











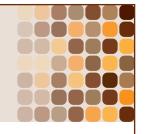




# ポート・ヒロックで暮らす

LIFE IN PORT-HILLOCK

ご入居の方のインタビューや生活の様子をご紹介します



# こちらは私にとって素晴らしい「学校」です。

<介護棟にご入居の富田様のインタビュー記事をお伝えします>

## 入居されたきっかけを教えて下さい

16 年前に妻を亡くしてから1人暮らし。庭の手入れや家庭菜園を楽しんだり元気に過ごしていました。ところが、自宅での転倒をきっかけに入院・手術と生活が一変しました。元々、子供達の世話にならないように安心して住める施設を探そうと考えていましたので、これを機に息子に施設を探してもらいました。

手術を担当していただいた整形外科の先生が\*海邦病院にお勤めでしたので、ご縁がありました。今も継続して同じ先生に診察していただいています。

\*ポート・ヒロックの母体病院



### 富田様(87歳)

2016 年、沖縄県豊見城市よりご入居された、前向きで社交的な富田様。インタビューでは得意の英語を交えたり、ハーモニカを披露したり、「人生、全てが勉強」と向上心を持って意欲的に生活されています。



# 入居して良かった事

こちらは私にとって素晴らしい「学校」です。誕生祝いやお祭りなどのイベントで職員の皆さんやボランティアの方々が披露してくださるパフォーマンスからたくさんの事を学ぶことができます。初めて「ふるさと」という曲を聴き感動し、職員が他の入居者と楽しそうに楽器を演奏する様子を見て、「勉強したい」という気持ちが湧き、息子にハーモニカを買ってもらい独学で会得しました。

若い頃は戦争・戦後でろくに「勉強」する事が出来ませんでしたので、私にとって生活の中で常に「学ぶ」ということの大切さが身に染みています。現役時代も常に「仕事から学ぶ」事を忘れず、こちらに入居してからは職員や他の入居者からたくさん学ぶ事が出来ます。日々の生活を見てくれる職員の皆さんや食事の管理をして下さる方々みんなに感謝しています。

# 今の生活について

英会話の勉強になればと、主にアメリカのラジオ放送を聴いて過ごしています。元々、英語で仕事をしていましたが、引退後は使う機会もなくなり忘れてしまって・・・。目標はネイティブスピーカーの方とお話をする事です。また、こちらに来てから始めたハーモニカの練習も欠かせません。

本が多くテーブルが手狭になってきたので、そろそろ参考書が広げられる机が欲しいです!



# ゆとりある、くつろぎの空間で、心豊かに

ポート・ヒロックには同建物内に一般棟と介護棟があります。全室個室の介護棟は24時間体制の看護・ 介護、他施設と比べ職員の配置を多くしていることがポート・ヒロックの介護棟の特長です。

やりがいや生きがいを見つけたり、同じ趣味を持つご入居者との交流やイベントなど、ご入居者はゆったりとした環境で日々を心豊かにお過ごしいただけます。

ご入居について詳しくは入居相談員までどうぞお気軽にお問い合わせください。

# NEWS & TOPICS



# ▶ 癒しのオオゴマダラ

外出の機会が少なくなったご入居者に楽しんでもらおうと吹き抜けの中庭テラスを活用 し、沖縄県の蝶「オオゴマダラ」を育てています。蝶愛好家から幼虫を分けてもらい、7 月に 10 頭の羽化に成功しました。8 月には幼虫の餌となる「ホウライカガミ」の葉の裏側 でさなぎになり、館内で生まれ育った数十頭が羽化し、ゆっくりと優雅に飛ぶ姿を見せて います。ご入居者から「自然の中のものは本当に美しい。見ていると癒やされる」と喜ぶ 声に加え、ご入居者の表情が柔らかくなるなど、蝶による癒し効果が表れています。



オオゴマダラの飼育に際し、多方面からのご支援・ご協力をいただき、心よりお礼申し上げます。お陰様で お譲りいただいた幼虫から次々と命のリレーが続いています。これからも大切に育てて参ります。

#### 消防避難訓練

浦添消防署員立会いのもと、夜間帯を想定した職員向けの避難訓練を実 施しました。人員の少ない夜間帯では「通報」「初期消火」「避難誘導」な どの初動対応を夜勤者のみで行わなければならなりません。火災報知器の 警報音が響く中、救護班や誘導班などに分かれた職員は無線で状況を報告し、



避難場所への動線を確認するなど緊張感を持って動いていました。水消火器を使った初期消火の訓練もあり、 総評で消防隊員から「落ち着いてできていた」とお褒めの言葉をいただきました。また訓練終了後、職員から 多数質問があり実演を交えながらの消防署員の説明に熱心に耳を傾けていました。

