



夏空が眩しい季節となりました。気温も湿度も高い日が続きますね。脱水、熱中症にはくれぐれも注意して過ごしましょう。水分は、「喉が渴いたな」と感じる前に摂るのが良いとされています。朝起きた時、食事の時、リハビリ前後、就寝前など、一度にたくさんではなく、こまめに飲むようにしましょう。また、できるだけ糖分が多い甘いジュースやカフェインが多いコーヒーや紅茶は控え、お水や麦茶を選ぶと良いですね。正しい水分補給で、暑い夏も元気に過ごしましょう！

ご自慢のお庭や植物たちをご紹介！パート②
訪問先は癒したっぷりのパワースポットなんです。



【高崎・T様】広大なお庭と果樹園に囲まれたT様宅。フラワーパークのように、色とりどりの植物が本当に綺麗に植えられています。愛情をたっぷり注がれた植物たちが幸せそうに育っていますね。庭と果樹園の手入れがご本人にとっての生きがい。庭仕事で頑張りすぎた体のメンテナンスは、グリーンにお任せください。これからは庭と果樹園の管理人さんを続けていけるよう応援していきます！



【桐生・M様】散歩と写真撮影がルーティン化しつつあります。今回は紫陽花の前で撮りました。担当OTとのツーショットも撮影。スマホをインカメラにしたら、ご自身の顔が映ってびっくりしたM様。おちゃめで可愛い92歳です。ちゃんと伸びた背筋と艶々のお肌が本当に若々しいです！



【前橋・O様】お庭で育てているサボテンに花が咲きました。サボテンが大きくなってから、咲くようになったそうです。目が覚めるような鮮やかな色！元気が出ますね。並んだ姿も可愛らしいです。3つ並んだ花は、スタッフが「ピンクレディ」と名付けましたよ。O様、ぜひまたご自慢の植物を紹介させてください。



【前橋・I様】毎年、玄関上にツバメが巣作り。今年も赤ちゃんが誕生しました。I様、蛇が来ないように、しっかり見守り番お願いしますね。

グリーンからハッピーニュース発信！



【高崎・H様】月1回、車椅子で体重測定をしています。リハビリも頑張りながら健康維持中。春には長かったお髪をぱっさりカットしイメチェン。大好きな「本田翼風」です。ポーズも真似て撮影しました。笑顔がとってもキュート♡



【前橋・O様】これまでいくつ完成させたか数えきれない程の作品を作り上げているO様。12ヶ月分のお花押し絵飾りを、なんと12個まとめ買い！すでに半分以上が完成しています。コンプリート報告お待ちしておりますよ。天然木でできたシールアートや根付キーホルダーも並行して作成。どれも完璧な仕上がりです！



【桐生・M様】洋裁の達人M様。着なくなった洋服をリュックサックにリメイクしました。娘さん親子が背負っていたリュックが羨ましくて、ご自分で作ったそうです。型紙もなく、見ただけで再現できるなんて、本当にあっぱれ、お見事です！！とても丈夫で、たくさん荷物が入りそうなリュックサック、素敵ですよ。

投稿コラム第19弾(前橋・K様)

『おんぶの後悔』

幼い頃、生死の境をさまよう病を患った。3歳の時にチフス、6歳の時に赤痢。当時、私の「キトク」を知らせる電報が幾度となく打たれたらしい。母の日記を読み返すたびに、「大変だったろうに」と思い、感謝の念に堪えない。

小学生の時、夕食で食べた魚にアレルギー反応を起こしたのか、蕁麻疹がでた。電車や車が今ほど便利でなかった時代、母は私を背負って校医の門をたたいた。注射を打って程なく症状はおさまった。母はまた私を背負って家路についた。夜道を歩く母の背中の上で、「いつか自分が母をおぶってあげたい」と思った。

母は私が15歳の時に他界した。病死だった。私が母を背負うことはなかった。後年になってから、親戚の姉を背負う機会があった。「これが母だったら」と感じたのを今でも覚えている。

我が人生に悔いなし。。。そう、胸を張って言えるよう生きてきたが、母を背負えなかったことが唯一の心残りである。母の背中の中の温もりを思い出しながら、少し感傷的な気分になった。

Happy New Baby!

4月に産休入りしたPT高草木。5月27日、無事に元気な女の子を出産しました。名前は「桜(さくら)」ちゃん。くっきり二重のぺっぴんさんです。

産休に入る前、担当していたS様から桜の木目込み作品をいただいていました。 「ダブル桜」で記念撮影しました。元気に育ってね。

