

### 言葉の継承

今回は人生の先輩である介護棟のご入居者の皆様から、日頃より大切にしている言葉や思いをご紹介します

(沖縄方言)

牧志 信子

マクトウ  
ソーケー



「何事も正しい行いをしていれば、神様は必ず見ている。そしていつかは報われる」という意味で、その言葉を忘れずに心に刻んできました。今も信じています。

(沖縄方言)

宮城 和子

ぬちどろ  
たから  
命ドウ宝



まさに命は宝、自分の命(身体)は大切にしたいし、家族の命もちろん大事。沖縄に古くからある言葉で幼い時から母がよく言っていました。そして私も子供たちに伝えてきました。

山口 房勇

出口のない  
トンネルはない



歩くと脳全体が活性化すると聞き実行しています…が時折、体調が悪くなると気分が落ち込み暗いトンネルに迷い込んだ感じがして何とも言えない孤独感に襲われます。しかし【出口のないトンネルはない】という言葉思い出し、自分自身を励ましています。

91歳になると老化は人生の通り路(みち)で素直に受け入れなければと自分に言い聞かせています。“人生はマラソン”だと思い前進する事をモットーとし、今日も杖を友として歩いています。そして歩き続けます。

### 職員紹介



### 比嘉 瞳 ひが ひとみ

- 職種：栄養士 ■経験年数：16年 ■出身地：宜野湾市
- ご入居の方々が生活をしていくなかで欠かせない「食事」という大切な時間に携われて光栄です。「美味しかった」「また食べたい」というお声があった時は、料飲課スタッフ一同、励みとなっております。まだまだ献立が完ぺきではありませんが、これからも色々な料理・食材をご紹介します。よろしくお願いいたします！
- 座右の銘：「笑顔は幸せを呼ぶ」「笑顔でいれば自然と楽しい気分になり、周りに居る方も笑顔になれる」という事は凄いことだと思います。笑顔の連鎖が広がり、皆さんが今日も一日笑顔あふれる日になりますように！



## 開設 16 周年を迎えました

8月1日にポート・ヒロックは開設16周年を迎えました。日頃の感謝の気持ちを込めて、ご入居の皆様にささやかながら記念品として沖縄の焼き菓子をお渡ししました。また、当日のランチは特別メニューをご用意し、スタッフが各テーブルを回るワゴンサービス式の天ぷら食べ放題を楽しんでいただきました。

これからもご入居者の皆様が安心して楽しく過ごせる施設づくりをしていきたいと思っておりますのでよろしく願いいたします。



## 弦楽五重奏ミニコンサート

先日、県内外で活躍中の琉球交響楽団より、弦楽五重奏の皆様をお迎えしてミニコンサートを開催いたしました。リハーサル時から会場には楽しみに待つご入居者の姿がちらほら♪沖縄民謡「いったーあんまーまいかいが」など馴染みの楽曲に始まり、フランスロマン派のカミーユ・サン＝サーンスや、生誕150周年を迎えたロシアのセルゲイ・ラフマニノフ、その師匠のチャイコフスキーなど、アンコール曲「芭蕉布」を含め全5曲をご披露頂きました。

演奏の合間には、音楽家や曲についての丁寧な解説や、担当楽器を親しみやすく紹介する一幕もあり、皆様関心を寄せながら真剣に耳を傾けていました。



information

ポート・ヒロック館内のお花屋さん クリスティン・ミュンヘン



館内にある花屋として、敬老の日やお正月など年間行事の際にご入居者の皆様へお花をお届けしています。ご家族様からのお花のプレゼントに、とても嬉しそうな入居者様の笑顔は私達の喜びでもあります。

ポート・ヒロック外部の一般のお客様からのご注文も承っております。お気軽にお問い合わせください。



ポート・ヒロック館内のお花屋さん

Christine  
MÜNCHEN

☎090-6631-1961



information

レストラン「コリーナ」

7月7日に「七夕ランチ」を提供いたしました。メニューは毎年恒例の「ちらし寿司・三色そうめん・赤だし」です。ちらし寿司の具材は「県産マグロとサーモン」で、梅・卵・抹茶を練り込んだ三色そうめんは、色鮮やかでご入居の皆様からご好評いただきました。

七夕にそうめんを食べるのは「無病息災を願う」という理由だとか…。今年もご入居の皆さんの願いが叶いますように☆





## 一般棟：自立されている方の住まい



### ■ 屋外プールの魅力

今年もご入居の皆様待望の屋外プールがオープンし、多くの皆様にご利用頂きました。高台ならではのプールは、西海岸を望む眺望と心地よい風が吹く絶好のロケーション♪「このプールがあったから入居を決めた」という方もいるほど人気の施設です。

水中運動は関節への負担を減らしつつ体を動かせるのが魅力で、高齢者や運動習慣の無い方でも気軽に取り組めるスポーツのひとつ。屋外の解放感と水の感触に癒されながら、リラックスしたプールタイムを楽しんでいらっしゃいました。



### ■ 待ちに待ったお出かけ

先日、お出かけ企画で糸満市の「道の駅いとまん」に行ってきました。久々の遠出イベントに、皆様道中から会話も弾んで遠足気分♪ファーマーズマーケットで産地直送の農作物を吟味したり、お魚センターで新鮮な海の幸を味わったりと、思い思いの時間を楽しんでいました。

普段から公共交通機関を利用して、あちこちにお出かけする方も多い一般棟の皆様。アクティブな皆様のリクエストにお応えできるようなイベントを今後も企画していきます。



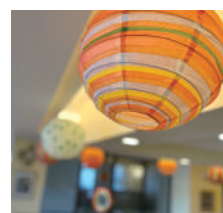
## 介護棟：介護が必要な方の住まい

### ■ 夏祭り

介護棟にて夏祭りを開催しました。ご入居者は赤青の法被を着てスタンバイ。掛けられた提灯と共にリビングは祭りの雰囲気になります。

スタートのお菓子釣りゲームでは釣針をクリップに替え、獲物はタライに並んだお菓子です。「釣りは久しぶり、食べたいお菓子を狙うわよ」そして宣言通りに大物ゲット！釣り上げた時の皆様の笑顔が最高です。

夏の風物詩スイカ割りにもチャレンジ。遠慮気味に叩いていたご入居者もなかなか割れないスイカに本気で挑み、真剣な顔で連打！「久しぶりのスイカ、甘くて冷たくておいしいね」と祭りのシメをみんなで美味しく頂きました。



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)



はなのヒロック  
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

ポート・ヒロック

検索