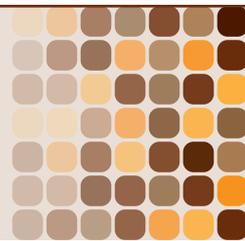


ポート・ヒロックで暮らす

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



90年も北海道に住んでいたのが心配もありましたが、「なんくるないさ〜」

<介護棟にご入居の糠塚様のインタビューをお伝えします>

入居されたきっかけを教えてください

沖縄に住む娘夫婦からの誘いを受け、小樽からこちらにきました。90年も北海道に住んでいたのももちろん心配もありましたが、娘の近くにいる方がいいと思い…。沖縄の方言の「なんくるないさ〜」(なんとかなるさ、問題ないよ)の精神です。

入居して良かった事

入居して正解でした。とにかくスタッフが親切で優しく居心地がいいです。困った時はスタッフがすぐ来てくれるので安心です。海邦病院でも丁寧に対応してくれるから、教育されていますね。

居室も気に入っています。ドアを出るとすぐ*蝶園が見えるので毎日蝶々を観察して、癒されています。窓辺からは明けの明星が見えて、なんとも気持ちが良いです。

今の生活について

今はとにかく居心地よく過ごしています。息子が送ってくれる、私の好きな作家の本を読んだり、ド演歌(笑)が好きなので島津亜矢や天童よしみをよく聴いて楽しんでいます。コロナ禍で外出できない苦労は感じませんね。また、朝は早く起きて(自室の)仏様にお参りをしたり、娘が持ってくる花をお供えています。

家族や周りの方に恵まれ、これまで健康に過ごしてきました。今までは盆と正月以外は休まず働いてきたので、今の暮らしはその時のご褒美だと思っています。みんなに本当に感謝しています。コロナ問題が落ち着いたら、沖縄の街を見たいと思っています。なにせ昨年来てからずっとコロナですから！

*蝶園：施設内にある吹抜けの中庭テラスで、沖縄県の県の蝶に指定されたオオゴマダラを飼育しています。



ぬかつか
糠塚 様 (92歳)

2020年9月に北海道小樽市よりご入居。90年以上暮らした北海道から沖縄までのお引越しでしたが、その大変さをみじんも感じさせない、穏やかな優しいたずまいの糠塚様。いつも私たち職員へ感謝の言葉を口にされ、私達も元気を頂いています。読書家で、山本周五郎、藤沢周平のファン。



職員の技術や知識の向上を目的に、様々な研修や勉強会を行っています。

ポート・ヒロックでは職員の技術や知識の向上を目的に、毎月テーマ(接遇や感染、看取り等)を設け、様々な研修や勉強会を行っています。その他にも、看護師が介護職員向けに行う基礎的な医療ケア等、運営母体の病院が主催する研修もあり、充実した研修内容で知識向上のチャンスに恵まれています。ご入居の方に心豊かにお過ごしいただける様、今後も皆で切磋琢磨してまいります。

● 扁額がある茶室、海寿軒

ポート・ヒロックには図書館やプール、シアタールームなどご入居者の皆様が自由に利用できる共用施設があります。茶室もその一つ。屋上庭園を併設した本格的な作りで、お茶の先生をお招きし季節ごとのお茶会を設けたり、お茶の嗜みがあるご入居者が利用なさるなど人気スポットの一つです。

開設当時から親しまれてきた茶室を命名しようと職員から公募し、厳選なる審査の結果 (!)、「海寿軒 (かいじゅけん)」と命名されました。そして京都にある*大徳寺聚光院の住職、小野澤虎洞老師に筆を揮っていただき待つこと数か月。立派な扁額が届き、茶室入り口に飾られました。

これからもご入居の皆様に茶室を身近に感じていただけるよう、イベントを練っていきたいですね。

*聚光院は千利休とその流れを汲む
三千家 (表千家、裏千家、武者小路千家) の菩提寺



初釜の床飾り「結び柳」

職員紹介

vol.30



新垣 弘枝 あらかき ひろえ

■職種：介護福祉士 ■入職日：2020年4月 ■出身地：浦添市

■ご入居の皆様へ一言：有料老人ホームでのお仕事は始めてですが、ご入居者の方々の気持ちに寄り添うケアをしたいと思います。また、安心して笑顔で過ごしていただけるようにスキルアップして頑張っ参ります。どうぞ、宜しくお願ひ致します。

