



秋の声が聞こえる美しい季節が到来しました。だんだんと空気が冷たく、乾燥してきます。乾燥は喉やお肌の大敵です。しっかり加湿・保湿しながら健康を維持していきましょう。

今月も素敵な写真がたくさん届きました。グリーンのご利用者様は、病気や障害を抱えて苦労されている方も多いですが、それぞれに工夫し、ご家族やご友人、サービス関係者様と協力しながら生活していらっしゃいます。これからも、人として、医療専門職として、生活を豊かにするお手伝いをしていきます。皆様の写真は、いつもスタッフみんなで共有し元気をいただいています。ケアやリハビリの場面以外でも大歓迎！ぜひ訪問担当者と渾身の1枚を撮影して送ってくださいね。お待ちしております！

## グリーンからハッピーニュース発信！

食事、運動、趣味活動…在宅にはその方らしさが溢れています。



おしながき（左上から時計回り）  
 ・ほっくりかぼちゃの煮付け  
 ・魚の出汁で煮込んだ芋の煮付け  
 ・なすと味噌の胡麻和え  
 ・野菜たっぷり肉炒め



【前橋・T様】本紙初登場！訪問すると、畑仕事ででした。お花も野菜も綺麗に手入れされています。後ろに見える大きな葉っぱは里芋、立派ですね！この日は、ナスときゅうり、万願寺唐辛子の収穫でした。艶があって美味しそうです。お上品でおしゃれなT様の笑顔もツヤツヤです。

【桐生・M様】約2年半ぶりの登場！前回も美味しそうなお惣菜を紹介して下さいました。眼が見えにくい中、現在も自炊を継続しています。栄養たっぷり、バランスのとれた食事が元気の秘訣ですね！優しいお人柄と笑顔に癒されています。



（左から2枚）【桐生・M様】屋外歩行中に季節の植物と写真を撮ることが習慣になってきました。8月はオニユリ、9月はススキとともに。ピースサインもきまって、お茶目なM様。毎回、笑顔が本当に可愛らしく、グリーンのアイドルです。92歳とは思えない、姿勢の良さも素晴らしいです！！

（左から3枚目）【桐生・M様】洋裁の腕前はプロ並み！これまでもたくさんの作品を投稿して下さいました。今夏は夏バテで針仕事をセーブしていましたが、涼しくなり徐々に活動再開中。写真は朝顔模様の座布団カバーです。大胆で繊細な作風は健在ですね。これからもM様らしい作品投稿、楽しみにしております。

（右から2枚目）【桐生・T様】ご本人は洋ラン栽培、娘様は生け花が趣味のT様宅には、いつも美しいアレンジが飾ってあります。夏に涼しげな朝顔がちよこんと置かれていました。お洒落なアレンジ、センスが光っています。

（右端）【前橋・T様】7月に喜寿のお祝いをしました。筋トレ、歩行練習を頑張りながら体力を維持されています。すっと伸びた背筋が若々しいです。傘寿、米寿のお祝いも同じポーズで記念撮影会、お願いします！

※写真の掲載はご本人の許可を得ています。



【前橋・I様】9月からご利用開始となりました。狩猟、海釣り、手工芸等々、多趣味で多彩なI様。ご自身で捕った鹿の角でアクセサリも製作されています。写真は鹿角のキーホルダーです。とても本格的で、お店に売っていきそうですね。趣味もさることながら、ご本人も楽しくてカッコいいI様。精力的に活動が続けていけるよう、精一杯サポート致します！



命名  
桜



【前橋・M様】現在育休中のPT 高草木が訪問していたM様。誕生祝いに名前を書いてプレゼントして下さいました。雅号「邦山」先生、見事な楷書です。片麻痺があり、軸をとらえるのが難しい中、迷いのない線に脱帽しました。素敵な贈り物をありがとうございました。桜姫、元気に育っていますよ。

## おかえりなさい！

産休・育休中だったOT 森 弥寿子が10月から復帰します。約1年ぶりの再会となるご利用者様も、初めましてのご利用者様も、元気いっぱいママさんOTをどうぞよろしくお祈りします！

慣らし保育を終えた一翔（いちと）くん、すくすく育っていますよ♪



## 投稿コラム第20弾 （前橋・K様）

### 「登山のおもひで」

私の最初の山登りは、大学の卒業記念旅行、青森の八甲田山だった。好天に恵まれ、山頂からは、北は青函海峡、東は太平洋、南は遠くの街並み、西は日本海と…360度絶景を眺めることができた。酸カ湯温泉で体の疲れを癒した。「住まば日本（ひのもと）遊ばば十和田 歩きや奥入瀬 三里半」の旅だった。

富士山に登ったのは、銀行員時代である。登山経験者だった私は、同僚に「無理するなよ」と声をかけながら山頂を目指した。夜通し歩き、3,700mの山頂から初日の出を拝んだ。どこかで見た景色だと思った。松竹映画のタイトルだった。持参したビールで乾杯しようとしたが、あまりの冷たさに震え上がり、やめた。100m登るごとに10度気温が下がると言われる世界。甘かった。登頂後、更に3時間程かけて山頂を一周した。

私はこれまで数々の山を登ってきた。美しい景色は今もなお、鮮やかに瞼の裏に映っている。