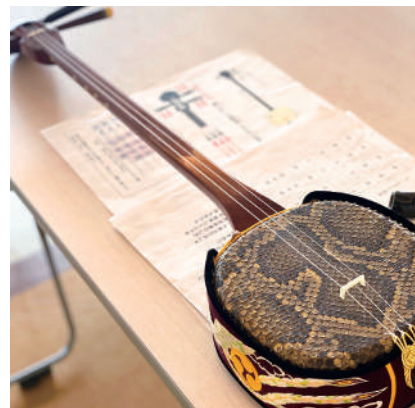


三線を楽しむ会

今回は一般棟の「三線を楽しむ会」をご紹介します♪
発足から約一年、参加メンバーの方にお話を伺いました。

八重山古典民謡保存会で活躍されていらしたご入居者 Aさんを中心に、初心者メンバーでスタートしたサークルです。肩ひじを張らずにどなたでも参加出来る雰囲気の中で、ゆったりとした時間が流れます。三線を弾かずに三線の音色を楽しみに訪れる姿もあり、思い思いの時間を過ごされているいらっしゃる素敵な会です。

そんな自由でゆったりとしたサークルですが、館内イベント「秋の芸能鑑賞会」への参加に向け、練習に励んでいらっしゃいました。演奏曲は「鷺ぬ鳥節」「安里やユンタ」の2曲。「鷺ぬ鳥節」は八重山民謡で、宴会の座開きでよく唄われる縁起の良い唄ですが、本州より沖縄移住された Bさんは「聞いたこともないので習得がとても困難！」と苦戦されたようです。また、元々ギター演奏を嗜んでいらっしゃった Cさんは、三線がギター弾きになり、これまた壁があったようです。しかし本番は大盛況！！緊張しながら三線を弾く姿に盛大な拍手があり、「安里やユンタ」では参加者全員で合唱しました♪



一般棟では ●麻雀同好会 ●フラワーアレンジメント ●俳句 ●源氏物語を読む会 ●音読会 ●卓球
等々・・・お好きな方がお好きな時間に自由に集える環境があります♪

最近発足した、プロオペラ歌手を講師にお招きして開催する「ボイストレーニング教室」も人気です！！

職員紹介



吉田 和馬 よしだ かずま

■職種：介護 ■経験年数：13年 ■出身地：嘉手納町

■座右の銘：『馬には乗ってみよ 人には添うてみよ』

■これまで力を入れてきたこと：左右の銘は、「馬のよしあしは乗ってみなければ分ならず、人柄のよしあしも共に生活し、共に仕事をしてみなければ分からない。人間の表面だけを見て、食わず嫌いから人見知りしてはいけない。何事も自分で経験することが、一番大切である」という意味で、ポート・ヒロックでの仕事にもこの言葉が活きていると感じています。また『親しき仲にも礼儀あり』という事も入職した当初より心掛けています。ご入居者とは家族以上に関わる時間が多くなるので、皆様が笑顔になるように、ケアをしていきたいと思えます。

環境整備

～休憩ベンチを設置しました♪～

ご入居者からのご要望があり、敷地内の坂道途中にあるガジュマルの木の下にベンチを設置しました。外出帰りや散歩の途中でひと休みが出来ます。日陰が出来、涼しい風が心地いいです。

周りの庭木を見ながらゆったりティータイムなどいかがでしょうか。



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



花屋一番の繁忙期、クリスマスやお正月のお花をやりきってホッとしている

ところです。たくさんのお入居者さまへ新年のお花を届けさせていただきます、感謝の気持ちでいっぱいです。

明るく気持ちよく新年を迎えられますよう、1階ロビーやレストランなど、館内も豪華に装花いたしました。本年もどうぞよろしくお願ひいたします！



ポート・ヒロック館内のお花屋さん

Christine
MÜNCHEN

お問い合わせ ☎090-6631-1961



information

レストラン「コリーナ」

一般棟では毎週金曜日の夕食に特別メニューをご案内しています。そのメニューの中で最も好評だったのが「薬膳トマトカレー」でした。具材のチキンをスプーンでほぐれる程じっくり煮込み、煮込んだスープにチキンの旨味、野菜の甘みが重なり程よいスパイスの辛みが絶妙な味付けでした。ご入居者からは「薬膳が体に染みた感じがした」「辛さが後ひく感じが良かった」等のコメントを頂きました。

厨房には中医薬膳指導員の資格をもった調理員が勤務しており、これからもご入居者の健康を考えた薬膳料理をご案内して参ります♪



一般棟：自立されている方の住まい



■ 火災避難訓練

空気の乾燥しやすい時季に入り、今年も火災避難訓練が行われました。ご入居者には、職員の誘導のもと実際に非常階段を下りて頂き、避難場所までの経路を体験していただきました。聞き慣れない非常放送や警報音が鳴り響き、緊張感が漂う中でしたが皆様冷静で、適切な行動で無事に訓練を終えることができました。

消防署員による総評の後、消火器訓練も併せて行われ、貴重な機会に職員も一緒になって参加！有意義な訓練となりました。



■ ボイストレーニング教室

暑い時季は夏バテを気にして省エネ傾向だったご入居者も、徐々に活発さを取り戻し始めたこの頃…一般棟で新たなサークル「ボイストレーニング教室」が開講しました♪講師に沖縄オペラ界の第一人者、国内外でご活躍の兼嶋麗子先生をお招きし、声楽の基本からレクチャーを受けることのできる本格的な内容です。初回は気軽な「体験会」として実施し、多くの皆様にご参加頂きました。

序盤から明るく楽しいトークで盛り上げる兼嶋先生。心がほぐれると声も出しやすくなるそうで、皆様呼吸や姿勢を意識しながらリラックスした雰囲気歌唱を楽しんでいました。

介護棟：介護が必要な方の住まい

■ 祝 琉球新報ダブル入選

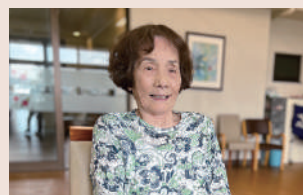
琉球新報（沖縄の日刊新聞）にて一般公募している新報俳壇（俳句）で松田和子様、また新報歌壇（短歌）で宮城敏子様が入選しました！松田様は2カ月連続の入選、宮城様は3度目の入選となります。お二人からコメントをいただきました。

松田様：盆の日に四姉妹で仲良くしていたことを思い出して作りました、東京と埼玉に姉妹がいますが、みんな今でも仲良し！なかなか会いには行けないけど電話でよく話しているわ。この前も「年取ったから飛行機に乗ってまで行けないわよ」と冗談言って一緒に笑い合いました。

宮城様：ポートヒロックの夏祭りが楽しかったので、この歌を作りました。賑やかな仲間が周りになるので、いつも楽しく過ごせています。行事があるときは、それを思い出に残したくて短歌を作るようにしています。

盆の座に白髪増したる四姉妹

浦添市 松田 和子



夏祭りおだやかな夢をのせて行く老人
ホームのさわやかな朝

浦添 宮城 敏子



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

〒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