

# ビハーク通信

VOL. 23

【発行日】2011年2月1日

【発行者】社会福祉法人至心会

〒533-0032 大阪市東淀川区淡路5-11-17

電話：06-6370-5501 FAX：06-6370-5503

e-Mail：[vihara-awaji@ocn.zaq.ne.jp](mailto:vihara-awaji@ocn.zaq.ne.jp)

H P：<http://www.ocn.zaq.ne.jp/vihara-sisinkai/> <準備中>



ごあいさつ

春節の候となりました。旧正月を祝われる国や地方では、習慣として年配者に対して長寿を祝う言葉を述べるが続けられています。日本でも古来よりの記録として残されているものがたくさんあります。

最近の日本では、「少子」と「高齢化」が経済合理主義のなかで熟語のように使われます。しかし、本来「生まれてくる子供が少ない」と「歳を重ねられた方が多くなる」とことは別々のことからです。

日本は元々、歳を重ねられることを敬ってきた文化に育まれてきました。子育ても日常生活も知識によるものでなく、あたたかな知恵によつていたのです。

今年も「介護保険制度」の見直しがなされます。職員一同、より良き介護につながる方向へ改正されることを望んでいます。

ご家族や地域のみなさまに支えられて「ビハーク」があります、ことしも何とぞ宜しくお願い申し上げます。

社会福祉法人至心会 理事長

野村 康治

# お餅つき



昨年も12月23日に年末恒例となりました、『お餅つき』を開催させて頂きました。

一昨年同様、利用者の皆さんおひとりおひとりに杵も持ってついでいただき、お仏壇やお仏像に鏡もちを供えさせて頂きました。



厨房の第一食品の皆さんにも、準備段階からいろいろとご協力いただきました。

今回の担当者は、今までに餅つき行事を担当したことが無く、準備段階から前年の担当者にいろいろ訊ねながら行事運営に当たってくれました。

また、若い職員は今までにおもちつきの経験が無い職員もいて、実際に交代でついたので初めての体験という者がいました。

利用者の皆さんは経験されている方が多く、杵を持たれると力強くお餅をついてくださいました。

利用者のおひとりには、皆さんがお餅をついてくださる度に「ヨイショ！ヨイショ！！」と大きな声で掛け声をくださいました。



ヨイショ  
ヨイショ  
ヨイショ  
ヨイショ  
ヨイショ  
ヨイショ  
ヨイショ  
ヨイショ  
ヨイショ  
ヨイショ



当日ご参加くださったご家族の皆さまも、おもちを丸める作業のお手伝いをいただきたくさんのお餅を作ることが出来ました。本当に有難うございました。



皆さんに丸めて頂いたお餅は、元日にお雑煮として提供させて頂きました。

# 不死川麻子先生による ヨガたいそう開催！

今年より、年4回の「ヨガたいそう」をとりいれることになりました。

以前、ビハーラの職員であった不死川(しなすがわ)さんが「ヨガたいそう」の講師になられ当施設でもとおっしゃって下さいました。ボランティアで一度開催していただいた所、皆さんから非常に好評で、ゆったりとした音楽にあわせて緩やかに身体を動かすことで呼吸法とともに楽しんで頂けるようでした。

《写真は1月26日に開催させて頂いたときの模様です》



ビハーラも語源はインドの古代のサンスクリット語によっています。「安らぎ・休息場所・寺院」などの意味がありますが、ヨガも仏教に語源を持っています。ビハーラでの新しい試みにご家族の方にもられて頂ければと思います。



※ヨガ～

最初に瑜伽として日本にヨーガが伝わったのは、806年(大同元年)に唐より帰国した空海にまでさかのぼる。その後、真言宗や天台宗の「護摩」、「阿字観」等の密教行法として、現在に伝わっている。禅宗の座禅も、ヨーガ・スートラ第2章に記述されるディーナーの音写である。(ウキペディアより)

# 感謝状

昨年もたくさんのボランティアの皆さんのご協力のもと、利用者の皆さんに楽しんで頂ける行事やレクリエーションを開催することが出来ました。

- ◎お花見・夏まつり・お食事会などの恒例行事にご協力いただいているボランティアさん『淡路地域社会福祉協議会』や『淡路地域女性会』、踊りの披露をいただける『あきね会』
- ◎毎月の法話会でお話しいただいている『ビハーラ大阪の石崎博毅さん』
- ◎生花クラブ(第2木曜日16:00~)で生け花をご指導いただいている『安藤佐智甫さん』
- ◎紙芝居の読み聞かせや手品を披露(第4金曜日14:00~)いただいている『てくてくの皆さん』
- ◎ビハーラ喫茶(第2・3日曜日10:00~)で美味しいコーヒーを提供いただき、利用者の皆さんとお話していただいている『淡路女性会の皆さん』
- ◎毎週お店(そら家)にお邪魔している『NPO法人自由空間の蔭山力雄さん』
- ◎屋上の花壇にきれいな花を咲かせて頂き、利用者の皆さんの心を和ませて頂いている『加藤敏明さん』
- ◎毎年1回、利用者の皆さんの歯を定期検診頂いている『東淀川区歯科医師会の先生方』
- ◎個々人でご協力いただいている皆々さま

## いつもありがとうございます!

## ☆☆新人職員紹介☆☆

谷 早苗



看護師

初めまして、今年1年半ばから「老人福祉施設淡路ビハーラ」で看護師として勤務しています、谷 早苗と申します。  
年齢52歳、生まれは大阪で関西人です。この年齢で初めての職場は自分にとって全てが新鮮で毎日教えて貰う事ばかりです。  
知らない事沢山ありますが、気軽に声を掛けて下さい。  
趣味はドライブと温泉巡り【露天風呂】で、特技はカラオケ【特に懐メロ】  
苦手なものはパソコンの入力と機械全般。  
性格は明るく前向きに...を心がけています。  
これからもどうぞ宜しくお願いします。

☆入所のご相談は随時、受付しております。

☆ご見学も随時可能です。

《事前にご連絡いただけますと担当者が、ご案内させていただきます。》

お問い合わせ; ☎06-6370-5501

担当者; 竹内(介護支援専門員)・神谷(生活相談員)