編集者のブレイクタイム

昨年から今年にかけ、あっという間に月日が流れ、気付けばもう春！大人になると代謝の低下などで体感時間が短く感じる人が多くなるそうで、また昨年から続く「新しい生活様式」で時間のメリハリが付けにくく、時間の経過が更に早く感じる傾向にあるんだとか…。

当初は窮屈に感じた「新しい生活様式」も、外出を控え自宅で過ごした結果、家族 (特に夫!) との会話が増え、断捨離やDIYで住み心地のよい家になったように感じます。また、健康第一を実感し、これまでと変わらずできる仕事、人とのつながりなどあたりまえの事に感謝！職場では感染症対策などを通じて連帯感が更に高まるなど、視点を変えるとプラスと感じた点もありました。しばらくはこのような生活が続くようなので、小さな幸せをたくさん見つけたいですね。

ところで昨年4月に小学校へ入学した息子。先延ばしにしていた記念撮影を今年2月 (!) に終えました。申し訳ない気持ちでいっぱいでしたが、スタジオのスタッフは「コロナの影響で、この時期の撮影は多い」とのこと。笑顔いっぱいの息子の写真に、幸せを感じた今年の春でした。





■ 年初め茶事「初釜」

お茶室で毎年恒例の年初め茶事「初釜」が開かれました。今年は感染リスク軽減のため、一度の入室人数を制限させて頂き、ゆったりと間隔を設けての開催。お着物など素敵なお召し物を身にまとい、時に談笑を交える和やかな雰囲気の中で、初釜の定番お菓子「花びら餅」とお茶を楽しんで頂きました。凛とした新年の始まりを心落ち着く空間で味わう、癒しのひと時でした。



■ 春の訪れ

2月初旬、今年もポート・ヒロック入口の桜が見頃に。数本と控えめながら、毎年この季節になると元気いっぱい咲き、春の訪れを知らせてくれます。

台湾や中国南部が原産の沖縄の桜は「緋寒桜（ひかんざくら）」という品種。濃いピンク色とまとまって咲く花が特徴です。下から見上げるように鑑賞すると、青空に桜が映えて圧巻でした！

イベント・行事のご案内

4月～7月の予定

■ お出かけドライブ

ドライブで、初夏の爽やかな風を感じながらリフレッシュしましょう♪

■ ミニコンサート

素敵な演奏で癒しの時間をお届けします。ピアノ、オペラ、弦楽器？ 乞うご期待♪

■ グランドゴルフ

館内の、海が見える中庭で心地よい風を受けながらゴルフを楽しみましょう♪

※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。

■ リモート面会

コロナ禍でご家族と直接の面会ができず、淋しさや不安を感じているご入居者が多くいる状況を変えようと、ビデオ電話を使用したオンライン面会を始めました。慣れない面会方法で戸惑う姿もありましたが、画面に映るご家族の顔を見るとご入居の皆様はとて嬉しそうな表情を浮かべて、「私は元気だよ～！ 早く会いたいね」と久しぶりに会うご家族との会話を楽しんだり、お孫さんとの会話に涙する姿もありました。中にはアメリカに住む娘さんと面会した方もいて、遠方のご家族にも気軽に会える便利なツールの導入に私達職員も大変喜んでます。



今後もご入居の皆様がご家族との貴重な時間を持てるよう、最善な方法を考え、笑顔があふれるようなケアをしていきます。

■ 新年会

今年一年が幸せに満ちた一年になることを願い、「新年会」を開催しました。お正月気分を味わおうと、各リビングにお洒落したご入居者が集まる中、職員による「かぎやで風」で幕開け♪ 鮮やかな紅型衣装での舞にご入居の皆様から「鮮やかで綺麗！」と歓声が上がりました。リラックス体操に続き、全員で「一月一日」を合唱し、明るい歌声が響きました。



また、丑年生まれの方の年男年女の皆様はお祝いの気持ちを込めただるま絵をプレゼントされ、各々気持ちを込めて筆で開眼されるなど年初めのイベントを楽しく過ごしました。

港の見える小さな丘



シニア グランドホーム
ポート・ヒロック
(介護付有料老人ホーム)

お問い合わせ

受付時間

9:00～18:00 (土・日・祝日も受付)



0120-87-1609

はなのヒロック

〒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

ポート・ヒロック