今回は職員向けの避難訓練でしたが、ご入居者が参加する避難訓練も定期的に行っています。ご入居者が安 心して過ごせるよう、いざという時に備え、今後も訓練を実施していきます。



# 古本ねね ふるもとねね

■職種:看護師 ■入職日:2019年6月 ■出身地:浦添市

■ご入居の皆様へ一言:ご入居の皆様の、健康管理のお手伝いと、楽しく穏やかに過 ごせるように日々のお手伝いが出来ればと思っております。困ったことや悩んでいる ことなど些細なことでも構いませんので、お話しくだされば嬉しいです。



# 編集者のブレイクタイム

新しい生活様式が始まり、特に外出時はマスク姿が多く見られる程、 マスク着用が日常的になりました。そんな中、あるショッピングモール のエレベーターにマスク姿の親子が乗ってきた時の話です。



父親:「何階だった?」

子供: [8歳] 父親:「何階?」 子供: [8歳!] 父親:(笑いながら)

「映画館は何階にあるの?」

子供:「・・4階・・」

聞き違いにその場は笑いに包まれましたが、仕事における聞 き違いは大きなミスを招く事があります。スムーズなコミュニ ケーションを取る為に必要な、声の強弱や抑揚、話す速さなど に加え、マスク着用時は目元しか見えない為、笑顔や親切で優 しい態度などのメッセージが更に大切になります。

マスク着用時でも、社の内外を問わず感じのよい接遇を心掛 けたいものです。

## 一般棟:自立されている方の住まい



# ■ プール祭り

日差し溢れる中、心地良い風を受けながらのプール祭り♪ 今年も渡辺インストラクターをお招きし開催しました。水中ウォーキングやプールサイドでのストレッチで身体を思いっきり動かし、ノンアルコールシャンパンや美味しいお菓子、ノスタルジーを感じる手作り綿あめでお祭り感が一層盛り上がりました。

参加者全員につけていただいたプルメリアの髪飾りとハワイアンのBGMで気分はもうハワイ!! 太陽のエネルギーをいっぱいに感じながら楽しい時間を共有し身も心も幸せいっぱいなひと時でした。

## ■ 自然いっぱいの中庭

ポート・ヒロックでは、 力で、 大なで、 大なで、 大なで、 大なで、 大なで、 大なで、 大なで、 ながで、 ながでが



子供の頃を思い出し、しばしてみましたら、"ぶんぶん"と羽音が聞こえたり、花から花へひらりひらりと、まるで花びらが揺れるように優雅に飛ぶ蝶がいたり…、風に身を任せて思いのまま自に飛ぶ虫達や色とりどりのお花を眺めていると、時のたつのも忘れ心から癒されるそんな時間が過ごせます。

# イベント・行事の ご案内

10月~12月の予定

## ■ナイトイベント

日が暮れて涼しくなる秋の夜長を楽しみましょう♪ イベントの内容は乞うご期待。

### ■年末のお楽しみ会

各リビングで美味しい食事や楽し い余興で大いに楽しみましょう♪

### ■年忘れかくし芸大会

今年もやります、ギター演奏あり、 踊りありのかくし芸大会♪ ご入居の皆様の一芸を披露し、楽し く笑って年末を過ごしましょう!

※都合により、予定を変更する場合 があります。ご了承ください。

# 介護棟:介護が必要な方の住まい

#### ■ お寿司イベント

調理スタッフによる「出前寿司」を開催しました。お寿司屋さんに様変わりしたダイニングルームでマグロやエビ、鯛やかんぱちなどお好みの寿



司ネタを目の前で握ってもらい嬉しそうに召し上 がっていました。

「満腹♪」の後も他の注文に釣られ「私ももう一つ頼もうかしら」と注文を追加したり、「赤だしも絶品!」「次回はウニが食べたい!」などお腹いっぱい、心もいっぱいのランチタイムとなりました。

#### ■ ポート・ヒロック祭り

毎年恒例のポート・ヒロック祭り。今年は3 密を避ける為、感染対策を講じながらフロア毎に開催しました。ご入居者の日頃の様子を撮影した笑顔溢れる写真やカラフルな提灯で飾り付けされ



た会場で、手作りぜんざいやたこ焼きを前に「かんぱ~い!」と盛り上がり、駄菓子コーナーやくじ引きに「懐かしいねぇ♪」と思い出話をする姿がありました。

余興では職員の松ケンサンバに大笑いしたり、手拍子やマラカスで応援したりと笑顔いっぱいの楽しい時間を過ごしました。

港の見える小さな丘



お問い合わせ

受付時間 9:00~1

9:00~18:00(土・日・祝日も受付)

0120-87-1609

〒901-2131 沖縄県浦添市牧港5丁目7番7号 TEL/098-871-3636 FAX/098-871-3637

『一ト・ヒロック』

