ」と満足そうに湯船に浸かっている姿に、来てよかったなぁと思いました。ゆっくり温まったあとはおぎの里特製のオムライスや、とんかつ、とり天などに舌鼓。売店での買い物も楽しみました。梅雨時期で湿りがちな気分も温泉外出でパ～ッと明るくなったようです。

演奏会 ♬

大分市で活動している『イソザキビーチアンサンブル』の方々をお招きし、演奏会を催しました。メンバーの平均年齢が７５歳との事でしたが、年齢を全く感じさせない素晴らしい歌声と演奏に引き込まれ、あっという間の一時間でした。馴染みのある曲目ばかりで、入居者の皆さんは思い思いに体でリズムを取ったり、歌を口ずさんだりしながら楽しんでいました。楽器の種類と担当の紹介などもあり、「とっても良かった」「ぜひまた来てほしい」「次は生演奏で歌ってみたい」と笑顔いっぱいの感想が聞かれました。

5年ぶりの再会～三光交流会

6月17日、以前から交流のあった救護施設『大分県光明寮』からお招きいただき、コロナ禍で中断となっていた5年ぶりの交流会に参加してきました。双方選りすぐりの7名が交互に自慢ののどを披露し、会場からは大きな拍手がわき起こっていました。お互いの歌をたたえ合い、再会を喜び合い、5年間のブランクはすぐに埋まったようでした。次は三国寮でまたお会いしましょう。

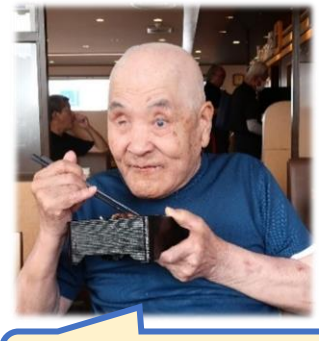
三国寮選抜７人組

プレゼント交換

いただきま～す♪

待ちに待った希望外食。年に一度、自分の希望する飲食店に出かけ、好みの食事ができます。今回はスシロー、ジョイフル、ラーメン五九〇、そばダイニングwasabiに行ってきました。好物をほおばる皆さんの表情は幸せそのもの。また来年もお楽しみに！

ジョイフル



美味しいよ～

ラーメン五九〇

スシロー

出前 ・ 特別メニュー

そばダイニング
WASABI